

A RELAÇÃO ENTRE A SÍNDROME DE BURNOUT E OS CUIDADORES EM ACOLHIMENTO INSTITUCIONAL DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Carlene Ribeiro da Silva – Bacharel em Psicologia – FAMAP. E-mail:
carleneribsilva@gmail.com

André Benassuly Arruda – Docente – FAMAP. E-mail:
profpsi21@faculdefamap.edu.br

Genecy Roberto dos Santos Bachinski – Docente – FAMAP. E-mail:
genecypsi@hotmail.com

Geny Roberto dos Santos – Docente – FAMAP. E-mail:
administrativo@faculdefamap.edu.br

Helena Cristina Santos Nascimento – Docente – FAMAP. E-mail:
administrativo@faculdefamap.edu.br

Josie Rodrigues Vieira – Docente – FAMAP. E-mail:
administrativo@faculdefamap.edu.br

Marineide Aquino de Souza – Docente – FAMAP. E-mail:
administrativo@faculdefamap.edu.br

Maria Clara Nascimento Teixeira – Docente – FAMAP. E-mail:
administrativo@faculdefamap.edu.br

Sinandra Carvalho dos Santos Fernandes – Docente – FAMAP. E-mail:
administrativo@faculdefamap.edu.br

RESUMO

O objetivo deste trabalho é investigar a relação entre a síndrome de burnout e os cuidadores que atuam em serviços de acolhimento institucional para crianças e adolescentes. A razão para a pesquisa se dá pelo fato de que em uma experiência diária em um acolhimento institucional, pode perceber que esses profissionais estão frequentemente expostos a elevados níveis de estresse. Isso ocorre em razão da complexidade emocional das demandas e a responsabilidades semelhantes à de um pai e/ou mãe no cuidado de indivíduos em situação de vulnerabilidade social. A metodologia adotada foi qualitativa, baseada em uma pesquisa bibliográfica sobre o tema. Os resultados encontrados nos

artigos pesquisados indicaram altos índices de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, características centrais do burnout. Conclui-se que é fundamental o desenvolvimento de políticas institucionais de apoio psicológico, capacitação contínua e melhoria nas condições de trabalho desses profissionais, a fim de prevenir o adoecimento psíquico e garantir um acolhimento de qualidade às crianças e adolescentes.

Palavras-chave: Burnout; cuidadores; acolhimento institucional; saúde mental; políticas públicas.

INTRODUÇÃO

O acolhimento institucional, serviço integrante da Proteção Social Especial de Alta Complexidade do SUAS, configura-se como um espaço provisório semelhante a uma residência, destinado à crianças e adolescentes em situação de abandono, violação de direitos ou vulnerabilidade social (BRASIL, 2023). Essas instituições, limitadas a 20 acolhidos por unidade, operam sob o Estatuto da Criança e do Adolescente (Lei nº 8.069/1990), com ingresso mediado pelo Poder Judiciário ou Conselho Tutelar (Ministério do Desenvolvimento Social, 2023). Nesse contexto, os cuidadores assumem responsabilidades que ultrapassam o atendimento básico, envolvendo-se emocionalmente em um ambiente frequentemente marcado por sobrecarga laboral, escassez de recursos e exposição a traumas, fatores que os tornam especialmente vulneráveis à Síndrome de Burnout (SB) (NOGUEIRA et al., 2024).

A SB, reconhecida como transtorno mental ocupacional pela OMS em 2022, caracteriza-se por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional (Ministério da Saúde, 2023). Desde sua descrição por Freudenberg (1974), associa-se ao esgotamento psicossocial decorrente de demandas laborais excessivas (SILVA, 2019). No cenário capitalista contemporâneo, a pressão por produtividade e a precarização das condições de trabalho intensificam o estresse ocupacional, elevando os índices de absenteísmo e adoecimento psíquico entre cuidadores (OLIVEIRA et al., 2025). Diante desse quadro, emergem questionamentos críticos: quais os principais sintomas psicológicos associados ao Burnout nesses profissionais? E como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) pode intervir?

Para responder a tais questões, este estudo objetiva investigar a relação entre a SB e os cuidadores de abrigos institucionais, com os seguintes focos específicos: (1) compreender a síndrome em sua dimensão teórica e clínica; (2) identificar os sintomas psicológicos mais prevalentes; e (3) analisar estratégias de intervenção baseadas na TCC, abordagem que visa reestruturar crenças disfuncionais e promover coping adaptativo (BECK, 1997). A relevância desta pesquisa reside na urgência de políticas institucionais

que mitiguem o desgaste emocional desses profissionais, assegurando não apenas sua saúde mental, mas também a qualidade do acolhimento oferecido (SILVA, 2019).

METODOLOGIA

A presente pesquisa adota uma abordagem qualitativa com delineamento bibliográfico, considerando a natureza do tema: “A relação entre a síndrome de burnout e os cuidadores que atuam no acolhimento institucionais à crianças e adolescentes”. A escolha pela abordagem justifica-se por permitir uma compreensão aprofundada dos aspectos subjetivos, simbólicos e contextuais relacionados ao fenômeno estudado.

