

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ  
SETOR DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE SAÚDE COLETIVA  
ESPECIALIZAÇÃO EM PERÍCIAS MÉDICAS

FÁBIO MORENO ZATTONI GOMES BARBOSA

**IMPACTOS DA PANDEMIA DE COVID-19 NA INCIDÊNCIA DOS CASOS  
DE BURNOUT**

CURITIBA

2023

FÁBIO MORENO ZATTONI GOMES BARBOSA

**IMPACTOS DA PANDEMIA DE COVID-19 NA INCIDÊNCIA DOS CASOS DE  
BURNOUT**

Artigo apresentado à Especialização em Perícias Médicas, do Departamento de Saúde Coletiva, Setor de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Paraná, como requisito parcial à conclusão do Curso.

Orientador(a): Prof. MSc. Raffaello Popa Di Bernardi

CURITIBA

2023

## **RESUMO**

*A pandemia de COVID-19 estimulou estudos sobre a saúde mental dos trabalhadores, que podem ter impacto em afastamento de funcionários por Burnout. Esse estudo tem como objetivo apresentar os dados obtidos em diversos estudos sobre os colaboradores acometidos pela síndrome de burnout no período da pandemia de COVID-19. Em relação ao método, o estudo teve uma abordagem qualitativa, utilizando como metodologia a revisão de literatura. Foram selecionados artigos publicados no período compreendido entre 2020 e 2023, em português, espanhol ou inglês. A pandemia de COVID-19 teve um impacto negativo no bem-estar psicológico dos trabalhadores em todo o mundo. Certos estilos de enfrentamento podem aumentar o risco de esgotamento. Algumas profissões são mais vulneráveis do que outras aos efeitos do esgotamento, e professores e profissionais de saúde são particularmente propensos a altas taxas de esgotamento, como acontecia mesmo antes a pandemia. Desta forma, pode-se observar uma elevada prevalência de estudos relacionados ao esgotamento entre os profissionais de saúde, especialmente durante o auge de casos de pessoas infectadas pela doença.*

**Palavras-Chave:** *Síndrome de Burnout. Esgotamento. Pandemia de COVID-19.*

## **ABSTRACT**

*The COVID-19 pandemic has stimulated studies on workers' mental health, which may have an impact on employee absence due to Burnout. This study aims to present data obtained in several studies on employees affected by burnout syndrome during the COVID-19 pandemic. Regarding the method, the study had a qualitative approach, using literature review as a methodology. Articles published in the period between 2020 and 2023, in Portuguese, Spanish or English, were selected. The COVID-19 pandemic has had a negative impact on the psychological well-being of workers around the world. Certain coping styles can increase your risk of burnout. Some professions are more vulnerable than others to the effects of burnout, and teachers and healthcare professionals are particularly prone to high rates of burnout, as was the case even before the pandemic. Thus, a high prevalence of studies related to burnout among health professionals can be observed, especially during the peak of cases of people infected by the disease.*

**Key-Words:** *Burnout syndrome. Exhaustion. COVID-19 pandemic.*

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO .....	5
2. MÉTODOS .....	6
3. REVISÃO DA LITERATURA .....	6
4. CONCLUSÃO .....	10
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	11

## 1. INTRODUÇÃO

A síndrome de *burnout* é considerada um problema multidimensional devido a uma série de sintomas como despersonalização, ansiedade, falta de motivação, cansaço mental, falta de realização pessoal e profissional, que influenciam no bem-estar do trabalhador e do paciente, mas é importante destacar que cada pessoa pode enfrentar problemas de maneiras diferentes (RAZU *et al.*, 2021).

A síndrome de *burnout*, segundo entendimento de Trigo *et al.* (2007, p. 2), “é consequência de prolongados níveis de estresse no trabalho e compreende exaustão emocional, distanciamento das relações pessoais e diminuição do sentimento de realização pessoal”.

