

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

MIRELLE DOS SANTOS COSTA

**SÍNDROME DE BURNOUT E PANDEMIA: FATORES DE RISCO EM
PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM**

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2021

MIRELLE DOS SANTOS COSTA

**SÍNDROME DE BURNOUT E PANDEMIA: FATORES DE RISCO EM
PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM**

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Profa. Esp. Silvia Morais de Santana Ferreira

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2021

MIRELLE DOS SANTOS COSTA

**SÍNDROME DE BURNOUT E PANDEMIA: FATORES DE RISCO EM
PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM**

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso de MIRELLE DOS SANTOS COSTA.

Orientador: Profa. Esp. Silvia Morais de Santana Ferreira

Data da Aprovação: 09/12/2021

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Profa. Esp. Silvia Morais de Santana Ferreira

Membro: Prof. Esp. Larissa Vasconcelos Rodrigues

Membro: Prof. Dr. Joaquim Iarley Brito Roque

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2021

SÍNDROME DE BURNOUT E PANDEMIA: FATORES DE RISCO EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Mirelle dos Santos Costa¹
Silvia Morais de Santana Ferreira²

RESUMO

A Síndrome de Burnout é definida como o esgotamento profissional em que ocorre um desgaste físico e mental no sujeito trabalhador, que acomete a capacidade do sujeito no trabalho de desenvolver suas atividades ou quando o indivíduo não dispõe mais de condições para combater as situações que geram conflitos no ambiente laboral. Diante do cenário pandêmico, foi percebido o aumento considerável das atividades laborais dos profissionais da enfermagem, com horas exaustivas de trabalho, que interferem, de modo negativo, na saúde física e mental destes profissionais, como também na forma de exercerem suas funções. A respectiva pesquisa pretendeu identificar os principais fatores de risco para o desenvolvimento da síndrome de burnout em enfermeiros durante a pandemia da COVID-19. A metodologia é caracterizada por uma revisão bibliográfica de natureza qualitativa, em que se faz uso de artigos científicos, revistas em plataformas digitais e livros. Estudos mostraram que a crise da pandemia da COVID-19 acentuou ainda mais a sobrecarga de trabalho dos profissionais da enfermagem, sendo estes já marcados por diversas jornadas no seu cotidiano, desencadeando estresse, depressão, angústia, sofrimento, dentre outros. Dessa forma, as contribuições encontradas ajudam a compreender como a pandemia da COVID-19, de forma direta ou indireta, impacta negativamente na saúde física e mental destes profissionais da enfermagem, pois estão expostos a risco cotidianamente.

Palavras-chave: Burnout. Pandemia. Enfermagem. Riscos.

ABSTRACT

Burnout Syndrome is defined as professional burnout in which physical and mental exhaustion occurs in the worker, which affects the ability of the subject at work to develop his/her activities or when the individual no longer has the conditions to fight the situations that generate conflicts in the work environment. In view of the pandemic scenario, a considerable increase in the work activities of nursing professionals has been noticed, with exhausting work hours, which negatively interfere in their physical and mental health, as well as in the way they perform their functions. This research aimed to identify the main risk factors for the development of burnout syndrome in nurses during the COVID-19 pandemic. The methodology is characterized by a bibliographic review of a qualitative nature, in which use is made of scientific articles, journals on digital platforms and books. Studies have shown that the crisis of the pandemic of COVID-19 further accentuated the work overload of nursing professionals, who are already marked by several journeys in their daily lives, triggering stress, depression, anguish, suffering, among others. Thus, the contributions found help to understand how the pandemic of COVID-19, directly or indirectly, negatively impacts the physical and mental health of these nursing professionals, since they are exposed to risk on a daily basis.

Keywords: Burnout. Pandemic. Nursing. Risk.

¹Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: mirellepsi26@gmail.com

²Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: silviamorais@leaosampaio.edu.br

1 INTRODUÇÃO

O coronavírus pode ser definido como uma família de vírus, podendo ocasionar infecção respiratória nos sujeitos, cuja infecção pode ser considerada assintomática em algumas pessoas ou gerar situações de cunho mais grave (BRASIL, 2020). No final do ano de 2019, na cidade de Wuhan, na China, foram identificados os primeiros casos de pneumonia, onde se tinha desconhecimento do novo agente, sendo reportado ao poder responsável pela saúde da população, dando origem ao SARS-CoV-2 (Síndrome respiratória Aguda Grave 2), o que gerou a COVID-19 (BRITO *et al.*, 2020). Diante da incidência de casos de COVID-19, a Organização Mundial de Saúde (OMS) anunciou a pandemia mundial, no dia 11 de março de 2020, trazendo um alerta para a saúde pública nos países acometidos, sendo necessária medidas de enfrentamento para evitar a propagação da doença (DE MACEDO JUNIOR, 2020).

Cotidianamente, os profissionais de saúde estão expostos a fatores de risco, incluindo os profissionais da enfermagem, e com a chegada do covid-19 houve um aumento na jornada de trabalho, maior tempo expostos a fatores estressantes, opressão no local de trabalho, pouca remuneração e reconhecimento, visto que nesse novo cenário pandêmico foi percebido que os profissionais de saúde desempenham várias tarefas em sua rotina diária de costumes habituais, o que pode sobrecarregar estes profissionais, afetando a sua saúde mental e física, ocasionando estresse, fadiga e desamparo (LUZ *et al.*, 2021).

