

Fatores associados ao sofrimento mental e desenvolvimento da síndrome de burnout em enfermeiros: uma revisão narrativa da literatura.

Factors associated with mental distress and the development of burnout syndrome in nurses: a narrative review of the literature.

Beatriz Gabrielly Castro Rodrigues¹
Edárlisson Januário Pereira²
Themistocles Yure Ferreira Silva³

Resumo

O ambiente de trabalho na enfermagem é marcado por sua alta complexidade, demandas constantes e uma carga emocional significativa, fatores que impactam diretamente a saúde mental dos profissionais. O objetivo deste estudo é analisar os fatores relacionados ao sofrimento mental e ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout em enfermeiros. Este estudo realiza uma revisão narrativa da literatura, conduzida nas bases de dados LILACS, SciELO e MEDLINE, foram considerados estudos publicados em português entre 2019 e 2025, a fim de refletir o cenário recente sobre o tema e os fatores contemporâneos relacionados à saúde mental dos profissionais de enfermagem. A literatura indica que a ocorrência da Síndrome de Burnout entre enfermeiros resulta da complexa interação entre sobrecarga organizacional, relações interpessoais e características individuais. Conclui-se que a promoção da saúde mental e a prevenção da Síndrome de Burnout entre enfermeiros exige uma abordagem multidimensional, que inclua melhorias organizacionais, suporte social e capacitação individual.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout. Sofrimento mental. Enfermeiro.

Abstract

¹ Discente do Curso Superior de Enfermagem da Faculdade Supremo Redentor-FACSUR *Campus I*, Pinheiro-Ma e-mail: biagabrielly111@gmail.com

² Discente do Curso Superior de Enfermagem da Faculdade Supremo Redentor-FACSUR *Campus I*, Pinheiro-Ma e-mail: edarlissonjp19@gmail.com

³ Docente do Curso Superior de Enfermagem da Faculdade Supremo Redentor- FACSUR *Campus I*, Pinheiro Ma. Especialista: Gestão , planejamento e auditoria em saúde; enfermagem do trabalho; enfermagem em oncologia.e-mail: ferreirathemistocles@gmail.com

The nursing work environment is characterized by high complexity, constant demands, and a significant emotional burden, factors that directly impact the mental health of professionals. The objective of this study is to analyze the factors related to mental distress and the development of Burnout Syndrome among nurses. This study conducts a narrative literature review, carried out in the LILACS, SciELO, and MEDLINE databases. Studies published in Portuguese between 2019 and 2025 were considered in order to reflect the recent scenario on the topic and the contemporary factors related to the mental health of nursing professionals. The literature indicates that the occurrence of Burnout Syndrome among nurses results from the complex interaction between organizational overload, interpersonal relationships, and individual characteristics. It is concluded that promoting mental health and preventing Burnout Syndrome among nurses requires a multidimensional approach that includes organizational improvements, social support, and individual training.

Keywords: Burnout Syndrome. Mental distress. Nurse.

1 INTRODUÇÃO

O ambiente de trabalho na enfermagem é marcado por sua alta complexidade, demandas constantes e uma carga emocional significativa, fatores que impactam diretamente a saúde mental dos profissionais. O exercício da enfermagem exige simultaneamente habilidades técnicas e interpessoais, além da necessidade de enfrentar situações de risco, sofrimento e, muitas vezes, perdas de pacientes, o que pode resultar em efeitos emocionais duradouros. Nesse cenário, a Síndrome de Burnout se destaca como uma questão importante, relacionada ao estresse ocupacional crônico, exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização profissional (Santos e Oliveira, 2019).

Pesquisas recentes indicam que a prevalência dessa síndrome entre enfermeiros é alta, exacerbada por fatores organizacionais como carga excessiva de trabalho, jornadas longas, falta de recursos humanos e apoio institucional insuficiente. Além disso, fatores sociais, como conflitos interpessoais e a falta de reconhecimento profissional, contribuem para o desgaste mental, criando um ambiente propício ao sofrimento emocional e ao Burnout (Carvalho e Lima, 2021).