A pandemia de COVID-19 teve início no ano de 2020, com um impacto negativo significativo na saúde dos trabalhadores em todo o mundo, não apenas limitado ao bem-estar físico, mas também afetando o bem-estar psicológico (OLIVER *et al.*, 2022; GUALANO *et al.*, 2022). A COVID-19 teve um impacto na saúde ocupacional direta e indiretamente. O impacto direto foi a necessidade de gerir o risco de contágio no local de trabalho e o regresso ao trabalho após a COVID-19, bem como os problemas emergentes relacionados com a síndrome da COVID-19. O efeito indireto da COVID-19 no local de trabalho foi a adoção de medidas organizacionais adotadas para reduzir o seu impacto, sendo o trabalho remoto a principal solução para muitas empresas reduzirem o risco de contágio; o trabalho remoto tem sido, por si só, uma importante fonte de sofrimento psicológico para os trabalhadores em todo o mundo (GUALANO *et al.*, 2022; ROSSI *et al.*, 2023).

A pandemia de COVID-19 estimulou estudos sobre a saúde mental dos trabalhadores, e muitos deles relataram uma alta prevalência de *burnout* (BORRELLI *et al.*, 2022). Estudos longitudinais, com comparação entre dados coletados antes da pandemia e observações subsequentes, são escassos (PIJPKER *et al.*, 2022). Uma revisão abrangente de estudos realizados durante pandemias mostrou que os profissionais de saúde sofrem de elevadas taxas de esgotamento, mas as taxas de prevalência observadas são semelhantes às registadas fora da pandemia em setores de saúde com elevado estresse (MAGNAVITA *et al.*, 2021).

Diante do exposto, esse estudo visa realizar uma revisão de literatura acerca dos colaboradores acometidos pela síndrome de *burnout* no período da pandemia de COVID-19.

## 2. MÉTODOS

O procedimento técnico foi a revisão de literatura com uma abordagem qualitativa. Os dados foram coletados por meio de fontes secundárias, através de livros, artigos e publicações disponíveis para um estudo mais aprofundado do tema apresentado.

Para o desenvolvimento dessa revisão de literatura, foi definido como descritores para efetuar a busca nas bases de dados as palavras-chave em português, traduzidas posteriormente para a língua inglesa e espanhola: *Burnout* e COVID-19 para realizar a busca por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) (<http://brasil.bvs.br/>), que pesquisa nas bases de dados: LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), MEDLINE (U.S. *National Library of Medicine*), Biblioteca *Cochrane* e SciELO (*Scientific Electronic Library Online*).

Para a seleção dos artigos, foram utilizados os seguintes critérios de inclusão: artigos que fazem parte do escopo desse estudo, publicados no período compreendido entre 2020 e 2023, em português, espanhol ou inglês. Os critérios de exclusão foram: artigos com dados incompletos, publicações duplicadas, trabalhos de revisão de literatura, artigos de opinião, palestras, pesquisas realizadas sem aderência com o tema e artigos não relacionados ao escopo do estudo.

Os dados foram organizados, analisados e interpretados de forma sintetizada, por meio do levantamento do ano, título, autor(es), tipo de estudo, periódico de publicação. Para facilitar o entendimento, os resumos das publicações selecionadas foram lidos e, se em conformidade aos objetivos desse estudo, lidos os artigos na íntegra, a fim de serem identificados os principais resultados.

## 3. REVISÃO DA LITERATURA

A síndrome de *burnout* possui natureza psicológica e se apresenta a partir da exaustão emocional e distanciamento relacionado à resposta prolongada aos estressores interpessoais, incluindo a exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização profissional/pessoal. Nos critérios de dimensão, a exaustão emocional representa a tensão individual do *burnout*, e está relacionado a sentimentos de estar sobrecarregado e esgotado de suas forças emocionais e físicas. A despersonalização representa a dimensão do contexto interpessoal do *burnout* e trata da resposta negativa, insensível ou excessiva a aspectos relacionados ao trabalho

(atividade dos cuidadores informais ou formais). E, na redução da realização pessoal decorrente do *burnout* da autoavaliação, refere-se a sentimentos de incompetência ou falta de sucesso e produtividade na atividade de cuidador (DUTRA *et al.*, 2019).

A síndrome de *burnout* traz em sua apresentação a sensação de exaustão, inferioridade, isolamento, angústia, impressão de insatisfação a tudo. Trata-se de uma doença específica ou forma de depressão e os efeitos ao paciente demonstram esgotamento, sofrimento de ansiedade, podendo levar ao isolamento, perda de amigos, afastamento familiar, social e profissional (GRUDTNER, 2018).