A motivação deste presente tema, ocorreu devido ao interesse em posteriormente trabalhar na área da psicologia organizacional do trabalho. Assim, com esse projeto, também será possível entender o sofrimento do trabalhador, principalmente nos momentos atuais de pandemia, em que foi possível observar a sobrecarga de trabalho destes profissionais, principalmente os enfermeiros, que estão na linha de frente ao combate à corona vírus.

Em virtude disso, pensou-se no público da área de enfermagem, pois estão na linha de frente do combate a COVID-19, expostos a riscos e desafios advindos da pandemia, o que pode gerar o surgimento e aumento de casos da Síndrome de Burnout. O respectivo trabalho tem a finalidade de apresentar o tema acerca dos riscos em que os profissionais da enfermagem estão expostos na sua jornada de trabalho, em específico durante a pandemia da COVID-19. Dessa forma, surgiu a problemática: Quais os principais fatores de risco para o desenvolvimento da síndrome de burnout em enfermeiros na pandemia da COVID-19?

O objetivo da respectiva pesquisa é identificar os principais fatores de risco para o desenvolvimento da síndrome de burnout em enfermeiros durante a pandemia da COVID-19, bem como verificar se houve aumento da incidência de burnout em enfermeiros no período da

pandemia, relatar as principais dificuldades que os profissionais de enfermagem encontram no trabalho diante da pandemia e descrever as alterações na rotina de trabalho do enfermeiro nesse mesmo período.

2 METODOLOGIA

A metodologia utilizada caracteriza-se como uma revisão bibliográfica de natureza qualitativa. Esse modelo de pesquisa, utiliza-se de materiais já divulgados, de forma digital ou impressa, tendo como exemplos artigos científicos, jornais, teses, livros, revistas e dissertações. Uma importante vantagem da pesquisa bibliográfica, é o grande acervo de obras disponíveis, com a amplitude de fenômenos que podem ser pesquisados diretamente (GIL, 2018).

Quanto aos propósitos gerais, pode-se afirmar que a pesquisa é descritiva, tendo como desígnio expor a descrição de atributos de uma população definida ou acontecimento, podendo observar possíveis nexos entre variáveis (GIL, 2018). Dessa forma, a coleta de dados foi exercida de modo digital e online, em que foram utilizados artigos científicos e teses encontrados nas plataformas do Google Acadêmico, na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Foram usados materiais da língua portuguesa, selecionados e organizados para leitura seletiva, facilitando as descrições das obras para o projeto, e registros de informações destes instrumentos. O recorte específico de período de publicação estabelecido para a pesquisa inclui o período de 2019 a 2021.

A procura de artigos foi feita nos meses de agosto à novembro de 2021, através da pesquisa com os descritores: burnout; pandemia; enfermagem; riscos e desafios. Para a análise de dados da presente pesquisa foram usadas leituras analíticas com o objetivo de organizar informações para alcançar respostas do problema de pesquisa, entretanto foi necessário incluir artigos dos anos 2014, 2016, 2017 e 2018 para agregar no trabalho.

3 SÍNDROME DE BURNOUT E OS PROFISSIONAIS DA ENFERMAGEM NA PANDEMIA ATUAL

A síndrome de burnout refere-se a um esgotamento profissional e pode ser entendido como um transtorno biopsicossocial, que pode ser provocada por obstáculos e dificuldades entre as pessoas que formam o ambiente de trabalho, mostrando-se com maior preponderância em

profissionais ligados diretamente com o indivíduo, como, por exemplo, os profissionais da saúde (CARDOSO *et al.*, 2017).

O termo burnout se relaciona com o nível de desgaste e diminuição da capacidade do sujeito no trabalho, ou seja, o seu nível destrutivo do estresse ocupacional. Essa palavra originou-se de “burn” que tem como significado queimar-se e “out”, que no inglês significa algo que deixou de ter funcionamento por falta de energia. Freudenberger, foi quem empregou esse termo em 1974, caracterizando como algo em que não ocorreu como deveria e esgotamento emocional (BARROS; SOUSA, 2016).

A síndrome de burnout, de acordo com Neves (2019), afeta pessoas que exercem uma elevada gama de cargas de funcionalidade, como também jornada dupla no ambiente laboral. Já Menezes *et al.* (2017) ressalta que a organização, o indivíduo, o trabalho e os fatores sociais são considerados como às quatro dimensões que retratam a síndrome de burnout, onde ela se pode manifestar a partir de seus sintomas e causas, diante de quatro fases progressivas, como física, psíquica, comportamental e defensiva.

É importante lembrar que a síndrome de burnout desenvolve-se através de fatores como comportamentos e pensamentos individuais do sujeito, controle sobre o que acontece consigo e nos ambientes externos, super envolvimento, a espera que o pior aconteça, a busca pela perfeição, a espera idealizada em relação à profissão, nível de escolaridade e estado civil, excesso de trabalho, dificuldade em controlar atividades, trabalho no turno da noite, suporte organizacional instável, expectativas profissionais, conflito entre colegas de trabalho, sentimentos de injustiça nas relações de trabalho, tipo de ocupação e conflitos de papel (RIBEIRO *et al.*, 2021). Pode-se mencionar que a pandemia da COVID-19 interferiu diretamente e indiretamente, de forma negativa na vida das pessoas, principalmente nas dos trabalhadores, modificando as suas rotinas sociais e de trabalho, modificando a forma de funcionar e de vivenciar nas instituições em que desempenham suas atividades (CARDOSO *et al.*, 2021).