Aspectos individuais também são cruciais na vulnerabilidade ao Burnout. Estratégias de enfrentamento inadequadas, baixa resiliência, hábitos inadequados de autocuidado e a percepção de injustiça no local de trabalho podem intensificar a exaustão emocional e a despersonalização. A interação entre os fatores organizacionais, sociais e individuais evidencia a complexidade da síndrome e a necessidade de uma análise integrada para compreender seus determinantes e propor estratégias preventivas (Ferreira e Almeida, 2022).

A importância deste estudo se destaca ao reconhecer que o sofrimento mental dos enfermeiros não afeta apenas os próprios profissionais, mas também a qualidade do cuidado prestado aos pacientes. O Burnout está associado ao aumento do absenteísmo, à diminuição da eficiência no atendimento, maior frequência de erros e comprometimento da segurança do paciente (Pereira e Costa, 2020). Portanto, uma compreensão aprofundada dos fatores que levam ao desenvolvimento da síndrome é fundamental para promover a saúde ocupacional e a sustentabilidade na prática de enfermagem.

A questão central desta pesquisa surge do aumento significativo de relatos de sofrimento mental e Burnout entre enfermeiros, atrelado às dificuldades das instituições em implementar estratégias eficazes de prevenção e gestão do estresse ocupacional. Apesar da literatura disponível, existem lacunas em relação à integração dos fatores organizacionais, sociais e individuais, bem como na identificação de medidas preventivas que possam reduzir a vulnerabilidade desses profissionais.

A relevância do tema está justificada pela necessidade de uma compreensão detalhada dos fatores que influenciam o Burnout, visando a melhoria das condições de trabalho, valorização profissional e qualidade de vida para os enfermeiros. Investigar os fatores associados ao sofrimento mental pode contribuir para a formulação de políticas institucionais mais eficazes, criação de programas de prevenção do estresse e incentivo ao autocuidado, gerando um impacto positivo nas práticas assistenciais e na saúde geral da profissão.

Além disso, identificar os fatores que favorecem o Burnout pode sensibilizar gestores, profissionais e a sociedade sobre a gravidade da questão e a importância de investir em estratégias de prevenção, fortalecendo uma cultura de segurança e bem-estar no ambiente hospitalar. Isso também facilita a realização de futuras pesquisas mais direcionadas, ampliando o conhecimento sobre intervenções eficazes que se adaptem ao contexto da enfermagem.

Nesse sentido, é evidente que estudar o sofrimento mental e a Síndrome de Burnout entre enfermeiros supera a dimensão individual, representando um desafio pertinente tanto no âmbito organizacional quanto social. A análise sistemática e crítica da literatura nacional recente permite identificar os principais fatores de risco e apoiar ações que promovam a saúde e a sustentabilidade no trabalho em enfermagem. O objetivo deste estudo é analisar os fatores relacionados ao sofrimento mental e ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout em enfermeiros. Os objetivos específicos incluem: i) identificar os fatores organizacionais, sociais e individuais que estão relacionados ao desenvolvimento da síndrome; e ii) discutir estratégias para a prevenção e promoção da saúde mental no contexto da enfermagem, com a finalidade de informar práticas institucionais e individuais mais eficazes.

2 METODOLOGIA

Este estudo realiza uma revisão narrativa da literatura, que é uma estratégia de pesquisa que possibilita a síntese qualitativa de conhecimentos sobre um tema específico, permitindo uma análise crítica e uma interpretação dos resultados sem a rigidez das revisões sistemáticas. Essa abordagem é apropriada para compreender fenômenos complexos, como os fatores relacionados ao sofrimento mental e à Síndrome de Burnout entre enfermeiros, oferecendo uma visão abrangente do estado atual da pesquisa.

A pesquisa bibliográfica foi conduzida nas bases de dados Literatura LatinoAmericana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), conhecidas pela qualidade e abrangência das publicações na área da saúde no Brasil e na América Latina. Foram considerados estudos publicados em português entre 2019 e 2025, a fim de refletir o cenário recente sobre o tema e os fatores contemporâneos relacionados à saúde mental dos profissionais de enfermagem.