Na classificação de doenças pela Organização Mundial de Saúde, a Classificação Internacional de Doenças (CID-10), em 1990, classificou o *burnout* na categoria de problemas relacionados a dificuldades de gestão da vida com definição breve e direta: estado de exaustão vital (GRUDTNER, 2018). Contudo, importante relatar que houve uma mudança em sua classificação no CID-11, onde é definido como síndrome relacionada ao esgotamento profissional em virtude de estresse crônico não administrado adequadamente.

Os desgastes físicos e emocionais que caracterizam o *burnout* têm suas origens nos seis pontos de desequilíbrio entre os indivíduos e sua atividade, como excesso de trabalho, falta de controle, remuneração insuficiente, colapso da união, ausência de equidade e valores conflitantes (MASLACH; LEITER, 1999; MUROFUSE *et al.*, 2005).

## **COVID-19 E A INCIDÊNCIA DE BURNOUT**

A pandemia de COVID-19 teve um impacto negativo no bem-estar psicológico dos trabalhadores em todo o mundo. Certos estilos de enfrentamento podem aumentar o risco de esgotamento.

Os sintomas associados à condição pós-COVID-19 são variados e podem ser físicos (como fadiga, dor e dispneia) ou mentais (como dificuldades de memória e concentração), com curso flutuante e exacerbação pós-esforço frequentemente relatada (NITTAS *et al.*, 2022; DAVIS *et al.*, 2023). Muitos destes sintomas têm um impacto negativo no funcionamento cotidiano dos indivíduos, incluindo prejuízos na sua capacidade de praticar atividades físicas e de participar na vida social e no trabalho (KERKSIECK *et al.*, 2023).

A prevalência da condição pós-COVID-19 é mais alta entre aqueles em idade ativa e as implicações socioeconômicas resultantes são provavelmente consideráveis

(NITTAS *et al.*, 2022).

Nos Estados Unidos, dados apontaram que, tal como em 2020, os trabalhadores americanos em geral registaram taxas elevadas de esgotamento em 2021 e, de acordo com a Pesquisa de Trabalho e Bem-Estar de 2021 da American Psychological Association (APA), com cerca de 1.501 trabalhadores adultos dos Estados Unidos, 79% dos funcionários experimentaram estresse relacionado com o trabalho. Quase 3 em cada 5 funcionários relataram impactos negativos do estresse relacionado ao trabalho, incluindo falta de interesse, motivação ou energia (26%) e falta de esforço no trabalho (19%). Entretanto, 36% relataram cansaço cognitivo, 32% relataram exaustão emocional e ainda 44% relataram fadiga física – um aumento de 38% desde 2019 (ABRAMSON, 2023).

Algumas profissões são mais vulneráveis do que outras aos efeitos do esgotamento, e professores e profissionais de saúde são particularmente propensos a altas taxas de esgotamento, como acontecia mesmo antes a pandemia (ABRAMSON, 2023).

Konlan *et al.* (2022) procuraram determinar as características pessoais e profissionais dos profissionais de saúde que influenciaram a sua experiência de esgotamento durante a pandemia de COVID-19. A prevalência de *burnout* entre os participantes foi de 20,57%, com os não médicos apresentando maior *burnout* em comparação aos médicos (26,74% v 15,64%). Os profissionais de saúde com 1 a 5 anos de experiência profissional tinham 26,81% mais probabilidade de sofrer de *burnout*. O turno noturno definido como turno entre 20h e 8h foi associado à chance de 1,86 de sofrer *burnout*. Da mesma forma, os participantes com empregos adicionais tinham 1,14 vezes mais probabilidade de sofrer de *burnout*. Além disso, os participantes que tinham intenções de deixar os seus empregos atuais tinham 4,61 vezes mais probabilidade de sofrer de *burnout*. Ainda, os participantes com percepção de alta carga de trabalho tinham 2,38 vezes mais probabilidade de sofrer de esgotamento no trabalho.

Estudos transversais repetidos que medem os níveis de *burnout* no início da pandemia observaram uma redução na prevalência ao longo do tempo, especialmente nos casos em que foram adotadas intervenções de apoio aos trabalhadores (MAGNAVITA *et al.*, 2021). À medida que o esgotamento se tornou mais prevalente durante a pandemia de COVID-19, foi realizada uma revisão para avaliar quais comportamentos nos profissionais de saúde resultaram nas pontuações mais baixas



de esgotamento: apoio social e emocional, atividade física, autocuidado físico e distanciamento emocional e físico do trabalho foram as estratégias de enfrentamento mais eficazes em profissionais de saúde (ROSSI *et al.*, 2023).