Segundo Godoy (1995), a pesquisa qualitativa é caracterizada por seu foco na compreensão dos processos sociais e subjetivos, utilizando técnicas como entrevistas abertas, grupos de discussão e observação participante para coletar dados ricos em detalhes e contextos. Essa abordagem é particularmente adequada para investigar fenômenos como o Burnout, que envolvem dimensões emocionais e relacionais complexas. Já a pesquisa bibliográfica foi selecionada por possibilitar a análise crítica de materiais teóricos já publicados, contribuindo para a fundamentação e aprofundamento do conhecimento existente sobre o tema.

O caráter exploratório possibilitou levantar questões relevantes, identificar fatores associados ao tema e propor temas para investigações futuras. A pesquisa bibliográfica, conforme Gil (2008), envolveu a revisão crítica de artigos científicos e livros, sintetizando as principais contribuições teóricas e empíricas sobre o tema.

O desenvolvimento metodológico da pesquisa compreendeu diferentes etapas. Primeiramente, foi realizada a delimitação do objeto de estudo, com a formulação do problema e a definição do objeto geral e dos objetivos específicos, orientando a trajetória da investigação. Em seguida, foi conduzido um levantamento preliminar da literatura com o objetivo de mapear os principais autores, obras e conceitos relevantes, o que possibilitou o refinamento do foco temático.

Para a busca dos materiais, foram utilizadas as seguintes bases de dados científicas e acadêmicas como Scielo, PePSIC, LILACS, PubMed e PsycINFO., BVS- Psi e Google Acadêmico. Os descritores utilizados na busca foram: síndrome de Burnout; cuidadores e instituição de acolhimento.

Foram definidos alguns parâmetros para orientar a busca e a seleção dos materiais. Em relação ao período de publicação, considerou-se os anos 2019 a 2025. Os critérios gerais de inclusão adotados foram: publicações disponíveis na íntegra; artigos em

português e inglês; obras com respaldo teórico e/ou empírico reconhecido; materiais publicados dentro do recorte temporal definido; e textos com revisão por pares.

Os critérios gerais de exclusão envolveram: textos opinativos ou sem fundamentação científica; documentos fora do escopo temático ou metodológico; publicações com acesso restrito; duplicatas entre bases consultadas; e obras que não dialogam diretamente com os objetivos de estudo.

Ao final do processo de seleção, foram identificados e incluídos na análise um total de dez documentos, considerando os critérios mencionados. Após essa etapa, os conteúdos teóricos extraídos da literatura selecionada foram organizados em eixos temáticos, estruturados a partir dos objetivos específicos da pesquisa. Essa organização teve como finalidade estabelecer conexões entre os principais conceitos, autores e enfoques teóricos, favorecendo uma construção lógica da argumentação.

Para essa sistematização, foi realizada uma tabulação inicial dos documentos selecionados, por meio de uma planilha analítica contendo informações como: autor(es), ano de publicação, tipo de documento, principais conceitos abordados, objetivos do texto e sua contribuição para o problema investigado. Essa tabulação possibilitou uma visão comparativa e crítica do material, auxiliando na categorização temática e na seleção dos textos mais significativos.

Com base nessa organização, foi realizada uma análise crítica e interpretativa do material, orientada pelos princípios da análise contendo. A análise buscou identificar convergências, divergências, contribuições teóricas e lacunas existentes na literatura, além de estabelecer o diálogo entre as diferentes abordagens. A análise de conteúdo favoreceu o agrupamento das categorias emergentes e a estruturação dos eixos teóricos.

A partir dessa leitura analítica e interpretativa, foram elaboradas as considerações teóricas parciais, que articulam os achados da literatura ao problema de pesquisa. Essa etapa consistiu na síntese crítica dos conteúdos analisados, destacando os principais pontos teóricos, a relevância acadêmica do tema e a contribuição do estudo para o campo da Psicologia.

Por tratar-se de uma pesquisa exclusivamente teórica e bibliográfica, sem coleta de dados com sujeitos humanos, este estudo não demandou submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, conforme a Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde, que isenta dessa exigência os estudos baseados apenas em fontes documentais.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Síndrome de Burnout não se trata apenas de um problema individual, e considerada uma questão psicossocial decorrente do ambiente laboral e do contexto social o qual o indivíduo está inserido. Na modernidade, o modo de vida imposto aos trabalhadores e a constatare adequação dos processos de trabalho tem ocasionado desgastes físicos e emocionais. O ritmo de trabalho acelerado a cada dia entra em conflito com os ritmos biológicos impactando na vida do trabalhador (Silva, 2019).

Sendo assim, no quadro 1 são apresentados os arquivos selecionados que abordam sobre a Síndrome de Burnout e cuidadores no acolhimento de crianças e adolescentes.