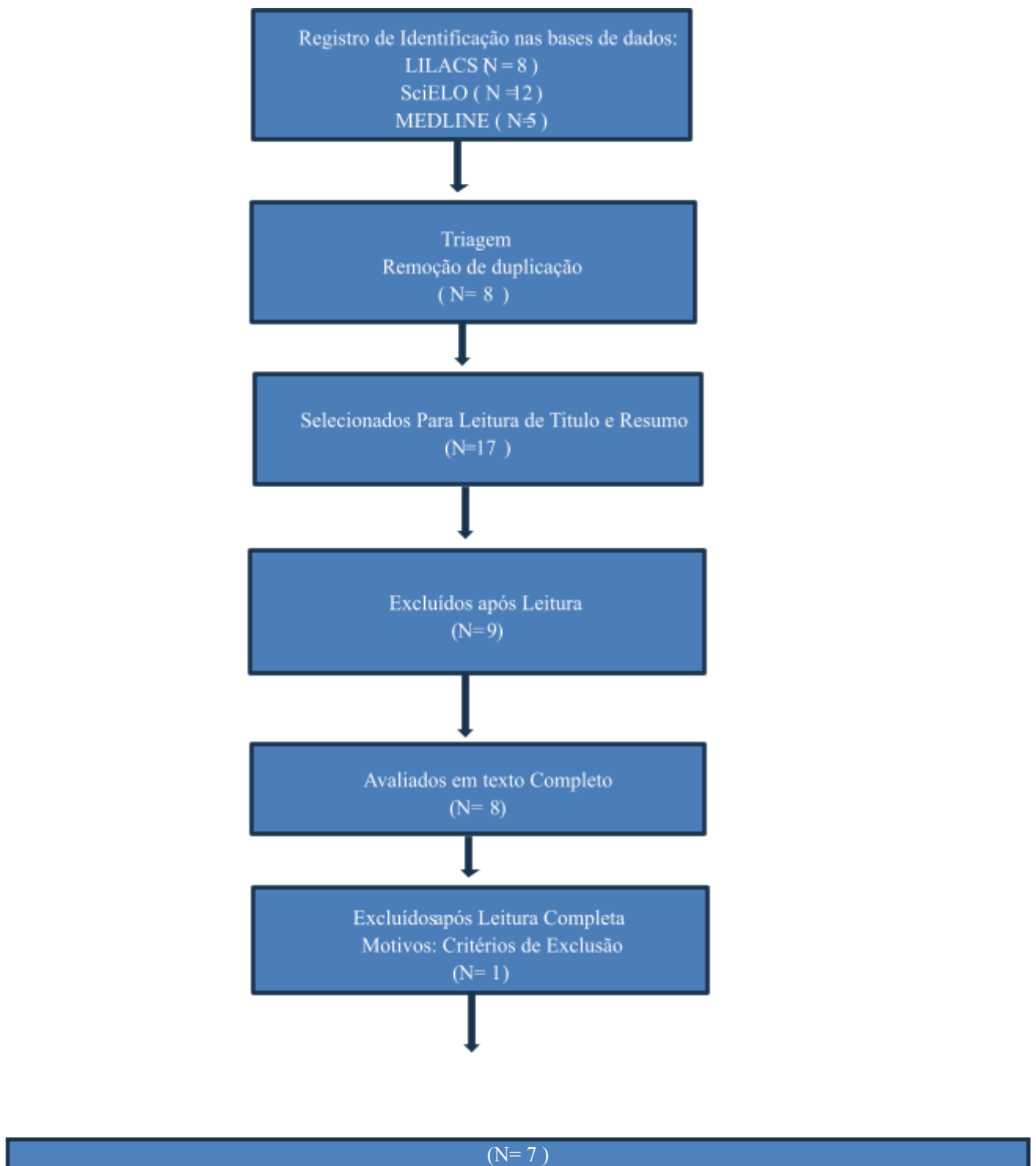
A coleta de dados foi realizada por meio de busca estruturada nas bases de dados selecionadas, utilizando Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) relacionados ao tema, tais como “Burnout”, “sofrimento mental”, “enfermagem” e “profissionais de saúde”. Para refinar os resultados, aplicaram-se operadores booleanos (AND, OR) combinando os descritores de forma a localizar estudos que abordassem tanto os fatores organizacionais, sociais e individuais quanto o impacto do Burnout na saúde mental dos enfermeiros. Essa estratégia permitiu a identificação de artigos relevantes de forma sistematizada, assegurando abrangência e precisão na seleção da literatura nacional publicada entre 2019 e 2025.

