



Síndrome de Burnout e o senso de coerência em profissionais de enfermagem

Burnout syndrome and coherence sense in nursing professionals

Mercia Karoline Da Silva Dias¹, Gabriela Costa Alves¹, Fabiane Dolphine Fuentes Penachiotti¹, Rose Mari Bennemann², Rute Grossi Milani³

¹Programa de Pós-graduação em Promoção da Saúde (PPGPS), Universidade Cesumar (UniCesumar), Maringá (PR), Brasil.

²Docente Programa de Pós-graduação Mestrado/Doutorado em Promoção da Saúde (PPGPS) Universidade Cesumar (UniCesumar), pesquisadoras do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação (ICETI), Maringá (PR), Brasil.

³Docente Programa de Pós-graduação Mestrado/Doutorado em Promoção da Saúde (PPGPS), Universidade Cesumar (UniCesumar), pesquisadoras do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação (ICETI), Maringá (PR), Brasil.

*Autor correspondente: Mercia Karoline da Silva - *E-mail*: merciadiasenfermeira@hotmail.com

Recebido em Outubro 25, 2022

Aceito em Janeiro 12, 2023

RESUMO

Este estudo analisou a síndrome de *Burnout* e o senso de coerência em profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19. Para tanto, 61 profissionais da região Centro-Oeste do Brasil responderam aos instrumentos Maslach Burnout Inventory (MBI) e Senso de Coerência (SOC), em questionário do *Google Forms*. Os resultados indicaram que o domínio com maior pontuação média no MBI foi a “Realização pessoal” (M=3,95; DP=0,53), seguida pela “Exaustão emocional” (M=2,82; DP=0,83). Houve associação significativa entre domínios do MBI e as dimensões do SOC-13, com pontuações mais altas em “Compreensão” e “Manejo” do SOC, associadas a menor “Exaustão emocional” (r_s de -0,447 e -0,572) e “Despersonalização” (r_s de -0,339 e -0,383). Foi observada relação significativa entre o apoio psicológico no trabalho e a redução do nível de exaustão (valor $p \leq 0,001$). Esses achados fornecem contribuições relevantes para o desenvolvimento de ações direcionadas aos profissionais da enfermagem, destacando a importância do apoio psicológico e do fortalecimento do senso de coerência.

Palavras-chave: COVID-19. Profissionais de enfermagem. Promoção da saúde. Senso de coerência. Síndrome de Burnout.

ABSTRACT

This study analyzed Burnout and sense of coherence in nursing professionals during the COVID-19 pandemic. To do so, 61 professionals of the Center-West region of Brazil answered the Maslach Burnout Inventory (MBI) and Sense of Coherence (SOC) instruments through a *Google Forms* questionnaire. The results suggested that the domain with the highest mean score in the MBI was “Personal accomplishment” (M=3.95; SD=0.53), followed by “Emotional exhaustion” (M=2.82; SD=0.83). There was a significant association between the MBI domains and the SOC-13 dimensions, with higher scores in “Comprehensibility” and “Manageability” of SOC, associated to lower “Emotional exhaustion” (r_s of -0.447 and -0.572) e “Depersonalization” (r_s of -0.339 and -0.383). A significant relationship was found between the psychological support at work and a decrease in the exhaustion level (p -value ≤ 0.001). These findings provide relevant contributions to devise actions focused on nursing professionals, highlighting the importance of psychological support and the strengthening of the sense of coherence.

Keywords: COVID-19. Nursing workers. Health promotion. Sense of coherence. Burnout syndrome.

INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19, causada pelo vírus SARS-CoV-2¹, continua sendo o problema de saúde mais devastador das últimas décadas. Embora ainda não se conheçam todas as consequências da doença, esse cenário trouxe diversos transtornos psicológicos à população². Nesse contexto, o Brasil, como um dos países com as maiores taxas de transmissões de COVID-19³, apresentou um colapso no sistema de saúde, sobrecarregando os profissionais da área. Além de estarem expostos ao sofrimento mental agravado pela pandemia, eles ainda são um grupo de grande risco, por estarem na linha de frente de combate ao vírus e tratamento da doença^{2,3}.

Dentre as categorias da saúde, a enfermagem é aquela com maior proporção de profissionais e maior suscetibilidade de desenvolvimento do sofrimento psíquico. Algumas situações decorrentes da função exercida interferem na saúde mental, podendo ocasionar consequências negativas tanto para o profissional quanto para o paciente que recebe o cuidado⁴. A enfermagem sempre se posicionou na dianteira quando o assunto era o cuidado da saúde da sociedade. Com a pandemia de COVID-19, não poderia ser diferente, ratificando a importância desses profissionais na assistência à população⁵. Não se pode negar que os trabalhadores estão expostos a riscos psicossociais no trabalho, que contribuem para o comprometimento da saúde⁶. Doenças mentais relacionadas ao ambiente laboral e ao trabalho estressante são frequentemente observadas, sendo as mais comuns: depressão, ansiedade, transtorno de pânico e síndrome de *Burnout*. Isto posto, a ausência de qualidade de vida no trabalho pode provocar, além de danos individuais, danos organizacionais e riscos ao paciente⁷.