De acordo com França *et al.* (2014) qualquer exercício de trabalho poderá ser um ponto de partida para originar um processo de burnout, mas algumas profissões estão mais suscetíveis a desenvolverem essa síndrome, devido a estarem mantendo um contato de forma direta com outras pessoas, ou por solicitarem a movimentação de imposições mais imediatas. É tanto que Paiva *et al.* (2019) citam, que quando o burnout encontra-se presente no local do exercício de trabalho desses profissionais, causa prejuízo na maneira como os enfermeiros praticam suas funções, ocasionando uma gama de resultados negativos.

Nesse sentido, Nogueira *et al.* (2020) e Luz *et al.* (2021) então relatam que a enfermagem pode ser prejudicada e está mais vulnerável para desencadear problemas de saúde mental e a desenvolver a síndrome de burnout, também conhecida como síndrome do esgotamento. Pois, ainda para os autores supracitados, devido a esse novo cenário pandêmico, estes profissionais são os que mais se encontram expostos diariamente a riscos que possam desenvolver doenças emocionais, falta de empatia, intolerância, distúrbios de sono, irritabilidade, ausência de ânimo, sintomas de depressão, dentre outros, ocasionando um aumento na exaustão física e emocional dentro e fora do trabalho.

Esses profissionais passam mais tempo convivendo, frequentando e interagindo diretamente com os pacientes e com o ambiente laboral, sofrem pressão para realizarem o seu trabalho, além de estarem vivenciando o processo de morte do próximo diariamente, visto que são profissionais que possuem o objetivo de curar pessoas, além de mencionar que o enfermeiro trabalha frente a dor diariamente, sofrimento e morte, o que leva a um elevado acréscimo do nível de estresse nesses profissionais, sendo esta realidade da atividade laboral considerada grave, pois os enfermeiros dedicam maior parte do tempo em um ambiente de emergência (NOGUEIRA *et al.*, 2020; LUZ *et al.*, 2021; BORGES *et al.*, 2021).

Borges *et al.* (2021) afirmam que os trabalhadores da saúde são os profissionais que trabalham na linha de frente contra o coronavírus, como, por exemplo, os enfermeiros e, devido ao surgimento desse novo vírus, a equipe de enfermagem teve que exercer seu trabalho em horas exaustivas e excessivas, durante esse novo cenário pandêmico, em que isso resulta em possíveis alterações psíquicas, perturbações psicológicas e sociais, que, conseqüentemente, também são negligenciadas, fazendo com que a síndrome de burnout ganhe espaço entre esses profissionais, no que se refere a interferência na qualidade de vida e do trabalho destes sujeitos. Para os autores citados anteriormente, ainda pode-se mencionar, que diante de momentos de pressão a saúde é deixada em segundo plano, sendo que o bem-estar físico e mental destes profissionais são considerados essenciais para que possam exercer um bom desempenho frente a dificuldades impostas pelo COVID-19 e caso haja ausência desse bem-estar, é possível abrir caminho para o surgimento de ansiedade e depressão, que surgem com a síndrome. Teixeira *et al.* (2020) observam que além das alterações psíquicas que os profissionais e os trabalhadores de saúde estão suscetíveis, na linha de frente ao combate ao covid-19, também estão expostos ao perigo eminente de contraírem o vírus.

Borges *et al.* (2021) ainda relatam, que diante dessa situação os enfermeiros estão mais propensos a vivenciarem sentimentos de angústia, pois estão ligados diretamente no processo de cura e morte de seus pacientes e, devido à gama de casos de COVID-19, morte e casos

suspeitos, passam a exercer seu trabalho sobre pressão, o que ocasiona tensão, por possuírem uma maior responsabilidade diante desse momento. Para os autores supracitados, contudo, não podem se ausentar do ambiente de trabalho, pois são considerados essenciais no combate ao coronavírus, portanto, estes dedicam mais tempo nesse ambiente, ocasionando sofrimento, bem como estresse e pânico, através de sentimentos de insegurança no trabalho, falta de conhecimento, ausência de equipamentos, dentre outros, o que contribui para desenvolver a síndrome de burnout.

Diante disso, Moreira e Lucca (2020) expressam, que embora os profissionais aprimorem estratégias para enfrentar essa nova realidade, quando convivem diariamente com situações com obstáculos desafiadores ou traumáticos, surgem ainda o adoecimento psíquico, ansiedade generalizada, depressão, alterações na qualidade de sono, esgotamento profissional ou síndrome de burnout. Em razão disso, é primordial que o trabalhador dê importância ao cuidado, além para com os pacientes, primeiramente para si mesmo, cuidando das suas necessidades básicas, do corpo e da mente, buscando ajuda profissional, conversando com amigos, familiares ou outro profissional, ressaltando que o trabalho do profissional de enfermagem é visto como algo complexo, diante de desempenho de atividades na assistência, na parte administrativa e também na gerência, o que se percebe uma jornada árdua, ultrapassando os próprios limites e deixando de lado o próprio cuidado, o que prejudica até o cuidado com o outro (DOS SANTOS *et al.*, 2017). A respeito do autocuidado do profissional da saúde é relevante destacar que esse “cuidar” não cabe somente ao cuidado com o corpo, mas também com relação ao autoconhecimento, como é citado:

Há que se pensar na saúde como um direito também dos trabalhadores do campo da saúde que trabalham na linha de frente do cuidado. Entretanto, há em certa medida, uma invisibilidade por parte dos próprios trabalhadores de que este cuidado à saúde não está apenas dirigido ao corpo, mas também relacionado ao conhecimento de si, ao conhecer a si. É como se, historicamente, pela herança do próprio modelo biomédico, nos fosse legada uma certa "cegueira" de que cuidar de si é cuidar do corpo e não está em jogo um conhecer a si. O conhecer a si estaria, portanto, fora da questão do direito à saúde, do conhecimento de si e do cuidado de si (SILVA *et al.*, 2019, p. 172).