A análise dos dados consistiu em uma síntese qualitativa e uma categorização temática dos fatores associados ao sofrimento mental e à Burnout. Os resultados foram organizados em três dimensões principais: organizacional, social e individual. Essa estratégia permitiu compreender a interação entre diversos determinantes, identificar lacunas na literatura e oferecer recomendações voltadas para a promoção da saúde mental no âmbito da enfermagem.

Os critérios de inclusão abrangeram: artigos originais, revisões narrativas ou integrativas, estudos que tratassem especificamente de enfermeiros como população alvo e que discutissem fatores associados ao sofrimento mental ou ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout. Foram excluídos estudos que envolvessem outros profissionais da saúde, relatos de casos, dissertações, teses, literatura cinzenta ou publicações que não tivessem acesso completo ao texto, assegurando assim a qualidade e relevância das informações analisadas.

Foram observados aspectos éticos relevantes para estudos de revisão, como a citação adequada dos autores, o respeito à propriedade intelectual e a conformidade com normas de integridade acadêmica, conforme a ABNT NBR 10520/2023. Embora não tenha havido

contato direto com participantes humanos, a pesquisa seguiu rigor metodológico e transparência na seleção e análise das informações, assegurando a confiabilidade e relevância científica dos resultados apresentados. O fluxo PRISMA a seguir, demonstra com mais clareza o processo de construção do presente trabalho. Esse tipo de fluxograma é utilizado para demonstrar de forma sistemática as etapas de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos estudos em revisões de literatura, garantindo transparência e rigor metodológico no processo de seleção das evidências científicas (Matthew J. Page et al., 2021).



Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES OU ANÁLISE DOS DADOS

A análise da literatura revela que fatores organizacionais desempenham um papel crucial no desenvolvimento do Burnout entre enfermeiros. A carga excessiva de trabalho, evidenciada por longas jornadas e turnos múltiplos, é um dos principais fatores mencionados, levando ao aumento da exaustão emocional e à diminuição da satisfação profissional (Souza e Mendes, 2019). A pressão por produtividade em hospitais de alta complexidade intensifica esse desgaste, impactando diretamente o bem-estar mental dos profissionais (Almeida e Pontes, 2021).

Além da carga de trabalho, a falta de recursos humanos e materiais afeta a realização das atividades de enfermagem, ocasionando frustração e impotência. Barbosa e Freitas (2020) destacam que a ausência de apoio institucional eleva a vulnerabilidade à Síndrome de Burnout, demonstrando que a infraestrutura organizacional é essencial para a manutenção da saúde mental.

O ritmo acelerado e as interrupções constantes também são fontes significativas de estresse ocupacional. Carvalho e Lima (2021) observam que a necessidade de atender a vários pacientes ao mesmo tempo, combinada com a complexidade das tarefas, agrava a exaustão emocional e a despersonalização. Essas condições contribuem para a sensação de esgotamento físico e psicológico, reafirmando a importância das condições organizacionais.

Ambientes de trabalho com alta demanda assistencial muitas vezes carecem de políticas de suporte adequadas, como supervisão contínua e programas de prevenção ao estresse. Pereira e Lima (2022) demonstram que a implementação de recursos institucionais apropriados pode diminuir significativamente o risco de Burnout, sublinhando a necessidade de investimentos estratégicos na gestão hospitalar.