A síndrome de *Burnout* (SB) é caracterizada pelo esgotamento emocional ou físico, decorrente das condições de trabalho. A prevalência em profissionais de saúde pode ser explicada pela exposição diária a fatores de riscos. Nesse sentido, destaca-se a predominância nos profissionais de enfermagem, já que o meio laboral, a carga horária de trabalho e a relação desse profissional com inúmeros pacientes aumentam as chances de desenvolvimento dessa síndrome⁸. Em circunstâncias como a da pandemia, geralmente é mais comum haver alterações psicológicas ou até psiquiátricas, ou seja, a saúde mental é mais acometida do que a saúde física. Nesse contexto, principalmente para os profissionais de saúde que já convivem em ambientes estressores, as autoridades de saúde criaram estratégias para promover o apoio psicológico em tempos de COVID-19⁹.

Nessa direção, a salutogênese é um dos principais agentes da promoção da saúde mental. Ela apresenta abordagem positiva ao uso do modelo do senso de coerência (SOC) além de possibilitar que o indivíduo faça a defrontação dos desafios originados pelo cotidiano com êxito¹⁰. A teoria salutogênica busca avaliar a capacidade do indivíduo de se manter saudável em meio às adversidades, com o intuito de oportunizar o empoderamento e enfrentamento de forma positiva por meio da promoção da saúde. Nessa abordagem salutogênica, um dos protagonistas é o SOC, o qual é considerado universal, ou seja, qualquer indivíduo o possui¹¹.

Quando o indivíduo tem senso de coerência elevado, torna-se apto a enfrentar o estresse. Não é possível afirmar que o estresse é o causador de doenças, entretanto o modo como é encarado é preditor do tipo de consequências que serão enfrentadas. Dessa maneira, o SOC tem o objetivo de fortalecer um bom estado de saúde¹¹.

A COVID-19 causou impactos negativos na saúde mental da sociedade, e um dos caminhos eficazes para reverter essa premissa é adotar como conduta comportamentos salutogênicos e preventivos¹². Isso é fundamental, pois a pandemia aumentou os riscos de alterações mentais, já que obrigou os profissionais de saúde e a sociedade a se adaptarem a uma nova maneira de viver¹³.

Diante do exposto, haja vista os esforços para a promoção da saúde mental, no presente estudo analisou-se a síndrome de *Burnout* e o senso de coerência em profissionais de enfermagem durante a pandemia de COVID-19.

METODOLOGIA

Este artigo apresenta uma pesquisa que se caracteriza como estudo transversal, do tipo exploratório-descritivo e de abordagem quantitativa. Foram convidados a participar profissionais de enfermagem, de ambos os sexos, residentes na região Centro-Oeste do Brasil, que atuavam profissionalmente no momento da pesquisa. A amostra, não probabilística, compreendeu enfermeiros e técnicos de enfermagem. A coleta de dados foi realizada durante 30 dias, entre 8 de agosto de 2020 e 9 de setembro de 2020.

Os instrumentos utilizados para a obtenção de dados consistiram em questionários digitais autoaplicáveis, disponibilizados via *Google Forms*, nos quais foram abordados o *Maslach Burnout Inventory* – MBI¹⁴, a escala de senso de coerência – SOC-13¹⁵ e o questionário sociodemográfico.

As questões concernentes aos dados pessoais, às perguntas sobre a COVID-19, ao MBI e ao SOC, formatadas no formulário da ferramenta *Google Forms*, foram disponibilizadas por meio de link para acesso ao questionário em redes sociais, tais como Facebook, Instagram e WhatsApp, contendo a apresentação do estudo com convite de compartilhamento entre os demais profissionais de enfermagem. O acesso ao link do questionário ficou disponível aos trabalhadores de enfermagem por um período de 30 dias.

Os esclarecimentos sobre a pesquisa e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) se basearam nas recomendações da Resolução do Conselho Nacional de Saúde (CNS) nº. 466/2012, com a escolha de aceitação ou recusa na segunda página do instrumento on-line. A coleta de dados foi iniciada após a aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa da Unicesumar, sob CCAE nº 30485320900005539.

ANÁLISE DE DADOS

Inicialmente, foi realizada uma análise descritiva dos resultados para obtenção de gráficos e tabelas de frequência, com o intuito de caracterizar os participantes. Para a descrição dos resultados, foi empregada a frequência absoluta e a frequência relativa para as variáveis categóricas. A média, desvio-padrão, valor mínimo e máximo e a mediana foram utilizados para as variáveis numéricas. Posteriormente, a fim de verificar a possível relação das “pontuações dos domínios do MBI e dimensões do SOC” com as “características sociodemográficas”, aplicou-se o teste que utiliza o coeficiente de correlação biserial de postos (*rank biserial correlation*), para as variáveis dicotômicas; e o teste de correlação por postos de Spearman, para as variáveis medidas em escalas contínuas ou ordinais.

RESULTADOS

Participaram da pesquisa cerca de 200 profissionais, entretanto somente 61 concluíram o preenchimento das escalas. Destes, a maioria (91,80%) era do sexo feminino. A Figura 1 mostra a avaliação do esgotamento mental dos profissionais da enfermagem. Os dados relativos à exaustão emocional variaram, de forma que 10% dos participantes apontaram ter esses sentimentos frequentemente ou sempre nos itens “Eu me sinto frustrado com o meu trabalho” e “Trabalhar diretamente com pessoas me deixa muito estressado”. O item “Eu me sinto esgotado ao final de um dia de trabalho” foi referido por 43% dos participantes. Os sentimentos

de despersonalização foram menos frequentes, variando entre 5% (item “Eu sinto que eu trato alguns dos meus pacientes como se fossem objetos”) e 15% (item “Eu sinto que este trabalho está me endurecendo emocionalmente”) nos profissionais que referem ter esses sentimentos frequentemente ou sempre.