Dessa forma, Castelblanco *et al.* (2020) também explicam sobre a necessidade de discutir o conceito de cuidado, direcionando o olhar ao profissional como cuidador, que deve ser alvo de cuidado e acolhimento, o que reflete na satisfação e boa disposição dos mesmos, além de refletir sobre a definição de “descuidado” desses mesmos profissionais, os quais cuidam do outro, mas não da mesma forma para consigo, em que se desgastam no ambiente de trabalho, provocando até problemas que se manifestam no processo laboral, ocasionando

modificação pessoais e profissionais, como a equipe de saúde. Nesse sentido, os autores antecedentes ainda expõem, que a prática de cuidados individuais e de hábitos que melhorem a qualidade de vida, além de redes de apoio são essenciais no contexto de trabalho dos profissionais de enfermagem, expandindo até para práticas econômicas e políticas, como a redução da carga horária da jornada de serviço, contribuindo para o bem coletivo, sendo, portanto, significativo para a categoria o tema acerca do cuidado de si, possibilitando a elaboração de estratégias que beneficiem os mesmos em sua atuação, visto que é notório a sobrecarga de suas atividades. Munhoz *et al.* (2020) complementam, que quando estes profissionais não conseguem estabelecer ou delimitar um controle diante do seu trabalho, ou não se utilizam de estratégias para isto, eles podem adoecer. Paiva *et al.* (2019) falam sobre estratégias em que o profissional pode buscar realizar, que são organizar melhor a sua rotina e o seu tempo, e solucionar problemas individuais de maneira clara e concisa, incluindo os grupais, ajudando um ao outro.

Ribeiro *et al.* (2021) discutem sobre o ambiente de trabalho ocupacional do enfermeiro, em que nele existem características de fatores que ocasionam estresse para esses profissionais, como a considerável redução dos profissionais da enfermagem, no ambiente hospitalar, além de surgir uma maior demanda de atividades e a falta de reconhecimento da sociedade para com esses trabalhadores, o que ocasiona a despersonalização dos mesmos, direcionado à profissão que exercem. Nesse sentido, ainda para os autores, através do aumento de atividades, podem manifestar exaustão emocional, criativa ou física, em que interfere negativamente na energia, eficiência e bem-estar destes sujeitos, ainda podendo mencionar a presença de sentimentos e atitudes negativas e falta de interesse e motivação no trabalho ou para exercer suas funções.

Lima e Maia (2021) citam, que além dos problemas pontuados anteriormente, em que os enfermeiros se encontram suscetíveis e vulneráveis no ambiente laboral, estes profissionais também passam por sofrimento devido ao distanciamento social imposto pela Organização Mundial de Saúde (OMS). Com isso, conseqüentemente, evidencia que esses sujeitos estão mais propensos a adquirirem desgaste emocional e físico, depressão, exaustão, náuseas, estresse, esgotamento mental e doenças entéricas, pois estão ligadas de maneira direta a rotina de trabalho. É importante citar, ainda para os autores supracitados, que a síndrome de burnout é uma enfermidade psicossocial, em que não somente os enfermeiros estão mais suscetíveis a desenvolverem, mas também outros profissionais, pois é um problema de saúde pública e uma síndrome em que se desenvolve através de fatores estressores que surgem no ambiente de trabalho. Vale salientar, que, conforme o ambiente hospitalar, pode ser determinado como o enfermeiro pode desempenhar o seu trabalho, lidando com a dor, sofrimento e morte,

ocasionando estresse elevado, e fatores que elevem a possibilidade destes sujeitos a adquirirem essa síndrome.

Sobre as relações de trabalho, estas passaram por alterações devido a situações recorrentes e inesperadas da pandemia, transformando as maneiras do sujeito se relacionar, ou seja, modificou as relações e o trabalho, sendo isso considerado preocupante para alguns especialistas, pois é motivo para piorar a síndrome de burnout, que vem criando espaço na pandemia (DE OLIVEIRA *et al.*, 2021).

Lima e Maia (2021) concluem afirmando que durante a pandemia, pode-se observar um considerável aumento da síndrome de burnout e, que durante a pandemia, foi possível observar várias vulnerabilidades psíquicas, em que o sujeito trabalhador vivência no seu cotidiano, dentro e fora do ambiente de trabalho, dessa forma, foi possível observar que os enfermeiros é a classe de trabalhadores em que se encontraram mais propensos a desenvolverem a síndrome de burnout, devido a fatores de estresse, ocasionados nesse ambiente. A partir disto, é visto como necessário e importante cuidar da saúde mental e física dos enfermeiros.

É tanto que a psicoterapia é considerada uma das melhores maneiras de tratamento para essa síndrome, com a mediação de medicamentos indicados pelo médico, como antidepressivos ou ansiolíticos, além de que ainda é importante buscar mudanças no trabalho, no estilo de vida, praticar atividades físicas, dentre outros (VASCONCELOS; MARTINO; FRANÇA, 2018).