A insatisfação e a falta de reconhecimento no trabalho são fatores cruciais que contribuem para o Burnout entre enfermeiros. Segundo Lima e Barros (2020), o reconhecimento do desempenho e oportunidades de desenvolvimento profissional têm um impacto direto na motivação, engajamento e autopercepção dos profissionais. A ausência dessas condições leva a um aumento significativo da exaustão emocional, despersonalização e sensação de ineficácia, evidenciando a necessidade de políticas institucionais que valorizem a equipe de enfermagem.

O reconhecimento profissional não se restringe a recompensas financeiras ou promoções; inclui também feedbacks construtivos, supervisão eficaz e programas de incentivo que melhoram o sentimento de pertencimento e a autoestima (Lima e Barros, 2020). Profissionais que sentem seu trabalho valorizado costumam demonstrar maior resiliência diante das adversidades do ambiente hospitalar, mantendo níveis satisfatórios de engajamento

e qualidade no cuidado aos pacientes. No âmbito social, conflitos interpessoais e comunicação inadequada nas equipes afetam significativamente a saúde mental dos enfermeiros.

Costa e Almeida (2021) apontam que relações deterioradas entre colegas ou entre profissionais e superiores aumentam a vulnerabilidade ao Burnout, já que o apoio social é fundamental para reduzir o estresse no trabalho e promover resiliência. A falta de diálogo, compreensão e cooperação contribui para a sensação de isolamento e sobrecarga emocional, elevando o risco de exaustão e despersonalização. Além disso, a literatura indica que ambientes de trabalho socialmente tensos não apenas afetam o bem-estar do profissional, mas também a dinâmica da equipe e a qualidade do atendimento (Costa e Almeida, 2021).

Incentivar relações interpessoais saudáveis, comunicação eficaz e práticas de mediação de conflitos é fundamental para fortalecer a coesão do grupo, reduzir o estresse e prevenir o Burnout, mostrando que fatores sociais são tão importantes quanto os organizacionais para a saúde mental dos enfermeiros. O apoio social, tanto da equipe quanto da gestão, é uma proteção significativa. Ferreira e Santos (2022) apontam que os enfermeiros que percebem ter maior apoio experimentam níveis mais baixos de exaustão emocional e despersonalização. Assim, a dimensão social é fundamental para entender o sofrimento mental, mostrando que fatores interpessoais podem agravar ou amenizar os efeitos da sobrecarga organizacional. Conflitos interpessoais e a pressão por resultados são fatores cruciais que afetam diretamente a saúde mental dos enfermeiros.

Segundo Machado e Silva (2021), a necessidade de alcançar metas assistenciais em ambientes de alta complexidade aumenta a tensão emocional, prejudicando a capacidade de concentração, tomada de decisão e a execução de tarefas diárias. Essa situação revela que a interação entre fatores sociais, como relações interpessoais deterioradas, e fatores organizacionais, como a sobrecarga de trabalho, eleva a vulnerabilidade ao Burnout. Em contextos de alta pressão, como unidades de terapia intensiva, emergências e áreas críticas durante a pandemia de COVID-19, houve um aumento considerável nos sintomas de ansiedade, fadiga emocional e depressão entre os profissionais de enfermagem (Machado e Silva, 2021).

Esses resultados indicam que situações de estresse crônico e demandas simultâneas geram um desgaste psicológico acumulativo, impactando não apenas a saúde mental dos enfermeiros, mas também a qualidade do atendimento prestado aos pacientes. Além da pressão por resultados, o relacionamento com pacientes e familiares é um fator social significativo no estresse emocional do enfermeiro. Gomes e Carvalho (2023) enfatizam que a exposição constante ao sofrimento humano, junto com a cobrança por desempenho e expectativas familiares, intensifica o desgaste psicológico e contribui para a exaustão

emocional. Esse contato direto com experiências de dor, perda e frustração exige habilidades socioemocionais específicas que equilibram empatia e resiliência profissional.

Diante desse cenário, a literatura aponta que estratégias de suporte e treinamento em habilidades socioemocionais são essenciais para prevenir o Burnout (Gomes e Carvalho, 2023).