No domínio de realização pessoal, observa-se a mesma tendência, visto que, em todos os itens, a maioria dos profissionais relatou frequentes percepções positivas sobre a respectiva atuação. Assim, frequentemente ou sempre, 56% dos participantes têm a percepção de que “No meu trabalho, eu lido com os meus problemas emocionais com calma”, alcançando 93% deles que afirmam: “Eu trato de forma adequada os problemas dos meus pacientes”.

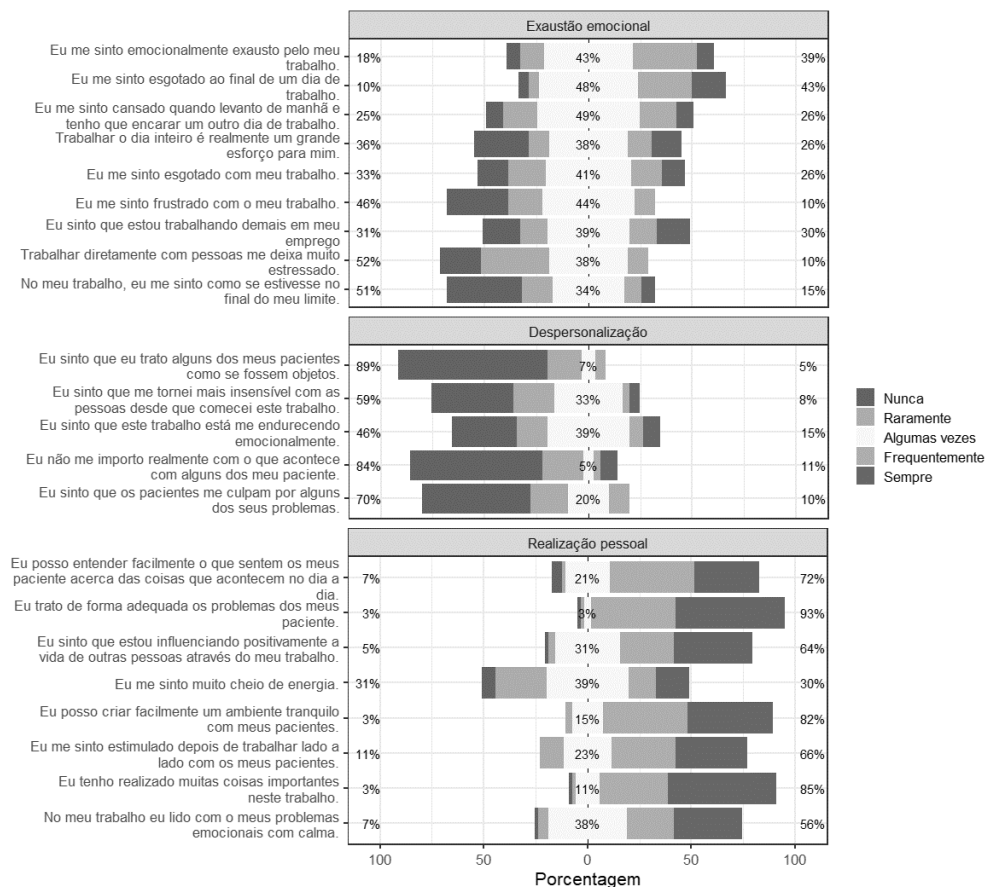


Figura 1. Distribuição de frequências das respostas dos participantes da pesquisa nos itens e nos domínios do Maslach Burnout Inventory

Atribuindo a escala de 1 (nunca) a 5 (sempre) para as respostas aos itens do MBI, a pontuação de cada um dos três domínios do instrumento foi calculada com a média das pontuações dos itens que o compõem (Tabela 1), de acordo com a análise das pontuações obtidas pelos participantes da pesquisa nos três domínios do MBI.

Tabela 1. Pontuações dos domínios do MBI e das dimensões do SOC, pelos participantes da pesquisa

Domínio do MBI	Média	Desvio- padrão	Mediana	Valor Mínimo	Valor Máximo
Exaustão emocional	2,82	0,83	2,89	1,11	4,44
Despersonalização	1,93	0,69	1,80	1,00	3,80
Realização pessoal	3,95	0,53	4,00	2,88	5,00
Dimensão do SOC	Média	Desvio- padrão	Mediana	Valor Mínimo	Valor Máximo
Significado	4,05	0,97	4,00	2,33	7,00
Compreensão	4,75	1,12	4,80	2,20	7,00
Manejo	5,19	1,06	5,00	2,75	7,00

O domínio do MBI que apresentou a maior pontuação média (3,95 pontos), em uma escala que varia de 1 a 5 pontos, foi o de realização pessoal. O domínio de despersonalização teve a menor pontuação média (1,93 pontos). Já o domínio de exaustão emocional obteve média de 2,82 pontos.

Quanto à avaliação do senso de coerência dos profissionais de enfermagem, a pontuação de cada uma das três dimensões do SOC foi calculada como a média das pontuações dos itens que o compõem (1 a 7). A sua descrição é apresentada na Figura 2 e na Tabela 1.