Meira-Silva *et al.* (2022) afirmam que existem evidências de que ocorreram danos à saúde mental dos profissionais de saúde durante a pandemia causada pela COVID-19, sendo esses os profissionais que estavam na linha de frente para o enfrentamento da doença.

Kok *et al.* (2021) realizaram um estudo iniciado antes da pandemia, em outubro de 2019, com nova reavaliação em maio de 2020 e com isso conseguiram identificar profissionais de terapia intensiva com e sem *burnout* nos períodos pré e pós-pandemia. Onde a prevalência dos sintomas de *burnout* foi de 23% pré-pandemia e de 36,1% na amostra de 2020.

Os resultados dos estudos que analisaram a associação entre o desenvolvimento da síndrome de *burnout* e o trabalho na linha de frente do combate à COVID-19 foram controversos. Pelo menos nove publicações encontraram uma associação positiva entre trabalhar na linha da frente e uma maior prevalência de *burnout*, enquanto outras quatro encontraram o oposto (MEIRA-SILVA *et al.*, 2022). É importante ressaltar que houve muita variabilidade entre as metodologias adotadas em cada estudo para testar a associação e os resultados não podem ser simplesmente comparados entre si.

Embora seja importante desenvolver estratégias e intervenções de gestão eficazes para reduzir o fardo sanitário da condição pós-COVID-19, é fundamental considerar também o seu impacto na força de trabalho e estabelecer caminhos sensatos para restaurar a participação ocupacional das pessoas afetadas.

As organizações de saúde continuam a sentir o impacto da COVID-19 no pessoal. Embora a escassez de médicos esteja em desenvolvimento há décadas, o estresse e o esgotamento induzidos pela COVID-19 exacerbaram o problema. As avaliações iniciais previram um êxodo em massa de médicos de todas as idades. Em uma pesquisa Jackson Physician Search, realizada em 2021, 21% dos médicos disseram que estavam planejando aposentadoria antecipada por causa do COVID. Uma pesquisa da MGMA STAT de 2022 descobriu que 40% dos consultórios médicos viram um médico se aposentar mais cedo ou abandonar o consultório devido ao esgotamento. No entanto, à medida que se aproximada o fim da emergência de saúde pública para a COVID-19, os médicos com sintomas de síndrome de *Burnout* não

abandonaram a profissão em massa, mas muitos fizeram mudanças que refletiram na mudança de prioridades e novas expectativas sobre como será a carreira de um médico (MEDICAL GROUP MANAGEMENT ASSOCIATION, 2022).

#### **4. CONCLUSÃO**

A pandemia da COVID-19 criou uma mudança sem precedentes na vida contemporânea que gerará consequências importantes ao longo dos próximos anos na saúde mental das pessoas em geral. Em meio a todas as mudanças, ao passo que a população foi orientada a ficar em casa como uma forma de reduzir o contágio pelo Sars-CoV-2, contraditoriamente, os profissionais da saúde e de serviços essenciais ficaram com a responsabilidade de integrar a linha de frente no cuidado às pessoas adoecidas.

Desta forma, pode-se observar uma elevada prevalência de estudos relacionados ao esgotamento entre os profissionais de saúde, especialmente durante o auge de casos de pessoas infectadas pela doença. Trabalhar em turnos noturnos e no nível primário de cuidados de saúde ficou significativamente associado a maiores probabilidades de sofrer esgotamento.

Além disso, profissionais da saúde que continuam expostos a altos níveis de estresse crônico, sem a oportunidade de se recuperar, acabam perdendo a capacidade de cuidar de si mesmo, ter empatia com seu paciente e prestar atendimento de qualidade.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABRAMSON, A. Burnout and stress are everywhere. **American Psychological Association**, v. 53, n. 1, p. 72, 2022.

BORRELLI, I. *et al.* A new tool to evaluate burnout: the Italian version of the BAT for Italian healthcare workers. **BMC Public Health.**, v. 22, p. 474, 2022.