Quadro 1 – Artigos que abordam a Síndrome de Burnout e cuidadores.

Autor e Ano	Título da obra	Metodologia aplicada	Objetivo principal
Perniciotti <i>et al.</i> ,(2020)	Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção	Revisão de literatura	Revisa as principais definições, sintomas e critérios diagnósticos da SB, expondo as divergências existentes na literatura.
Silva (2019)	(Re)Conhecendo o Estresse no Trabalho: uma Visão Crítica	Revisão Crítica	O fenômeno como resultante de um processo social, histórico, econômico e político atual das organizações e do trabalho.
Oliveira, <i>et al.</i> (2025).	Burnout e estresse ocupacional: intervenções psiquiátricas e mudanças organizacionais para um ambiente de trabalho saudável	Abordagem qualitativa Revisão de literatura	Analisa estratégias psiquiátricas para a redução do estresse e do burnout, abordando intervenções farmacológicas, terapêuticas e organizacionais.
Silva <i>et al</i> (2024)	Burnout em profissionais da saúde: impactos na qualidade de vida e bem-estar	Abordagem qualitativa	Analisar a relação entre o burnout e a qualidade de vida dos profissionais da saúde, identificando os principais fatores de risco e propondo estratégias de mitigação.
Moura <i>et al.</i> , (2024)	Compreendendo a síndrome de burnout na teoria cognitivo comportamental	Revisão de literatura	Compreender a Síndrome de Burnout pela perspectiva da Terapia Cognitiva Comportamental e as contribuições dessa abordagem psicoterapêutica no tratamento dessa condição e no restabelecimento da qualidade de vida e saúde no ambiente de trabalho do indivíduo

			em sofrimento.
Souza; Bezerra (2019)	Síndrome de Burnout e os Cuidados da Terapia Cognitivo-Comportamental	Qualitativa, pesquisa bibliográfica	Favorecer um conhecimento amplo, como também, instrumentalização adequada no tratamento da síndrome de Burnout.
Santos <i>et al.</i> , (2024)	Cuidar de quem cuida: um olhar para o desenvolvimento humano e a saúde mental dos cuidadores	Abordagem qualitativa, descritiva e exploratória	As práticas de acolhimento e suporte oferecidas pelo projeto, destacando a importância de redes de apoio e estratégias de autocuidado para melhorar a saúde mental e o bem-estar dos cuidadores.
Soares; Rodrigues, Lima, (2023)	Síndrome de Burnout em cuidadores que atuam em instituição de acolhimento para crianças e adolescentes	Revisão narrativa de literatura	Explorar sobre a síndrome de Burnout nos cuidadores de instituição de acolhimento para crianças e adolescentes.
Schenkel <i>et al.</i> , (2023)	Acolhimento institucional na voz de cuidadoras de crianças e adolescentes que vivem em casa lar	Qualitativo, tipo descritivo e exploratório.	Conhecer o acolhimento institucional realizado por profissionais cuidadores que atuam com crianças e adolescentes que residem em Casa Lar.
Farinha (2019)	A Síndrome de Burnout em Cuidadores de Casas de Acolhimento de Crianças e Jovens em Risco	Estudo de Caso, uma abordagem mista de tipo qualitativa e quantitativa.	Analisar a síndrome de Burnout, assim como o clima de trabalho e o trabalho em equipe destes profissionais.
Fonseca, L. C.C. (2022)	Exaustão emocional em cuidadores do acolhimento residencial de crianças e jovens	Qualitativa e quantitativa	Investigar o efeito de variáveis pessoais (e.g., idade, sexo, anos de escolaridade, regulação emocional) e contextuais (rácio criança-cuidador) nos níveis de exaustão emocional.

Fonte: Elaborado pela autora (2025)

O Burnout é composto por dimensões sendo as principais, a exaustão emocional, despersonalização e a redução da realização profissional. Sendo considerada uma condição biopsicossocial, construídas a partir das características do indivíduo e por particularidades do ambiente onde desempenha sua profissão, aspectos esses estão em constante inter-relação (Soares; Rodrigues; Silva, 2023). A resposta prolongada a estressores interpessoais recorrentes no trabalho, resulta na SB, que é caracterizada por exaustão, despersonalização e declínio do sentimento de realização pessoal (Perniciotti *et al.*, 2020).

A SB também pode ser caracterizada como um problema psíquico com declínio de energia do funcionário, acarretado pelas atividades desenvolvidas no ambiente laboral que causa impacto negativo na vida do profissional (Moura *et al.*, 2024). Schenkel *et al.*, (2023), corrobora da mesma opinião, em caracterizar a SB, como um fenômeno psicológico que se manifesta em exaustão emocional, perda da motivação na realização de suas ocupações laborais.