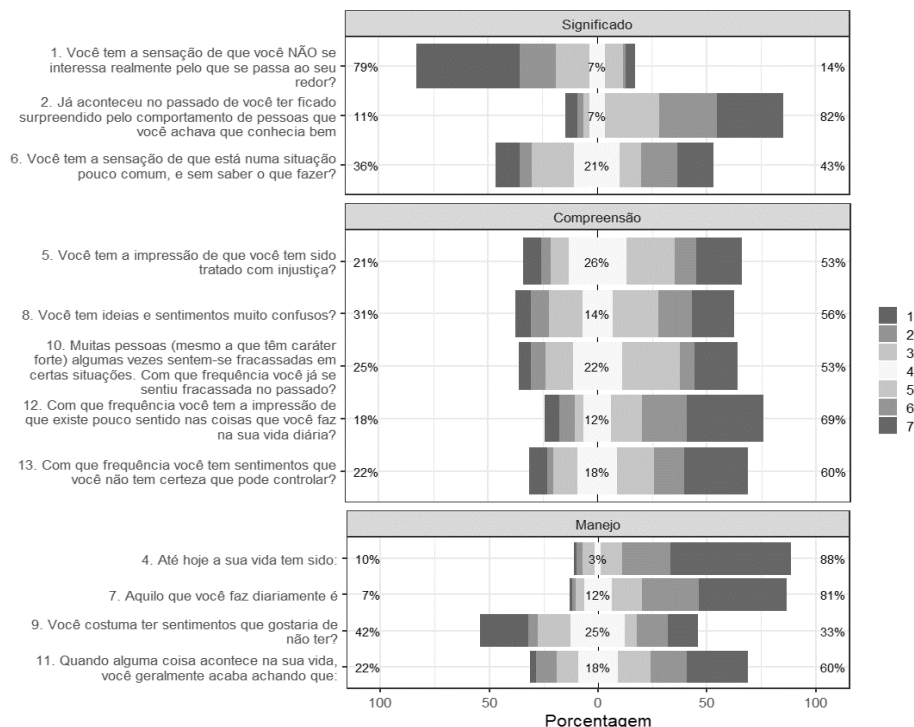


Figura 2. Distribuição de frequências das respostas dos participantes da pesquisa às questões do SOC

Na Tabela 1, nota-se que a dimensão do SOC que apresentou a maior pontuação média (5,19 pontos), em uma escala que varia de 1 a 7 pontos, foi a de manejo, e a menor pontuação

observada para essa dimensão foi de 2,75. Já a dimensão “Compreensão” registrou média de 4,75 pontos.

A Tabela 2 mostra a correlação das características sociodemográficas com as pontuações dos domínios do MBI, em relação aos participantes da pesquisa.

Tabela 2. Correlação das características sociodemográficas com as pontuações dos domínios do MBI

Variável	Exaustão emocional	Despersonalização	Realização pessoal
Idade	-0,348 (0,006*)	-0,405 (0,001*)	0,221 (0,087)
Sexo (Masculino)	-0,011 (0,803)	0,052 (0,26)	-0,02 (0,654)
Como avalia sua alimentação?	-0,37 (0,003*)	-0,086 (0,509)	0,143 (0,273)
Possui religião? (Sim)	-0,022 (0,721)	-0,136 (0,034*)	0,051 (0,413)
Recebe ou já recebeu apoio psicológico no trabalho? (Sim)	-0,195 (0,001*)	-0,051 (0,433)	0,199 (0,001*)
Sente-se realizado com a sua profissão?	-0,453 (< 0,001*)	-0,172 (0,185)	0,504 (< 0,001*)
Acredita que, mesmo com a pandemia atual de COVID-19, conseguirá alcançar os seus objetivos pessoais ou profissionais? (Sim)	-0,128 (0,091)	0,028 (0,733)	0,237 (0,002*)
Como está a sua comunicação com os seus colegas?	-0,461 (< 0,001*)	-0,347 (0,006*)	0,421 (0,001*)

* Valor de $p < 0,05$

Pode-se observar que a idade apresentou correlação significativa com as pontuações dos domínios “Exaustão emocional” e “Despersonalização” (valores de p de 0,006 e 0,001, respectivamente), sendo ambas as correlações fracas e negativas (r_s de -0,348 e -0,405, respectivamente).

Avaliar positivamente a própria alimentação também mostrou correlações significantes (valores p de 0,033 e 0,003, respectivamente) e negativas (r_s de -0,119 e -0,37, respectivamente) com a exaustão emocional. Da mesma forma, a espiritualidade se correlacionou, significativamente, com estar menos propenso à despersonalização ($p = 0,034$), sendo que os profissionais que têm essa característica tendem a apresentar menor pontuação desse domínio, uma vez que a correlação foi negativa (D de -0,136).

Dois fatores que se correlacionaram, significativamente, com a exaustão emocional e com a realização pessoal foram o recebimento de apoio psicológico no trabalho e a sensação de realização com a profissão ($p \leq 0,001$). Tais correlações foram negativas com o primeiro domínio, ou seja, pessoas que receberam apoio psicológico e se sentiam realizadas com a profissão apresentavam menos exaustão; e positiva com o último domínio, de forma que os

enfermeiros que receberam apoio psicológico e se sentiam realizados com a profissão também mostraram realização pessoal.