DAVIS, H. E. *et al.* Long COVID: major findings, mechanisms and recommendations. **Nat Rev Microbiol.**, v. 21, p. 133-46, 2023.

DUTRA, H. S. *et al.* *Burnout* entre profissionais de enfermagem em hospitais no Brasil. **Revista Cuidarte**, v. 10, n. 1, 2019.

GRUDTNER, R. R. **O que é síndrome de burnout: e quais as estratégias para enfrentá-la.** Associação Nacional de Medicina do Trabalho, 2018. Disponível em: <https://www.anamt.org.br/portal/2018/05/30/o-que-e-sindrome-de-burnout-e-quais-as-estrategias-para-enfrenta-la/>. Acesso em: 14 nov. 2023.

GUALANO, M. *et al.* Returning to work and the impact of post COVID-19 condition: a systematic review. **Work.**, v. 73, p. 405-13, 2022.

KELKER, H. *et al.* Prospective study of emergency medicine provider wellness across ten academic and community hospitals during the initial surge of the COVID-19 pandemic. **BMC Emerg Med.**, v. 21, n. 1, p. 36, 2021.

KERKSIECK, P. *et al.* Post COVID-19 condition, work ability and occupational changes in a population-based cohort. **The Lancet**, v. 31, n. 100671, August 2023.

KNECHTEL, M. R. **Metodologia da pesquisa em educação: uma abordagem teórico-prática dialogada.** Curitiba: Intersaberes, 2014.

KOK, N. *et al.* Coronavirus disease 2019 immediately increases burnout symptoms in ICU professionals: a longitudinal cohort study. **Crit Care Med.**, v. 49, n. 3, p. 419-27, 2021.

KONLAN, K. D. *et al.* Burnout syndrome among healthcare workers during COVID-19 Pandemic in Accra, Ghana. **PLoS ONE**, v. 17, n. 6, p. e0268404, 2022.

MAGNAVITA, N. *et al.* /MERS/SARS-CoV-2 Outbreaks and burnout syndrome among healthcare workers. An umbrella systematic review. **Int J Environ Res Public Health.**, v. 18, p. 4361, 2021.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. **Trabalho: fonte de prazer ou desgaste? Guia para vencer o estresse na empresa.** São Paulo: Papirus, 1999.

MEDICAL GROUP MANAGEMENT ASSOCIATION. **Burnout-driven physician resignations and early retirements rising amid staffing challenges.** MGMA Stat, 24 ago. 2022. Disponível em: <https://www.mgma.com/mgma-stats/burnout-driven-physician-resignations-and-early-retirements-rising-amid-staffing-challenges>. Acesso

em: 15 nov. 2023.

MEIRA-SILVA, V. S. T. et al. Burnout syndrome in healthcare workers during the COVID-19 pandemic: a systematic review. **Rev Bras Med Trab.**, v. 20, n. 1, p. 122-131, 2022.

MUROFUSE, N. T. *et al.* Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 13, n. 2, p. 255-61, 2005.

NITTAS, V. *et al.* Long COVID through a public health lens: an umbrella review. **Publ Health Rev.**, n. 2022, 2022.

OLIVER, T. *et al.* A year in the life of U.S. frontline health care workers: impact of COVID-19 on weight change, physical activity, lifestyle habits, and psychological factors. **Nutrients.**, v. 14, p. 4865, 2022.

PIJPKER, R. *et al.* The role of off-job crafting in burnout prevention during COVID-19 Crisis: a longitudinal study. **Int J Environ Res Public Health.**, v. 19, p. 2146, 2022.

RODRIGUES, R. M. **Pesquisa acadêmica**: como facilitar o processo de preparação de suas etapas. São Paulo: Atlas, 2007.

RAZU, S. R. *et al.* Challenges faced by healthcare professionals during the COVID-19 pandemic: A qualitative inquiry from Bangladesh. **Frontiers in public health**, v. 9, p. 1024, 2021.

ROSSI, M. F. et al. Coping with burnout and the impact of the COVID-19 pandemic on workers' mental health: A systematic review. **Front. Psychiatry**, v. 14, 2023.

TRIGO, T. R. *et al.* Síndrome de *burnout* ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 34, n. 5, p. 223-233, 2007.