Programas que incluam capacitação em comunicação assertiva, gestão de conflitos, inteligência emocional e autocuidado fortalecem a resiliência pessoal, promovendo um melhor equilíbrio emocional e reduzindo o impacto do estresse crônico, o que, por sua vez, melhora tanto o bem estar dos profissionais quanto a qualidade do cuidado ao paciente. Fatores individuais desempenham um papel significativo na vulnerabilidade ao Burnout.

A baixa resiliência, estratégias inadequadas de enfrentamento do estresse e hábitos de autocuidado deficientes são preditores significativos de sofrimento mental (Ferreira e Almeida, 2022). Profissionais sem habilidades de enfrentamento desenvolvidas têm maior risco de exaustão emocional e despersonalização. A percepção de justiça e valorização no ambiente de trabalho influencia diretamente o engajamento e a satisfação profissional. Santos e Oliveira (2019) notam que os profissionais que sentem desigualdade ou falta de reconhecimento estão mais propensos ao Burnout, sugerindo que aspectos subjetivos se entrelaçam com fatores organizacionais e sociais.

A experiência adquirida ao longo da trajetória profissional é importante na forma como o estresse ocupacional afeta os enfermeiros. Segundo Almeida e Pontes (2021), aqueles que estão no início de suas carreiras são mais suscetíveis a problemas como exaustão emocional e despersonalização, possivelmente devido à falta de experiência em enfrentar situações de alta pressão, demandas múltiplas e eventos críticos no ambiente hospitalar. Este período inicial pode ser especialmente arriscado, já que as habilidades de enfrentamento ainda não estão completamente desenvolvidas. Por outro lado, enfermeiros com mais experiência demonstram uma melhor capacidade de lidar com o estresse, obtida através da prática contínua e da vivência em diversos cenários clínicos.

Almeida e Pontes (2021) enfatizam que profissionais mais experientes costumam usar estratégias mais eficazes para planejamento, priorização de tarefas e autocuidado, o que lhes proporciona maior resiliência diante das exigências do trabalho. Essa diferença mostra que a senioridade e a educação continuada são fatores importantes na proteção contra a Síndrome de Burnout. A interação entre fatores pessoais e organizacionais é evidente na administração das diversas tarefas e responsabilidades que a prática de enfermagem envolve.

Souza e Mendes (2019) afirmam que enfermeiros que desenvolvem habilidades de organização, planejamento e autocuidado conseguem reduzir os efeitos da sobrecarga de trabalho, aliviando sintomas de exaustão emocional e despersonalização. Essas competências

individuais se tornam ainda mais cruciais em ambientes de alta complexidade, onde a pressão por produtividade e a demanda assistencial são elevadas. Esses resultados destacam a necessidade de intervenções que promovam a capacitação para a gestão do estresse, unindo estratégias individuais e institucionais.

Souza e Mendes (2019) sugerem que programas de treinamento, mentoria, supervisão contínua e incentivo ao autocuidado podem ajudar no desenvolvimento de habilidades de enfrentamento, fortalecendo a resiliência profissional e contribuindo para a prevenção da Síndrome de Burnout. A implementação dessas medidas evidencia a relevância de abordagens multidimensionais para promover a saúde mental dos enfermeiros. Barbosa e Freitas (2020) destacam que a saúde mental do profissional é afetada por características pessoais, como motivação intrínseca, percepção de controle sobre o trabalho e capacidade de adaptação. Essas variáveis individuais podem potencializar ou minimizar os efeitos negativos de condições organizacionais adversas.

A literatura sugere que a prevenção do Burnout deve incluir ações integradas. Pereira e Costa (2020) afirmam que programas institucionais, juntamente com estratégias individuais como práticas de autocuidado, mindfulness e suporte psicológico, podem contribuir para a redução dos sintomas de exaustão emocional e despersonalização. Ferreira e Santos (2022) destacam que a adoção de intervenções multidimensionais é crucial para prevenir a Síndrome de Burnout em enfermeiros. Essas intervenções envolvem a formação em habilidades socioemocionais, como inteligência emocional, resolução de conflitos e comunicação assertiva, além de promover o suporte social no local de trabalho.