A única característica que apresentou correlação significante com os três domínios foi a avaliação da comunicação com os colegas ($p < 0,006$), sendo negativa com os domínios de exaustão emocional e despersonalização (r_s de $-0,461$ e $-0,347$, respectivamente), e positiva com a realização pessoal (r_s de $0,421$), tornando evidente que um profissional que se relaciona bem com os colegas sente menor exaustão e despersonalização e maior realização pessoal. Também se observa que os profissionais cuja crença era de que, mesmo com a pandemia atual de COVID-19, conseguirão alcançar os seus objetivos pessoais ou profissionais obtiveram pontuações maiores de realização pessoal, ou seja, essa crença mostrou uma correlação significante e positiva com o domínio da realização pessoal ($p = 0,002$). Para as demais correlações avaliadas, não houve evidências amostrais suficientes de que elas eram significantes no nível de 5%, considerando os resultados dos testes de correlação aplicados.

Quanto às correlações entre as variáveis sociodemográficas e o SOC, verifica-se que nenhuma das características avaliadas apresentou correlação significante com a pontuação da dimensão de significado do SOC, ao passo que apenas as categorias “Idade” ($p = 0,007$), “Recebe ou já recebeu apoio psicológico no trabalho?” ($p = 0,038$), “Sente-se realizado com a sua profissão?” ($p = 0,008$) e “Acredita que, mesmo com a pandemia atual de COVID-19, conseguirá alcançar os seus objetivos pessoais ou profissionais?” ($p < 0,001$) correlacionaram-se significativamente com a pontuação da dimensão de compreensão. Nos quatro casos, as correlações foram positivas (coeficientes de $0,344$; $0,128$; $0,337$ e $0,283$, respectivamente), indicando que, quanto maior a idade, recebimento de apoio psicológico no trabalho, sensação de realização profissional e quanto mais acreditar que vai alcançar os objetivos, maior a pontuação na dimensão “Compreensão”. Os dados são exibidos a seguir, na Tabela 3.

Tabela 3. Correlação das características sociodemográficas com as pontuações das dimensões do SOC

Variável	Significado	Compreensão	Manejo
Idade	0,087 (0,466)	0,373 (0,001*)	0,342 (0,003*)
Sexo (Masculino)	-0,036 (0,406)	-0,052 (0,202)	-0,05 (0,232)
Renda mensal	-0,041 (0,734)	-0,08 (0,504)	0,335 (0,004*)
Tempo de formado	0,002 (0,988)	-0,090 (0,453)	0,289 (0,014*)
Recebe ou já recebeu apoio psicológico no trabalho? (Sim)	0,015 (0,813)	0,094 (0,105)	0,178 (0,002*)

Sente-se realizado com a sua profissão?	-0,144 (0,227)	0,292 (0,013*)	0,430 (< 0,001*)
Acredita que, mesmo com a pandemia atual de COVID-19, conseguirá alcançar os seus objetivos pessoais ou profissionais? (Sim)	-0,031 (0,684)	0,206 (0,004*)	0,264 (< 0,001*)
Como está a sua comunicação com os seus colegas?	-0,193 (0,105)	0,161 (0,176)	0,369 (0,001*)

* Valor de $p < 0,05$

No tocante à dimensão “Manejo”, houve correlação significativa e positiva com os quatro fatores apontados na dimensão “Compreensão” ($p < 0,001$; $0,014$; $< 0,001$; e $0,004$; e coeficientes de $0,515$; $0,154$; $0,451$ e $0,228$, para idade, apoio psicológico, realização profissional e crença de alcançar os objetivos, respectivamente), assim como correlação significativa com outras características: renda mensal ($p = 0,029$), tempo de formado ($p = 0,002$) e comunicação com os colegas ($p = 0,012$), sendo todas as correlações também positivas (coeficientes de $0,280$; $0,380$ e $0,321$, respectivamente). Para as demais correlações avaliadas, não houve evidências amostrais suficientes de que elas eram significantes no nível de 5%, considerando os resultados dos testes de correlação aplicados.

Por fim, na correlação entre as pontuações do MBI e SOC, nota-se que nenhum dos domínios do instrumento MBI se correlaciona significativamente com as pontuações da dimensão de significado do SOC, no nível de 5%, de acordo com os resultados do teste de correlação de Spearman. Constatam-se esses dados na Tabela 4.

Tabela 4. Correlação das pontuações dos domínios do MBI com as pontuações das dimensões do SOC

Domínio	Significado	Compreensão	Manejo
Exaustão emocional	-0,100 (0,444)	-0,447 (< 0,001*)	-0,572 (< 0,001*)
Despersonalização	-0,093 (0,477)	-0,339 (0,007*)	-0,383 (0,002*)
Realização pessoal	-0,168 (0,196)	0,303 (0,018*)	0,581 (< 0,001*)

Na Tabela 4, observa-se tendência diferente nas outras duas dimensões do SOC (Compreensão; e Manejo), que apresentam correlação significativa com todos os domínios do MBI ($p < 0,018$), sendo negativas com os domínios de exaustão emocional (r_s de $-0,447$ e $-0,572$, respectivamente) e de despersonalização (r_s de $-0,339$ e $-0,383$, respectivamente), e positivas com o domínio de realização pessoal (r_s de $0,303$ e $0,581$, respectivamente). Ou seja, profissionais que apresentam compreensão maior do que ocorre ao seu redor e conseguem

manejar melhor os conflitos expressaram menor exaustão e despersonalização e maior realização pessoal.