4 DIFICULDADES, DESAFIOS, ROTINA E FATORES DE RISCO NO TRABALHO DO ENFERMEIRO NA COVID-19

Com o surgimento dos primeiros casos da COVID-19, que teve início na China, na cidade de Wuhan, notou-se a falta de conhecimento sobre a doença, sua forma de prevenção, patogênese ou tratamento, pois pouco que se sabia era sobre a capacidade elevada de alta disseminação, circulação e contágio acelerado, que gerou uma pandemia mundial, dessa forma, com a disseminação do vírus, tornou-se preocupante e necessário iniciar uma demanda de cuidados elevados para com os pacientes, para evitar o aumento dos contágios e óbitos (OLIVEIRA, 2020). Com isso, ocorrem modificações e dificuldades na rotina dos profissionais e dos serviços da saúde, como, por exemplo, jornadas de trabalho elevadas, que se tornam exaustivas e ultrapassam as necessidades fisiológicas e emocionais do ser humano, causando cansaço e fadiga. Vale ainda mencionar que os enfermeiros trabalham na linha de frente contra a covid-19, exercendo suas atividades enquanto profissionais da saúde, com longas horas de

exercícios em função, o que interfere diretamente e negativamente na saúde mental destes, devido à intensidade do trabalho (OLIVEIRA, 2020).

É nesse novo contexto da pandemia, que o mundo passou por algumas modificações, em que todos os âmbitos da vida humana passaram por alterações e implicações, incluindo principalmente questões de saúde (OLIVEIRA, 2020). Conforme o Ministério da saúde, através do novo Boletim Epidemiológico da Covid-19, publicado em 2020, que traz informações acerca de infecções do novo vírus em profissionais de saúde, apresenta os técnicos e auxiliares de enfermagem, seguido dos enfermeiros, como os profissionais que registram o maior número de casos, como também casos graves da doença, em que necessita de internação (BRASIL, 2020). Com isso, os profissionais da saúde também passaram a enfrentar o trabalho diante de um contexto atípico, em que não se tinha total conhecimento sobre este vírus, onde esses profissionais estiveram trabalhando em ambientes superlotados, com a demanda redobada, além de que os cuidados para com os pacientes passaram a ser mais constantes, em que trabalharam como protagonistas da saúde, dando assistência, cuidado, dentre outras questões (DA SILVA *et al.*, 2021).

A partir das informações de Moreira e Lucca (2020) pode-se mencionar algumas das dificuldades e desafios que a enfermagem vivencia nesse novo cenário de pandemia, sendo elas o aumento nas horas de trabalho, as difíceis condições para exercerem suas funções, ausência de recursos e a falta da valorização destes profissionais. Estas situações, para os autores supracitados, influenciam ou causam um efeito de maneira direta, ou negativa na vida desses enfermeiros, tendo como consequências e resultados o aumento do esgotamento psíquico, os impactos psicossociais, que afetam a saúde psicológica destes indivíduos, a exaustão psíquica, que surge a partir do estresse ocupacional, podendo ainda citar a ansiedade, depressão, ataques de pânico, dentre outros, o que pode provocar o surgimento da síndrome de burnout.

Maria do Perpétuo e Garcia (2020) esclarecem, que viver diante de uma pandemia não é encarado como algo fácil e que além das dificuldades apontadas, os profissionais da enfermagem também vivenciam situações que faltam com procedência técnica, em relação à cura ou tratamento de doenças, ademais sofrem com violências psicológicas e físicas fora do trabalho, ou seja, no caminho ao trabalho.

Diante desse cenário pandêmico, observa-se que os enfermeiros não possuem mais oportunidades ou circunstâncias para se ausentarem do trabalho, pois é visto como essencial e indispensável a presença destes, no ambiente hospitalar, ou seja, não podem ser considerados ou ignorados (OLIVEIRA, 2020). Com isso, devido a longas horas de trabalho, o estresse se

torna acumulativo e interfere tanto no ambiente de trabalho, como na vida pessoal do profissional (DE SOUSA JUNIOR *et al.*, 2020).

Silva *et al.* (2021) salientam que os enfermeiros passaram a ter maior autoridade e responsabilidades em relação as suas atividades no ambiente hospitalar, passando a além do cuidar do paciente, pois também passaram a assumir liderança em relação a ações de assistências diretas para com os pacientes e gerenciamento de setores, mesmo que estas funções não seja prioridade da enfermagem, atuando com maior protagonismo. Além disso, para os autores citados anteriormente, atuam com gestões que não são flexíveis, em que acaba ocasionando desgaste na equipe, levando a frustrações e, com isso é percebido, que além da sobrecarga, trabalham em condições incertas e precárias, poucos recursos, desvalorização e salário desigual.

Dependendo da situação de saúde existente no âmbito hospitalar, alguns profissionais optam ou veem como necessário extrapolar os seus limites e os limites do trabalho, com o objetivo de cuidar da saúde dos pacientes ou para salvar vidas, e a partir dessa situação, o cansaço físico e mental é inevitável, o que posteriormente pode interferir negativamente na sua rotina de trabalho, colocando em risco a vida de ambos. É visto como essencial um reajuste na carga horária de trabalho, que possa oferecer descanso para tentar evitar acidentes por descaso ou falta de atenção, devido à grande exaustão em que estes profissionais se encontram (FIGUIREDO *et al.*, 2020).