Nesta perspectiva, Farinha (2019) corrobora que o Burnout se caracteriza como uma resposta ao stress profissional e considera um grande desafio para a saúde dos trabalhadores. E evidencia como um processo de três fases, a primeira se manifesta o stress laboral, causado pelas grandes exigências impostas ao sujeito. Na segunda fase, em resposta emocional para adaptar-se as exigências do cotidiano, resultando em fadiga, tensão e ansiedade. E última fase caracteriza-se pela reação do indivíduo às tensões a que é exposto e em consequência os resultados são a falta de motivação e intolerância às experiências no contexto profissional.

Para Oliveira *et al.* (2025), o estresse ocupacional e o Burnout é um desafio no ambiente organizacional, causando impactos na saúde mental dos servidores, resultando em baixa produtividade, clima organizacional e a retenção de talentos na empresa. Pois a deficiência na gestão da saúde mental no âmbito profissional compromete diretamente o desempenho organizacional.

No entanto, vale ressaltar que os fatores ambientais em que os trabalhadores estão expostos como carga excessiva no âmbito do trabalho, ausência de suporte por parte da empresa e pressão por desempenho, fatores decisivos para o desenvolvimento da síndrome de Burnout, que se revela em resposta a exposição excessiva a estressores emocionais e interpessoais recorrente no ambiente profissional (Oliveira *et al.*, 2025).

Fatores organizacionais, como a sobrecarga de tarefas, a ausência de políticas de apoio e a falta de estrutura adequada, são determinantes na manifestação do Burnout entre os cuidadores. A escassez de recursos materiais e humanos nas instituições de acolhimento compromete a capacidade dos profissionais de oferecer um cuidado de

qualidade, gerando estresse crônico e insatisfação. Estudos apontam que ambientes de trabalho desorganizados e sem suporte efetivo aumentam significativamente o risco de desenvolvimento do Burnout (Soares; Rodrigues; Silva, 2023). A saúde mental dos cuidadores é um tema relevante, pois a sobrecarga emocional ocasiona um esgotamento comprometendo a qualidade do cuidado oferecido (Santos et al., 2024).

Deste modo, os cuidadores de instituições de acolhimento no atendimento direto com crianças e adolescentes, possuem elevada responsabilidade, durante o exercício de suas atividades laborais, e necessitam de estratégias, atitudes, e medidas comportamentais, para que além do cuidado básico se estabeleça confiança e elo com os acolhidos. Nesta interação, os cuidadores tornam-se predispostos ao desgaste emocionais e embates no contexto laboral. O contexto institucional torna-se um recito para desenvolvimento da SB, pois o trabalho no acolhimento envolve a criação de relações com o próximo (Farinha, 2019).

A síndrome de Burnout é identificado entre os cuidadores em instituições de acolhimento, exaustão pela exigência emocional ao cuidar de crianças e adolescentes com uma experiência de trauma. Fatores que impactam o cuidador estão a falta de capacitação, escassez de recursos institucionais e exigência profissional. O elevado número de acolhidos sobrecarrega os cuidadores levando ao adoecimento e conseqüentemente o absenteísmo (Fonseca, 2022). Tais fatos suprime a qualidade de vida do profissional atuante no cuidado.

Portanto, a estrutura organizacional e suporte organizacional é determinante para prevenção do SB, a partir de políticas que priorizem a saúde mental do trabalhador, apoio psicológico, gerenciamento e supervisão regular, promoção do cuidado recíproco entre os colaboradores que resultará em um ambiente saudável. (Silva et al., 2024). Pois uma estrutura que flexibiliza a rotina e a carga de trabalho, contribui para o equilíbrio a demanda institucional e as necessidades dos cuidadores nas instituições de acolhimento (Schenkel et al., 2023).

Nesta perspectiva, é crucial que intervenções sejam aplicadas no contexto organizacional para cuidar de quem cuida, prática de autocuidado, capacitação continuada, equilíbrio profissional e pessoal. Em relação a intervenções organizacionais é necessário a mudanças das condições físico-ambientais, autonomia no ambiente de trabalho. A aplicação da terapia cognitiva-comportamental tem se tornado uma técnica eficiente na prevenção da síndrome de Burnout (Perniciotti, et al, 2020).

De acordo com Moura et al., (2024), a terapia cognitiva-comportamental é frequente utilizada na prática clínica para o tratamento de problemas psicológicos, em virtude de sua praticidade e centrada na solução durante o tratamento, cujo desígnio é

identificar e modificar os pensamentos disfuncionais e padrões de comportamento negativos que cooperam para o sofrimento emocional do sujeito.

Neste sentido, a terapia cognitiva-comportamental SB, leva em consideração as crenças, modelo comportamental existente do sujeito. O objetivo é interpretar as circunstâncias dos comportamentos e emoções vivenciadas. Pois, os pensamentos projetam e conduzem o comportamento do indivíduo, e o TCC ajusta e estimula ao aprendizado de como dominar os problemas e as circunstâncias onde estão inseridos. Ainda no tratamento do SB, a terapia cognitiva-comportamental pode ser aplicada uma abordagem colaborativa e psicoeducativa para que o sujeito possa elaborar um plano de treino, com a finalidade de identificar e monitorar pensamentos automáticos, diferenciar as relações existentes entre o pensamento, emoções, comportamentos e adequações de conteúdos distorcidos (Souza & Bezerra, 2019).