DISCUSSÃO

Este estudo analisou a síndrome de *Burnout* e o senso de coerência nos profissionais de enfermagem em tempos de pandemia de COVID-19. Pelo motivo de o ambiente hospitalar ser considerado insalutífero, existe a predisposição ao adoecimento, embora seu objetivo seja a assistência à saúde. Os trabalhadores que estão inseridos nesse ambiente, além de estarem suscetíveis a riscos físicos, são passíveis ao sofrimento psíquico¹⁶. Destaca-se que, quando o trabalho proporciona experiências positivas, um dos benefícios, por exemplo, é a realização profissional do sujeito, entretanto as experiências negativas têm o mesmo poder, constituindo-se como um expressivo determinante para o adoecimento mental¹⁷.

Nessa direção, com a pandemia de COVID-19, o serviço de enfermagem ganhou maior visibilidade e sua importância se tornou evidente na assistência à saúde, visto que a enfermagem é um dos alicerces principais de todo serviço de saúde, insubstituível, prestando assistência e cuidado essencial à manutenção da vida. Dessa forma, assuntos relacionados à valorização dos profissionais de enfermagem e suas consequências na qualidade da assistência prestada⁵ estão em destaque, já que a classe está na linha de frente do cuidado com o vírus. Não é de hoje que esses profissionais buscam reconhecimento e valorização; e, ainda que na atualidade a atenção esteja voltada para eles em razão da pandemia, mais da metade dos participantes da pesquisa não acredita na valorização profissional.

Os enfermeiros convivem diariamente com situações que repercutem na saúde mental, desde a falta de qualidade estrutural, como o déficit de profissionais, até a dificuldade de reconhecimento e desvalorização profissional¹⁸. A visão da sociedade sobre a enfermagem ainda é fundamentada no passado, no senso comum de que o exercício profissional é voltado para a caridade e remete à inferioridade da classe em relação às demais profissões¹⁸. Desse modo, a síndrome de *Burnout* é comumente vivenciada por profissionais da saúde e provocada, principalmente, por condições de estresse crônico¹⁹.

Neste estudo, constatou-se que somente 36% dos participantes se sentem sempre realizados com a profissão, o que ratifica a interpretação de que existem falhas no contexto da realização profissional. No tocante ao MBI, as pontuações (em uma escala de 1 a 5) foram basicamente baixas, principalmente para o domínio “Despersonalização” e “Exaustão

emocional”. O único domínio com maior pontuação foi o “Realização pessoal”. Resultado semelhante a esse achado é encontrado em estudo anterior que avaliou a síndrome de *Burnout* em profissionais de enfermagem de um hospital regional do Piauí²⁰: foram constatados baixos índices de despersonalização, exaustão emocional e realização pessoal no MBI.

Geralmente, tais domínios seguem interligados, em que a exaustão emocional é julgada como principal manifestação para o desenvolvimento de *Burnout*¹⁹. No entanto, o esgotamento ao final de um dia de trabalho mostrou alta constância, o que pode ter raiz na carga alta de trabalho, já que 45,90% enfrentam uma carga horária acima de 40 horas semanais. Com o cenário atual, a sobrecarga pode ocasionar problemas significativos aos profissionais²¹, visto que ela é um dos obstáculos para que o ambiente de trabalho se torne saudável⁵.

Na mesma direção, pode-se observar a correlação negativa entre a idade e os domínios de exaustão emocional e despersonalização, evidenciando que, quanto maior a idade do indivíduo, menores as pontuações desses domínios. Frequentemente, os fatores sociodemográficos vêm sendo abordados nos contextos referentes ao *Burnout*, porém, apesar da existência de estudos sobre essa temática, ainda não há a concreta resposta sobre a associação dessas variáveis²². No presente estudo, identificou-se que os profissionais com mais idade tendem a apresentar menos exaustão emocional e despersonalização, resultado que sugere a necessidade de apoio psicológico às demais faixas etárias.

A variável da avaliação da alimentação, por sua vez, registrou significância, entretanto não houve relação com o esgotamento emocional. Destaca-se que os alimentos geralmente proporcionam bem-estar, mas também podem gerar sensações insatisfatórias. Alguns transtornos psíquicos podem ser desenvolvidos com maior facilidade em indivíduos com alimentação desequilibrada ou insuficiência nutritiva⁵.

Já o item ligado à religião apresentou associação com a despersonalização. O motivo de ter um parceiro ou ter uma religião é determinante para que as pontuações nas dimensões pertencentes às manifestações do *Burnout* sejam inferiores. Uma das práticas mais utilizadas para o enfrentamento de problemas são os comportamentos religiosos. A religião ou fé oferece esperança de superar e enfrentar os problemas com maior facilidade²³.

Os profissionais de enfermagem, participantes da pesquisa, reconheceram a importância do apoio psicológico no ambiente de trabalho, apesar de não contarem com essa assistência em seu meio laboral. O serviço de enfermagem apresenta condições de riscos, manejo da dor do paciente, sofrimento, baixa remuneração e a insatisfação profissional, que colaboram para o surgimento da SB²⁴. Nesse sentido, é importante que esses profissionais tenham à sua

disposição espaços que permitam a promoção da saúde mental, como o acolhimento psicológico e redes de apoio social ²⁵.

A desvalorização da enfermagem é descrita há tempos, entretanto, com o cenário atual de COVID-19, foi possível observar, com maior atenção, a falha existente e a importância desses trabalhadores ²⁶. Compreende-se que a sensação de insatisfação profissional desses participantes são fatores desfavoráveis à saúde mental positiva, no entanto, no item “Acredita que, mesmo com a pandemia atual de COVID-19, conseguirá alcançar os seus objetivos pessoais ou profissionais?”, verificou-se que, apesar da pandemia, a sensação de realização profissional persistiu, pois o profissional acredita que irá conseguir concretizar seus objetivos.