A literatura aponta que o desenvolvimento dessas habilidades ajuda a diminuir a exaustão emocional, melhora a percepção de realização profissional e favorece um ambiente organizacional mais saudável, com impactos positivos na saúde mental dos profissionais. Além da formação socioemocional, Ferreira e Santos (2022) sugerem a criação de programas institucionais de suporte psicológico, que fornecem orientação, monitoramento e ferramentas para enfrentar o estresse ocupacional. Esses programas apoiam os profissionais no manejo de situações de alta pressão e complexidade, prevenindo o desgaste emocional crônico e reforçando a capacidade de enfrentamento em face de demandas intensas.

Gomes e Carvalho (2023) reiteram a relevância das políticas institucionais de prevenção, enfatizando que o suporte emocional, combinado com treinamentos contínuos, é fundamental para criar ambientes de trabalho mais saudáveis. A presença de supervisão adequada, feedbacks construtivos e programas de capacitação ajuda os enfermeiros a perceberem o apoio da instituição e contribui para a redução do Burnout, promovendo maior engajamento profissional. Na visão de Gomes e Carvalho (2023), a implementação de práticas

de autocuidado estruturadas e integradas ao dia a dia laboral é um aspecto crucial dessas políticas.

A realização de pausas estratégicas, momentos de reflexão e atividades que favoreçam o bem-estar físico e mental permitem que os enfermeiros gerenciem o estresse de maneira mais eficaz, reduzindo os sintomas de exaustão emocional e aumentando a resiliência individual diante das exigências da profissão. Moreira e Gomes (2023) ressaltam que para compreender o Burnout de forma eficaz, é necessário integrar fatores organizacionais, sociais e individuais, o que possibilita planejar intervenções preventivas ajustadas à realidade do serviço de enfermagem.

A análise conjunta dessas dimensões facilita a identificação de vulnerabilidades específicas e a proposição de ações direcionadas, que vão desde a melhoria da gestão institucional até o fortalecimento das habilidades pessoais e redes de suporte social. Ademais, Moreira e Gomes (2023) afirmam que a aplicação de estratégias integradas beneficia tanto a saúde mental dos profissionais quanto a qualidade do atendimento aos pacientes. O fortalecimento da resiliência, aliado a um ambiente organizacional bem estruturado e ao suporte social adequado, estabelece condições para uma prática de enfermagem sustentável, reduzindo o risco de Burnout e promovendo o bem-estar físico, psicológico e profissional.

Assim a literatura indica que a ocorrência da Síndrome de Burnout entre enfermeiros resulta da complexa interação entre sobrecarga organizacional, relações interpessoais e características individuais. Compreender essas dimensões é essencial para fundamentar políticas institucionais e estratégias de prevenção ao sofrimento mental, promovendo a saúde ocupacional e a qualidade do atendimento.

4 CONCLUSÃO/CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta revisão narrativa destaca que a Síndrome de Burnout entre enfermeiros é um fenômeno complexo, resultante da interação de fatores organizacionais, sociais e individuais. Sobrecarga de trabalho, falta de recursos adequados, conflitos interpessoais, baixa resiliência e estratégias de enfrentamento inadequadas são fatores principais que levam ao sofrimento mental desses profissionais. Esses resultados ressaltam a importância de uma compreensão integrada do fenômeno para embasar políticas e intervenções eficazes no ambiente de trabalho.

Os fatores organizacionais, como longas jornadas de trabalho, demandas assistenciais excessivas e falta de reconhecimento, afetam diretamente a exaustão emocional e a percepção de eficácia profissional. Ao mesmo tempo, aspectos sociais, como o apoio da equipe, comunicação eficaz e boas relações interpessoais, podem aliviar os efeitos do estresse ocupacional, promovendo resiliência e qualidade no atendimento.