A terapia cognitiva-comportamental é semiestruturada e com limitado número de sessões para minimizar os sintomas e na adaptação, trabalhando seus padrões cognitivos e comportamentais, que resultam em angústia. A TCC é aplicada de forma ativa, laborando o empirismo colaborativo, uma interação entre o paciente e o terapeuta atuando em parceria nas sessões de maneira cooperativa. Neste contexto o terapeuta assessora com conhecimentos, intervenções e técnicas, e o paciente expõe suas experiências detalhando sobre suas necessidades e as causas que induziram a sua fragilidade, revertendo em mudança para pensamento racional e solução de problemas (Moura et al., 2024).

Outra técnica no tratamento da SB é o Registro de Pensamentos Difusos (RPD), as anotações ajudam o sujeito a reconhecer os pensamentos que provocaram emoções excessivas e desagradáveis e comportamentos inadequados, os tornando menos rígidos e contribuindo para o bem-estar do indivíduo (Souza & Bezerra, 2019; Moura et al., 2024).

E considerando os episódios advindos dos comportamentos e das emoções dificultadoras das relações sociais do trabalhador. Assim, a utilização da técnica de Reestruturação Cognitiva busca a correção e substituição das cognições inadequadas trazendo benefícios nas interrelações. E a técnica de treino assertivo é utilizada na terapia cognitiva comportamental para modificar a autopercepção, elevar a eficiência da assertividade, ajustamento dos pensamentos e emoções, com isso, fortalecer a autoconfiança (Souza & Bezerra, 2019).

Portanto, a síndrome de Burnout afeta a vida dos cuidadores nas instituições de acolhimento a crianças e adolescentes, devido à sobrecarga emocional, jornada de trabalho árdua. Portanto, uma abordagem precoce sobre a síndrome de Burnout no

FONSECA, L. C. C. Exaustão Emocional em Cuidadores do Acolhimento Residencial de Crianças e Jovens. (dissertação de mestrado). Psicologia da educação e desenvolvimento humano, outubro de 2022. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/145356/2/591292.pdf>. Acesso em: 7 jun. 2025

GIL, A. C. Métodos e técnicas de pesquisa social. 6. ed. Atlas, São Paulo, 2008.

GODOY A. S. Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades. RAE-Revista de Administração de Empresas, v. 35, n. 2, mar-abr, p. 57-63, 1995.

INSTITUTO DA SEGURANÇA SOCIAL, IP. (2023). CASA 2022 - Relatório de Caracterização Anual da Situação de Acolhimento das Crianças e Jovens. ISSIP. Disponível em:
https://pscps.ips.pt/moodle/pluginfile.php/195/mod_forum/attachment/782/Relat%C3%B3rio%20CASA%202022.pdf. Acesso em: 16 jun. 2025.

LOPES, A. de A. L.; NASCIMENTO, R. Z. do.; OLIVEIRA, K. C. do N. Estresse em trabalhadores da Atenção Primária em Saúde no cenário da pandemia pela COVID-19: Reflexões à luz da Teoria de Betty Neuman. Research, Society and Development, [S. l.], v. 12, n. 10, p. e19121043149, 2023. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/43149/34917/457198>. Acesso em: 18 jun. 2025.

LIMA, S.; DOLABELA, M. (2021). Estratégias usadas para a prevenção e tratamento da Síndrome de Burnout. Research, Society and Development. v. 10, n. 5, e11110514500, 2021. Disponível em: DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i5.14500>.

LIMA, L. A. O.; DOMINGUES JUNIOR, P. L.; SILVA, L. L. Estresse ocupacional em período pandêmico e as relações existentes com os acidentes laborais: estudo de caso em uma indústria alimentícia. RGO. Revista gestão organizacional (online), v. 17, p. 34-47, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.22277/rgo.v17i1.7484>. Acesso em: 14 jun. 2025.

LIMA, L. A. O.; SILVA, L. L.; DOMINGUES JÚNIOR, P. L. Qualidade de Vida no Trabalho segundo as percepções dos funcionários públicos de uma Unidade Básica de Saúde (UBS). *Revista de Carreiras e Pessoas*, v. 14, p. 346-359, 2024. <https://doi.org/10.23925/recape.v14i2.60020>.

MINAYO, M. C. S. (org.). *Pesquisa Social. Teoria, método e criatividade*. 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

MOURA, J. C. A.; SILVA, P. M. L.; TEODORO, G.; GIGANTE, P. C. S. C.; PIMENTA, C. N. F.; SOUSA, V.; RIBEIRO, D. C.; CÂMARA, V. M. S.; TOMAZ, A. C.B. E.; BUENO, F. N. Compreendendo a síndrome de Burnout na teoria cognitivo comportamental. *Revista Científica da UNIFENAS*. Número 2, Volume 6, março de 2024. DOI: 10.29327/2385054.6.2-1. Disponível em: <https://revistas.unifenas.br/index.php/revistaunifenas/article/view/937/364>. Acesso em 13 jun. 2025.