Em meio ao evento pandêmico, foram necessárias algumas adaptações na atuação desses profissionais, assim como foram exigidas muitas mudanças nos hábitos pessoais e na rotina familiar, o que pode ter afetado sua saúde mental ²⁶. Nessa direção, pesquisas realizadas na China durante a pandemia mostraram que os profissionais da saúde começaram a apresentar sintomas de alterações psicológicas ²⁶. Desse modo, faz-se necessário que a saúde mental do trabalhador seja tratada como prioridade, com ações de promoção da saúde ²⁷. Considerando o contexto sobre a promoção da saúde mental, evidenciou-se que o suporte psicológico recebido no trabalho e a boa comunicação entre os profissionais, bem como o apoio psicológico ofertado pelos gestores, são passos importantes para a prevenção da SB.

Refletindo sobre os motivos pelos quais surge a saúde, é significativo abordar a teoria salutogênica, já que o modelo busca a compreensão dos fatores cruciais para produzir saúde nos indivíduos. Mesmo em situações conflitantes do cotidiano, alguns sujeitos ainda conseguem estabelecer um padrão de saúde ¹¹. Nessa abordagem, o senso de coerência trata basicamente do eixo central para que os sujeitos sejam capazes de enfrentar as situações adversas do dia a dia com sucesso e que esses eventos não se tornem causadores de doenças ¹¹.

Com propósito de compreender as relações do senso de coerência e as características sociodemográficas, neste estudo evidenciou-se que, na dimensão “Compreensão” do SOC, as pontuações foram maiores em indivíduos mais velhos em comparação aos mais jovens, e houve correlações positivas no tocante à realização profissional no MBI e crença de alcançar o objetivo. Similarmente, na dimensão “Manejo”, os fatores como idade, tempo de formado, apoio psicológico no trabalho e comunicação entre os colegas foram todos correlacionados positivamente. Dessa maneira, compreende-se que esses fatores fortalecem a dimensão de compreensão; assim, conseqüentemente, o indivíduo desenvolve um melhor manejo de conflitos.

Por fim, na avaliação da relação entre MBI e SOC, profissionais que apresentaram compreensão maior do que ocorre ao seu redor conseguiram manejar melhor os conflitos, expressaram menor exaustão e despersonalização e maior realização pessoal. O senso de coerência é uma ferramenta necessária para a manutenção da saúde e é encontrado em todas as pessoas. O indivíduo que tem o SOC forte é privilegiado durante conflitos, em comparação com aqueles em que o SOC é fraco ²⁸.

CONCLUSÃO

A compreensão acerca da síndrome de *Burnout* e o senso de coerência em profissionais de enfermagem, principalmente diante do surto de COVID-19, são fundamentais para minimizar as repercussões e crescimento de danos causados na saúde mental desses profissionais durante tal evento pandêmico.

Além disso, os resultados deste estudo apresentam contribuições importantes para a promoção da saúde mental, destacando a importância do apoio psicológico no ambiente de trabalho e no enriquecimento do senso de coerência em profissionais de enfermagem. Este estudo oferece, ainda, referências significativas que poderão auxiliar discussões de novos planejamentos de ações a serem executadas para a categoria de profissionais em destaque.

AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem ao Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde da Universidade Cesumar e ao ICETI (Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação) pelo apoio ao desenvolvimento e promoção desta pesquisa.

REFERÊNCIAS

1. Moreira WC, de Sousa AR, de Sousa Nóbrega MDPS. Mental illness in the general population and health professionals during COVID-19: A scoping review. *Texto & contexto enferm.* 2020; 29(e20200215):1–17. doi: 10.1590/1980-265X-TCE-2020-0215.
2. Faro A, Bahiano M de A, Nakano T de C, Reis C, da Silva BFP, Vitti LS. COVID-19 and mental health: The emergence of care. *Estud. psicol. (Campinas).* 2020; 37(e200074):1–14. doi: 10.1590/1982-0275202037e200074.