Munhoz *et al.* (2020) afirmam que o ambiente de trabalho é um local acometido pelo estresse laboral e o burnout, devido a ser um lugar desgastante, em que existe o aumento de demandas complexas a serem realizadas em pouco tempo ou há exigências psicológicas, como, por exemplo, pressão de tempo, nível de concentração, dependência, dentre outros.

Também pode-se observar que o sistema de saúde brasileiro vem diminuindo sua qualidade e eficiência, tornando-se um sistema precário, devido à ausência de infraestrutura adequada para os atendimentos, equipamentos de EPI'S, principalmente diante desse novo cenário, podendo analisar e relatar que os enfermeiros, diante do seu trabalho, passam por um intenso sofrimento psíquico, pois estão vivendo diariamente dentro deste contexto de precarização da saúde. Assim, estão sob condições para adquirirem alterações de comportamento e doenças mentais, como depressão, ansiedade patológica, síndrome do pânico, dentre outras, que conseqüentemente eleva o nível de profissionais com síndrome de burnout. Isso acontece devido ao contexto pandêmico que não é favorável para o cuidar seguro ou de qualidade, a desvalorização do salário, social ou profissional, além de mencionar a falta de preparação adequada desses profissionais da enfermagem para enfrentarem problemas advindos

de qualquer âmbito diante esse contexto atípico, sendo a pandemia, o que pode gerar alguns sentimentos como medo, aflição, ansiedade, estresse ocupacional, ideação suicida, apreensão, síndrome do pânico, dentre outros sofrimentos psíquicos. Com isso, alguns profissionais da saúde optaram por desistir de seus trabalhos e de acordo com algumas pesquisas internacionais, com o aumento do atendimento de casos de COVID-19 pode ocasionar uma relevância no aumento do esgotamento físico e mental. (QUADROS *et al.*, 2020; SOUZA *et al.*, 2021; VEDOVATO, 2021).

Diante do contexto da pandemia da COVID-19, também se notou dificuldades na ausência de preparação para os enfermeiros lidarem com o processo de viver e morrer, pois, sempre foi um papel de relevância para estes profissionais, em que é visto como importante o treinamento desses trabalhadores para proporcionar uma morte digna para o paciente e entendimento dos sentimentos que acometem os enfermeiros diante dessa conjuntura e impactam estes profissionais, prejudicando a saúde mental destes a curto e longo prazo, além de vivenciarem constantemente com o receio do adoecimento ou de alguém próximo, como, por exemplo, um familiar (BARBOSA *et al.*, 2020; SOUZA *et al.*, 2021). Para os mesmos autores, a necessidade de estarem sempre atentos, concentrados e em constante vigilância, tanto para com si próprio, como para o paciente e colegas de trabalho, acaba acometendo elevados níveis de estresse que influenciam diretamente no trabalho e na saúde destes enfermeiros.

Por conseguinte, quando os profissionais não conseguem exercer um comando diante seu trabalho e não possuem planejamento, podem adoecer, principalmente pelo burnout, síndrome decorrente de questões vindas do trabalho, que acomete a saúde de trabalhadores que realizam suas funções em contato direto com os pacientes, portanto é necessário gerenciar o estresse advindo do trabalho excessivo e prevenir (MUNHOZ *et al.*, 2020; DE SOUSA JÚNIOR *et al.*, 2020).

Barbosa *et al.* (2020) informam que os principais fatores de estresse para com os profissionais da saúde, com ênfase nos enfermeiros, podem ser encontrados no próprio ambiente de trabalho, ou seja, nos hospitais, pontos de saúde ou enfermarias, pois além de realizarem suas funções, passaram a exercer também outras atividades em que não desempenhavam anteriormente a essa nova situação de saúde, sendo que, diante a pandemia, a rotina do indivíduo também passa por alterações, modificando quase por inteiro seu cotidiano, que também pode colocar os enfermeiros em condições de vulnerabilidades psíquicas. É tanto que Teixeira *et al.* (2020) relatou que os índices de perda de qualidade de sono, aumento no uso de drogas, surgimento de sintomas psicossomáticos, veio se elevando nessa pandemia.

Em suma, Quadros *et al.* (2020) expõem que os trabalhadores devem exercer suas atividades em boas condições de trabalho, contando com uma boa estrutura, bons materiais, rede de apoio, ajuda psicológica, ambientes para descanso, que possam agregar resultados positivos na saúde física e psicológica destes trabalhadores, ressaltando que a saúde e segurança desses trabalhadores devem passar por medidas de controle, para que possa estabelecer um controle, ou até mesmo diminuir, ou extinguir os riscos em que estes profissionais estão expostos durante a pandemia, e isto cabe aos gestores das instituições.

A enfermagem deve observar e buscar melhorarias na maneira em que pensam e agem, devido esse contexto de pandemia, pois estão suscetíveis a vivenciarem mudanças que ocorrem constantemente em seu ambiente de trabalho, e pode-se ainda mencionar, que o profissional de enfermagem continuará enfrentando desafios, em que acometem negativamente sua saúde psíquica, pois a saúde e o âmbito de trabalho se alteram em contínuo desenvolvimento e com incertezas (MARIA DO PERPÉTUO; GARCIA, 2020).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir deste presente estudo, foi possível compreender que a Síndrome de Burnout é uma condição de cunho laboral e biopsicossocial, que atinge não somente a classe de trabalhadores da enfermagem, como também outras profissões. Diante desse novo cenário, observou-se que os profissionais da saúde desempenham e representam várias tarefas aptas da sua profissão, sendo os enfermeiros profissionais da linha de frente contra a COVID-19, estando estes expostos a inúmeros riscos. Logo, faz-se necessário o estudo acerca de profissionais que compõem a equipe de enfermagem, pois estes se encontram cotidianamente expostos a situações de estresse no ambiente de trabalho.