OLIVEIRA, A. L. A.; SILVA, R. S.; TIEPPO, G. R.; ALMEIDA, F. W. (2025). Burnout e estresse ocupacional: intervenções psiquiátricas e mudanças organizacionais para um ambiente de trabalho saudável. *Ciências da Saúde*, Volume 29 - Edição 143/FEV 2025 / 21/02/2025. DOI: 10.69849/revistaft/ra10202502210952. Disponível em: <https://revistaft.com.br/burnout-e-estresse-ocupacional-intervencoes-psiquiatricas-e-mudancas-organizacionais-para-um-ambiente-de-trabalho-saudavel/>. Acesso em: 11 jun. 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Burnout um "fenômeno ocupacional": Classificação Internacional de Doenças (2019). Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/burn-outan-occupational-phenomenon>. Acesso em: 29 nov. 2024.

PERNICIOTTI, P.; JÚNIOR, C. V. S.; GUARITA, R. V.; MORALES, R. J.; ROMANO, B. W. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção Burnout. *Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar*, Belo Horizonte, v. 23, n. 1, p. 35–52, 2020. DOI: 10.57167/Rev-SBPH.23.98. Disponível em: <https://revistasbph.emnuvens.com.br/revista/article/view/98>. Acesso em: 14 jun. 2025.

PINHEIRO, J. P.; SBCIGO J. B.; REMOR. Associação da empatia e do estresse ocupacional com o Burnout em profissionais da atenção primária à saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(9):3635-3646, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.30672018>. Acesso em: 16 jun. 2025.

SALES, E.; MEIRELLES, L.; ANDRADE, R.; SILVA, É. L.; JÚNIOR, E.S. (2022). Investigação sobre a síndrome de Burnout em cuidadores de crianças e adolescentes com Transtorno do Espectro Autista. *Concilium*. 22. 333-345. 10.53660/CLM-681- 736.DOI: 10.53660/CLM-681-736. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/366458569_Investigacao_sobre_a_sindrome_de_Burnout_em_cuidadores_de_crianças_e_adolescentes_com_Transtorno_do_Espectro_Autista. Acesso em: 13 jun. 2025.

SANTOS, H. M. M.; FONTES, C. J. F.; LIMA, D. S. Síndrome de Burnout e qualidade de vida dos profissionais da atenção primária à saúde durante a pandemia de COVID- 19, em município da Amazônia Brasileira. *Debates em Psiquiatria*, Rio de Janeiro, v. 12, p. 1–19, 2022. DOI: 10.25118/2763-9037.2022. v.12.410. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/410>. Acesso em: 20 jun. 2025.

SANTOS, T. M.; SARAIVA, P. M.; LIMA, J. H. R.; BEZERRA, G. V. A.; ARAÚJO, K. A.; AGOSTINHO, T. B. Cuidar de quem cuida: um olhar para o desenvolvimento humano e a saúde mental dos cuidadores. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, [S. l.], v. 10, n. 12, p. 4109–4115, 2024. DOI: 10.51891/rease.v10i12.17703. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/17703>. Acesso em: 20 jun. 2025.

SILVA, J. A. S; DIAS, D. M.; PEDROSA, G. A.; MARTINS, T. M. M.; VALIO, M. R. B.; GALVÃO, G. O.; NETO, I. N. S.; NASCIMENTO, C. M. burnout em profissionais da saúde: impactos na qualidade de vida e bem-estar. *Lumen et Virtus*, São José dos Pinhais, v. XV, n. XLI, p.5892-5902, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.56238/levv15n41-071>. Acesso em: 9 jun.2025.

SILVA, G. N. e. (Re)conhecendo o estresse no trabalho: uma visão crítica. *Gerais, Rev. Interinst. Psicol.*, Belo Horizonte, v. 12, n. 1, p. 51-61, jun. 2019. Disponível

em:http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S198382202019000100005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 20 jun. 2025.

SILVA, L. A.; ROSSANELLI, J. J. N. A Saúde Mental do Trabalhador: Síndrome de Burnout. (Trabalho de Conclusão de Curso). Centro Universitário UNIFACCAMP – curso de Psicologia. Campo Limpo Paulista, 2021. Disponível em: <https://www.unifaccamp.edu.br/repository/artigo/arquivo/03122021061020.pdf>. Acesso em: 13 jun. 2025.

SILVA, G. de N. e. (Re)conhecendo o estresse no trabalho: uma visão crítica. Gerais, Rev. Interinst. Psicol., Belo Horizonte, v.12, n. 1, p. 51-61, jun. 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S198382202019000100005&lng=pt&nrm=iso. Acessos em: 11 jun. 2025.