A dimensão individual, que envolve estratégias de enfrentamento, hábitos de autocuidado e a percepção de equidade no ambiente de trabalho, destaca a importância de formação contínua, programas de prevenção ao estresse e incentivo a práticas de autocuidado entre os enfermeiros. Essas ações são essenciais para diminuir a incidência de Burnout e melhorar a saúde mental dos enfermeiros.

Portanto, conclui-se que a promoção da saúde mental e a prevenção da Síndrome de Burnout entre enfermeiros exige uma abordagem multidimensional, que inclua melhorias organizacionais, suporte social e capacitação individual. A implementação de estratégias integradas não só beneficia o bem-estar dos profissionais, mas também aprimora a qualidade e segurança do atendimento, solidificando práticas de enfermagem mais sustentáveis e resilientes no ambiente hospitalar.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, R.; PONTES, F. Fatores psicossociais e desenvolvimento do Burnout em enfermeiros hospitalares. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 10, n. 2, p. 101–110, 2021.

BARBOSA, M.; FREITAS, S. Influência da jornada de trabalho e suporte institucional na saúde mental de enfermeiros. **Revista Saúde e Trabalho**, v. 11, n. 1, p. 33–42, 2020.

CARVALHO, P.; LIMA, R. Fatores de risco para Burnout em profissionais de enfermagem. **Revista Enfermagem em Foco**, v. 11, n. 2, p. 123–130, 2021.

COSTA, V.; ALMEIDA, R. Conflitos interpessoais e estresse ocupacional. **Revista Saúde e Sociedade**, v. 29, n. 2, p. 101–110, 2021.

FERREIRA, S.; SANTOS, P. Resiliência e autocuidado em enfermeiros: implicações para Burnout. **Revista Enfermagem Contemporânea**, v. 9, n. 3, p. 56–64, 2022.

FERREIRA, T.; ALMEIDA, D. Estratégias individuais de enfrentamento e prevenção do Burnout. **Revista Brasileira de Psicologia**, v. 37, n. 1, p. 89–98, 2022.

GOMES, R.; CARVALHO, P. Intervenções para prevenção de Burnout em enfermeiros. **Revista Enfermagem em Evidência**, v. 10, n. 2, p. 88–96, 2023.

LIMA, C.; BARROS, A. Reconhecimento profissional e motivação no trabalho de enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, n. 4, p. 321–330, 2020.

MACHADO, E.; SILVA, T. Experiência de enfermeiros durante a pandemia da COVID-19 e Burnout. **Revista Brasileira de Saúde**, v. 17, n. 1, p. 12–22, 2021.

MOREIRA, P.; GOMES, L. Burnout e fatores de risco psíquicos em profissionais de enfermagem: revisão integrativa. **Revista Brasileira de Enfermagem em Saúde**, v. 15, n. 2, p. 55–64, 2023.

MOURA, F.; SILVA, J. Revisão narrativa da literatura: fundamentos metodológicos. **Revista Metodologia Científica**, v. 8, n. 1, p. 45–52, 2019.

Matthew J. Page, M. J. et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. **BMJ**, v. 372, n. 71, 2021.

PEREIRA, J.; COSTA, F. Impactos do Burnout na qualidade do cuidado de enfermagem. **Revista Saúde Ocupacional**, v. 16, n. 2, p. 45–53, 2020.

PEREIRA, L.; LIMA, M. Recursos institucionais e redução do estresse ocupacional. **Revista Gestão em Saúde**, v. 15, n. 2, p. 67–75, 2022.

SILVA, T.; NASCIMENTO, L. Estresse ocupacional e estratégias de enfrentamento em profissionais de enfermagem. **Revista Enfermagem Atual**, v. 24, n. 3, p. 77–86, 2022.

SANTOS, A.; OLIVEIRA, M. Saúde mental e Burnout em enfermeiros: desafios contemporâneos. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 72, n. 3, p. 456–465, 2019.

SOUZA, R.; MENDES, L. Jornada de trabalho e exaustão emocional em enfermeiros. **Enfermagem Atual**, v. 23, n. 1, p. 34–42, 2019.