Durante a leitura da revisão de literatura pertinente ao tema de Burnout em enfermeiros, seguindo o rigor metodológico deste trabalho, constatou-se que todas as obras, em que foram selecionadas para leitura seletiva para a construção deste projeto, apresentavam as mesmas informações, mesmo com diferentes autores.

De modo geral, as pesquisas evidenciaram o conhecimento acerca de sintomas e fatores, como o alto nível de estresse, ansiedade, angústia, baixa valorização no ambiente de trabalho da enfermagem, e forte indício de Burnout ou risco de desenvolver a síndrome, devido ao fato de que nesse novo cenário pandêmico, estes profissionais são os que se encontram mais expostos aos riscos advindos da pandemia, que podem facilitar a desenvolverem doenças emocionais, falta de empatia, intolerância, distúrbios de sono, irritabilidade, ausência de ânimo,

sintomas de depressão, dentre outros, ocasionando um aumento na exaustão física e emocional dentro e fora do trabalho.

Devido ao aumento de casos desse vírus, o trabalho dos enfermeiros tornou-se excessivo e exaustivo para esses profissionais, com acréscimo significativo na carga horária de trabalho. Diante da pressão no ambiente laboral, muitas vezes a saúde desses trabalhadores é deixada de lado, sendo que é visto como essencial o bem-estar físico e mental. Pode-se ainda mencionar que a insegurança e o medo estão frequentes no cotidiano desses sujeitos, o que leva a um sofrimento psíquico, e que, além disso, ainda sofrem com o distanciamento social, baixa valorização profissional e ausência de recursos.

Por fim, conclui-se, que durante a pandemia da COVID-19, foi possível observar várias vulnerabilidades, como depressão, ansiedade, angústia, desânimo, dentre outras, que consequentemente interferem na saúde destes trabalhadores, e que também estão expostos a riscos advindos desse momento pandêmico, como de contaminação, risco de comprometer a saúde física e mental, esgotamento psíquico, impactos psicossociais e estresse ocupacional. Foi observado na pesquisa a falta de preparação destes profissionais e dificuldades para conviverem com o processo de cuidar e morrer de seus pacientes. Dessa forma é extremamente relevante que os órgãos institucionais em que estas pessoas exercem suas funções de trabalho, foquem inicialmente na saúde mental e física destes profissionais, criando um espaço de apoio e acolhimento, visando estratégias de enfrentamento a diversas situações advindas dessa pandemia, valorizando o trabalho e usando da flexibilidade e empatia para com seres humanos.

Portanto, os objetivos desta pesquisa foram atendidos havendo, entretanto, dificuldades em encontrar artigos com novas informações a respeito do tema, visto que a maioria dos materiais apresentavam dados parecidos. Ademais, foi possível compreender os riscos em que estes profissionais do grupo da enfermagem estão expostos diante a pandemia do COVID-19, sendo ainda importante ter uma continuidade de outras pesquisas conforme o tema.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, D. J. *et al.* Fatores de estresse nos profissionais de enfermagem no combate à pandemia da COVID-19: síntese de evidências. **Comunicação em Ciências da Saúde**, v. 31, p. 31-47, 2020. Disponível em: <http://www.escs.edu.br/revistaccs/index.php/comunicacaoemcienciasdasaude/article/view/651>. Acesso em: 7 de out. de 2021. DOI: <https://doi.org/10.51723/ccs.v31iSuppl%201.651>

BARROS, F. P. C.; SOUSA, M. F. Equidade: Seus Conceitos, Significações e Implicações Para o SUS. **Saúde e Sociedade**, v. 25, n. 1, p. 9-18, 2016. Disponível em:

<http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v25n1/1984-0470-sausoc-25-01-00009.pdf>. Acesso em: 05 de out. de 2021. DOI 10.1590/S0104-12902016146195

BORGES, F. E. S *et al.* Fatores de risco para a Síndrome de Burnout em profissionais da saúde durante a pandemia de COVID-19. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 95, n. 33, 2021. Disponível em:
<http://www.revistaenfermagematual.com/index.php/revista/article/view/835>. Acesso em: 10 de out. de 2021. DOI: <https://doi.org/10.31011/reaid-2020-v.94-n.32-art.835>

BRASIL. Ministério da Saúde. Coronavírus Covid-19. In: **Sobre a doença**. 2020. Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/index.php/sobre-a-doenca>. Acesso em: 29 de set. de 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Novo Boletim Epidemiológico da Covid-19 traz balanço de infecções em profissionais de saúde. [Internet]. 2020. Disponível em:
<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/novo-boletim-epidemiologico-da-covid-19-traz-balanco-de-infecoes-em-profissionais-de-saude>. Acesso em: 20 de out. de 2021.