SOUSA, J. F. de. TERAPIA COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DA SÍNDROME DE BURNOUT. Revista JRG de Estudos Acadêmicos, Brasil, São Paulo, v. 3, n. 7, p. 748–764, 2020. DOI: 10.5281/zenodo.4361644. Disponível em: <https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/148>. Acesso em: 11 jun. 2025.

SOUZA, L. F. S. C.; BEZERRA, M. M. M. Síndrome de Burnout e os Cuidados da Terapia Cognitivo-Comportamental. Id on Line Rev. Mult. Psic. V.13, N. 47 p. 1060- 1070, Outubro 2019 - ISSN 1981-1179 Edição eletrônica. Disponível em: <http://idonline.emnuvens.com.br/id>. Acesso em: 19 jun. 2025.

SCHENKEL, Y. V. de S.; SILVEIRA, A. da.; SOCCOL, K. L. S.; CENTENARO, A. P. F. C.; HILDEBRANDT, L. M. Acolhimento institucional na voz de cuidadoras de crianças e adolescentes que vivem em Casa Lar. Revista de Enfermagem da UFSM, [S. l.], v. 13, p. e13, 2023. DOI: 10.5902/2179769272181. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/72181>. Acesso em: 11 jun. 2025.

TOMAZ, H.C.; TAJRA, F.S, LIMA, A.C.G.; SANTOS, M.M. Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família. Interface (Botucatu). 2020; 24(Supl. 1): e190634. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/Interface.190634>. Acesso em: 15 jun. 2025.

LOPES, A. de A. L.; NASCIMENTO, R. Z. do.; OLIVEIRA, K. C. do N. **Estresse em trabalhadores da Atenção Primária em Saúde no cenário da pandemia pela COVID-19: Reflexões à luz da Teoria de Betty Neuman.** Research, Society and Development, [S. l.], v. 12, n. 10, p. e19121043149, 2023. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/43149/34917/457198>. Acesso em: 18 jun. 2025.

LIMA, S.; DOLABELA, M. (2021). Estratégias usadas para a prevenção e tratamento da Síndrome de Burnout. **Research, Society and Development.** v. 10, n. 5, e11110514500, 2021. Disponível em: DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i5.14500>.

LIMA, L. A. O.; DOMINGUES JUNIOR, P. L.; SILVA, L. L. Estresse ocupacional em período pandêmico e as relações existentes com os acidentes laborais: estudo de caso em uma indústria alimentícia. RGO. **Revista gestão organizacional (online)**, v. 17, p. 34-47, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.22277/rgo.v17i1.7484>. Acesso em: 14 jun. 2025.

LIMA, L. A. O.; SILVA, L. L.; DOMINGUES JÚNIOR, P. L. Qualidade de Vida no Trabalho segundo as percepções dos funcionários públicos de uma Unidade Básica de Saúde (UBS). **Revista de Carreiras e Pessoas**, v. 14, p. 346-359, 2024. <https://doi.org/10.23925/recape.v14i2.60020>.

MINAYO, M. C. S. (org.). **Pesquisa Social. Teoria, método e criatividade.** 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

MOURA, J. C. A.; SILVA, P. M. L.; TEODORO, G.; GIGANTE, P. C. S. C.; PIMENTA, C. N. F.; SOUSA, V.; RIBEIRO, D. C.; CÂMARA, V. M. S.; TOMAZ, A. C. B. E.; BUENO, F. N. Compreendendo a síndrome de Burnout na teoria cognitivo comportamental. **Revista Científica da UNIFENAS.** Número 2, Volume 6, março de 2024. DOI: 10.29327/2385054.6.2-1. Disponível em: <https://revistas.unifenas.br/index.php/revistaunifenas/article/view/937/364>. Acesso em 13 jun. 2025.

OLIVEIRA, A. L. A.; SILVA, R. S.; TIEPPO, G. R.; ALMEIDA, F. W. (2025). Burnout e estresse ocupacional: intervenções psiquiátricas e mudanças organizacionais para um ambiente de trabalho saudável. **Ciências da Saúde**, Volume 29 - Edição 143/FEV 2025 / 21/02/2025. DOI: 10.69849/revistaft/ra10202502210952. Disponível em: <https://revistaft.com.br/burnout-e-estresse-ocupacional-intervencoes-psiQuiatricas-e-mudancas-organizacionais-para-um-ambiente-de-trabalho-saudavel/>. Acesso em: 11 jun. 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Burnout um "fenômeno ocupacional": Classificação Internacional de Doenças (2019).** Disponível em:

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/burn-out-an-occupational-phenomenon>. Acesso em: 29 nov. 2024.

PERNICIOTTI, P.; JÚNIOR, C. V. S.; GUARITA, R. V.; MORALES, R. J.; ROMANO, B. W. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção Burnout. **Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar**, Belo Horizonte, v. 23, n. 1, p. 35–52, 2020. DOI: 10.57167/Rev-SBPH.23.98. Disponível em: <https://revistasbph.emnuvens.com.br/revista/article/view/98>. Acesso em: 14 jun. 2025.