3. Teixeira CF de S, Soares CM, Souza EA, Lisboa ES, Pinto IC de M, de Andrade LR, et al. The health of healthcare professionals coping with the COVID-19 pandemic. *Ciênc. Saúde Colet.* 2020;25(9):3465–74. doi: 10.1590/1413-81232020259.19562020.
4. Bordignon M, Monteiro MI. Predictors of nursing workers' intention to leave the work unit, health institution and profession. *Rev Lat Am Enfermagem.* 2019;27(e3219):1-9. doi: 10.1590/1518-8345.3280.3219.
5. Oliveira PB de, Coca LN, Spiri WC. Associação entre absenteísmo e ambiente de trabalho dos técnicos de enfermagem. *Esc Anna Nery.* 2021;25(2):1-7. doi: 10.1590/2177-9465-EAN-2020-0223.
6. Castro TGM, Lima EP, Assunção AÁ. Overview of occupational surveys in brazil (2005-2015): A systematic review of the literature. *Ciênc. saúde coletiva.* 2019;24(8):2923–32. doi: 10.1590/1413-81232018248.18042017.
7. Rodrigues CCFM, Santos VEP, Sousa P. Patient safety and nursing: interface with stress and Burnout Syndrome. *Rev Bras Enferm.* 2017;70(5):1141-7. doi: 10.1590/0034-7167-2016-0194.
8. Nobre DFR, Rabiais ICM, Ribeiro PCPSV, Seabra PRC. Burnout assessment in nurses from a general emergency service. *Rev Bras Enferm.* 2019;72(6):1457–63. doi: 10.1590/0034-7167-2017-0870.
9. Lima RC. Distanciamento e isolamento sociais pela COVID-19 no Brasil: Impactos na saúde mental., *Physis.* 2020;30(2):1–10. doi: 10.1590/S0103-73312020300214.
10. Fekete OR, Kinn LG, Larsen TMB, Langeland E. Salutogenesis as a theoretical framework for psychosocial rehabilitation: the case of the Clubhouse model. *Int J Qual Stud Health Well-being.* 2020;15(1):1-14. doi: 10.1080/17482631.2020.1748942
11. Marçal CCB, Heidemann ITSB, Fernandes GCM, Rumor PCF, de Oliveira LS. The salutogenesis in health research: An integrative review. *Rev enferm UERJ.* 2018; 26 (e37954):1-6. doi: 10.12957/reuerj.2018.37954.
12. Justo-Henriques S. Contribution of health psychology in promoting pandemic salutogenic behaviour. *Psicol. saúde doenças.* 2020;21(02):297–310. doi: 10.15309/20psd210206.
13. Paiano M, Jaques AE, Nacamura PAB, Salci MA, Radovanovic CAT, Carreira L. Mental health of healthcare professionals in China during the new coronavirus pandemic: an integrative review. *Rev Bras Enferm.* 2020;73(e20200338):1-9. doi: 10.1590/0034-7167-2020-0338.
14. Maslach, C., Jackson, S. E. *Maslach Burnout Inventory.* 2º ed. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press; 1986.
15. Antonovsky, A. The structure and properties of the Sense of Coherence scale. *Soc sci med.* 1993;36(6):725–733. doi: 10.1016/0277-9536(93)90033-Z.
16. Pereira NVA, Pinto WM. Processo saúde-doença entre profissionais de saúde de um hospital público no município de Serra Talhada-PE. *Rev. Multi.Sert.* 2020;2(2):274-283. doi: 10.37115/rms.v2i2.273.

17. Mattos AIS, de Araújo TM, de Almeida MMG. Interaction between demand-control and social support in the occurrence of common mental disorders. *Rev Saude Publica*. 2017; 51(48):1-9. doi: 10.1590/S1518-8787.2017051006446 1.
18. Moreira JM, Farah BF, Dutra HS, Sanhudo NF, Friedrich DBDC. Triggering factors of job (Dis)satisfaction among primary health care nurses. *Cienc. enferm*. 2019; 25(12):1-10. doi: 10.4067/s0717-95532019000100209.
19. Dutra HS, Gomes PAL, Garcia RN, Oliveira HC, Freitas SC, Guirardello EB. Burnout entre profissionais de enfermagem em hospitais no Brasil. *Rev Cuid*. 2019; 10(1):1-13. doi: 10.15649/cuidarte.v10i1.585.
20. Santana TR, Oliveira ALCB, Costa GR, Brito MA, Vilarinho LM, Dourado GOL, Fernandes MA. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de um hospital no Piauí. *Saude e pesqui*. 2021;14(2):307-317. doi: 10.17765/2176-9206.2021v14n2e8426
21. Silva LS, Machado EL, Oliveira HN de, Ribeiro AP. Condições de trabalho e falta de informações sobre o impacto da COVID-19 entre trabalhadores da saúde. *Rev. bras. saúde ocup*. 2020;45(24):1-8. doi: 10.1590/2317-6369000014520.
22. Costa VHLB, Borsa JC, Damasio BF. Relações entre Burnout, Traços de Personalidade e Variáveis Sociodemográficas em Trabalhadores Brasileiros. *Psico USF*. 2020;25(3):439-50. doi: 10.1590/1413-82712020250304.
23. Tomaz HC, Tajra FS, Lima ACG, dos Santos MM. Burnout syndrome and associated factors among family health strategy professionals. *Interface (Botucatu, Online)*. 2020;24(e190634):1-15. doi: 10.1590/Interface.190634.
24. Vidotti V, Martins JT, Galdino MJQ, Ribeiro RP, Robazzi ML do CC. Burnout syndrome, occupational stress and quality of life among nursing workers. *Enferm glob*. 2019;18(3):344-54. doi: 10.6018/eglobal.18.3.325961.
25. Luz EMF, Munhoz OL, Morais BX, Greco PBT, Camponogara S, Magnago TSB de S. Repercussões da COVID-19 na saúde mental dos trabalhadores de enfermagem. *Rev. enferm. Cent.-Oeste Min*. 2020;10(e3824):1-8. doi: 10.19175/recom.v10i0.3824.
26. Duarte M de LC, Silva DG da, Bagatini MMC. Nursing and mental health: a reflection in the midst of the coronavirus pandemic. *Rev Gaúcha Enferm*. 2020; 42(e20200140):1-6. doi: 10.1590/1983-1447.2021.20200140.
27. Souza J, Oliveira JL, OLIVEIRA JLG, Almeida LY, Saint-ArnaultI DM. Promoção da saúde mental de mulheres: a influência da saúde física e do meio ambiente. *Rev Bras Enferm*. 2019. 72(3):191-8. doi: 10.1590/0034-7167-2018-0415.
28. Betke K, Basińska MA, Andruszkiewicz A. Sense of coherence and strategies for coping with stress among nurses. *BMC Nurs*. 2021;20(1):1-10. doi: 10.1186/s12912-021-00631-1.