PINHEIRO, J. P.; SBCIGO J. B.; REMOR. Associação da empatia e do estresse ocupacional com o burnout em profissionais da atenção primária à saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, 25(9):3635-3646, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.30672018>. Acesso em: 16 jun. 2025.

SALES, E.; MEIRELLES, L.; ANDRADE, R.; SILVA, É. L.; JÚNIOR, E.S. (2022). Investigação sobre a síndrome de Burnout em cuidadores de crianças e adolescentes com Transtorno do Espectro Autista. **Concilium**. 22. 333-345. 10.53660/CLM-681-736. DOI: 10.53660/CLM-681-736. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/366458569_Investigacao_sobre_a_sindrom_e_de_Burnout_em_cuidadores_de_crianças_e_adolescentes_com_Transtorno_do_Espectro_Autista. Acesso em: 13 jun. 2025.

SANTOS, H. M. M.; FONTES, C. J. F.; LIMA, D. S. Síndrome de Burnout e qualidade de vida dos profissionais da atenção primária à saúde durante a pandemia de COVID- 19, em município da Amazônia Brasileira. **Debates em Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 12, p. 1–19, 2022. DOI: 10.25118/2763-9037.2022.v.12.410. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/410>. Acesso em: 20 jun. 2025.

SANTOS, T. M.; SARAIVA, P. M.; LIMA, J. H. R.; BEZERRA, G. V. A.; ARAÚJO, K.A.; AGOSTINHO, T. B. Cuidar de quem cuida: um olhar para o desenvolvimento humano e a saúde mental dos cuidadores. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 10, n. 12, p. 4109–4115, 2024. DOI: 10.51891/rease.v10i12.17703. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/17703>. Acesso em: 20 jun. 2025.

SILVA, J. A. S.; DIAS, D. M.; PEDROSA, G. A.; MARTINS, T. M. M.; VALIO, M. R. B.; GALVÃO, G. O.; NETO, I. N. S.; NASCIMENTO, C. M. burnout em profissionais da saúde: impactos na qualidade de vida e bem-estar. **Lumen et Virtus**, São José dos Pinhais, v. XV, n. XLI, p.5892-5902, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.56238/levv15n41-071>. Acesso em: 9 jun.2025.

SILVA, G. N. e. (Re)conhecendo o estresse no trabalho: uma visão crítica. Gerais, **Rev. Interinst. Psicol.**, Belo Horizonte, v. 12, n. 1, p. 51-61, jun. 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202019000100005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 20 jun. 2025.

SILVA, L. A.; ROSSANELLI, J. J. N. A **Saúde Mental do Trabalhador: Síndrome de Burnout**. (Trabalho de Conclusão de Curso). Centro Universitário UNIFACCAMP – curso de Psicologia. Campo Limpo Paulista, 2021. Disponível em:

<https://www.unifaccamp.edu.br/repository/artigo/arquivo/03122021061020.pdf>. Acesso em: 13 jun. 2025.

SILVA, G. de N. e. (Re)conhecendo o estresse no trabalho: uma visão crítica. Gerais, **Rev. Interinst. Psicol.**, Belo Horizonte, v.12, n. 1, p. 51-61, jun. 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202019000100005&lng=pt&nrm=iso. Acessos em: 11 jun. 2025.

SOUSA, J. F. de. TERAPIA COMPORTAMENTAL NO TRATAMENTO DA SÍNDROME DE BURNOUT. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, Brasil, São Paulo, v. 3, n. 7, p. 748–764, 2020. DOI: 10.5281/zenodo.4361644. Disponível em:

<https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/148>. Acesso em: 11 jun. 2025.

SOUZA, L. F. S. C.; BEZERRA, M. M. M. Síndrome de Burnout e os Cuidados da Terapia Cognitivo-Comportamental. Id on Line **Rev. Mult. Psic.** V.13, N. 47 p. 1060-1070, Outubro 2019 - ISSN 1981-1179 Edição eletrônica. Disponível em: <http://idonline.emnuvens.com.br/id>. Acesso em: 19 jun. 2025.

SCHENKEL, Y. V. de S.; SILVEIRA, A. da.; SOCCOL, K. L. S.; CENTENARO, A. P. F. C.; HILDEBRANDT, L. M. Acolhimento institucional na voz de cuidadoras de crianças e adolescentes que vivem em Casa Lar. **Revista de Enfermagem da UFSM, [S. l.]**, v. 13, p. e13, 2023. DOI: 10.5902/2179769272181. Disponível em:

<https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/72181>. Acesso em: 11 jun. 2025.

TOMAZ, H.C.; TAJRA, F.S, LIMA, A.C.G.; SANTOS, M.M. Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família. **Interface (Botucatu)**. 2020; 24(Supl. 1): e190634. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/Interface.190634>. Acesso em: 15 jun. 2025.