BRITO, S. B. P. *et al.* Pandemia da COVID-19: o maior desafio do século XXI. **Vigilância Sanitária em Debate: Sociedade, Ciência & Tecnologia**, v. 8, n. 2, p. 54-63, 2020. Disponível em:
<https://visaemdebate.incqs.fiocruz.br/index.php/visaemdebate/article/view/1531>. Acesso em: 12 de out. de 2021. DOI: <https://doi.org/10.22239/2317-269X.01531>

CARDOSO, M. F. P. T. *et al.* A pandemia por COVID-19 e as atitudes dos enfermeiros frente à morte. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 29, 2021. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/rlae/a/8wkzmmprmrXtYnCXNRRP3wx/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 9 de out. de 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1518.8345.4769.3448>

CARDOSO, H. F. *et al.* Síndrome de Burnout: análise da literatura nacional entre 2006 e 2015. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 17, n.2, p. 121-128, 2017. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v17n2/v17n2a07.pdf>. Acesso em: 05 de out. de 2021. DOI: 10.17652/rpot/2017.2.12796

CASTELBLANCO, D. C. C. *et al.* Cuidado ao cuidador profissional da saúde: revisão integrativa. *Rev. urug. Enferm*, v. 15, n. 1, 2020. Disponível em:
<https://hdl.handle.net/20.500.12008/27984>. Acesso em: 20 de out. De 2021.

DA SILVA, V. G. F. *et al.* Trabalho do enfermeiro no contexto da pandemia de COVID-19. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, 2021. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/reben/a/MH4YCt9PWtGJFqySZ4jSYDB/?lang=pt>. Acesso em: 9 de out de 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0594>

DE MACEDO JÚNIOR, A. M. COVID-19: calamidade pública. **Medicus**, v. 2, n. 1, p. 1-6, 2020. Disponível em: <http://www.cognitionis.inf.br/index.php/medicus/article/view/36>. Acesso em: 15 de out. de 2021. DOI: <https://doi.org/10.6008/CBPC2674-6484.2020.001.0001>

DE OLIVEIRA, L. C. *et al.* Aumento da Síndrome de Burnout na pandemia nos profissionais em geral. **Revista Mosaico**, v. 12, n. 2, p. 85-90, 2021. Disponível em:

<http://192.100.251.116/index.php/RM/article/view/2813>. Acesso em: 7 de out de 2021. DOI: <https://doi.org/10.21727/rm.v12i2.2813>

DE QUADROS, A. *et al.* Desafios da Enfermagem Brasileira no Combate da COVID-19: uma reflexão. **Enfermagem em Foco**, v. 11, n. 1, p. 78-83, 2020. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/3748>. Acesso em: 05 de out 2021. DOI: <https://doi.org/10.21675/2357-707X.2020.v11.n1.ESP.3748>

DE SOUSA JÚNIOR, B. S. *et al.* Pandemia do coronavírus: estratégias amenizadoras do estresse ocupacional em trabalhadores da saúde. **Enfermagem em Foco**, v. 11, n. 1, p. 148-154, 2020. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/3644>. Acesso em: 5 de out. de 2021. DOI: <https://doi.org/10.21675/2357-707X.2020.v11.n1.ESP.3644>

DE VASCONCELOS, E. M.; DE MARTINO, M. M. F.; FRANÇA, S. P. S. Burnout e sintomatologia depressiva em enfermeiros de terapia intensiva: análise de relação. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71, p. 135-141, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/BbjMBP3CSmZjCzTH7YBGVfq/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 7 de out. de 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0019>

DOS SANTOS, A. G. *et al.* O cuidado em enfermagem analisado segundo a essência do cuidado de Martin Heidegger. *Revista cubana de enfermeria*, v. 33, n. 3, 2017. Disponível em: <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/1529/295>. Acesso em: 20 de out. De 2021.

FIGUIREDO, L. D. *et al.* A enfermagem do trabalho e os desafios encontrados pelos profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19. **Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde**, v. 2, n. 4, p. 26-31, 2020. Disponível em: <https://revistarebis.rebis.com.br/index.php/rebis/article/view/125>. Acesso em: 8 de out. de 2021.

FRANÇA, T. L. B. *et al.* Síndrome de Burnout: características, diagnóstico, fatores de risco e prevenção. **Revista de Enfermagem (UFPE)**, v. 8, p. 3539-46, 2014. Disponível em: [file:///C:/Users/Mirelle%20Costa/Downloads/10087-19767-1-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Mirelle%20Costa/Downloads/10087-19767-1-PB%20(1).pdf). Acesso em: 05 de outubro de 2021.

GIL, A. C. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 6. Ed. São Paulo: Atlas, 2018.

LIMA, A. P.; MAIA, L. F. S. A síndrome de burnout em profissionais de enfermagem em tempos da pandemia da COVID-19. **Revista Remecs-Revista Multidisciplinar de Estudos Científicos em Saúde**, p. 35-42, 2021. Disponível em: <https://revistaremeccs.com.br/index.php/remecs/article/view/705>. Acesso em: 6 de out. de 2021. DOI: <http://doi.org/10.24281/rremecs2021.1.esp.35-42>

LUZ, D. C. R. P. *et al.* Burnout e saúde mental em tempos de pandemia de COVID-19: revisão sistemática com metanálise. **Nursing**, v. 24, n. 276, p. 5714-5725, 2021. Disponível em: <http://revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/revistanursing/article/view/1540>. Acesso em: 30 de set. de 2021. DOI: <https://doi.org/10.36489/nursing.2021v24i276p5714-5725>

MARIA DO PERPÉTUO, S. S.; GARCIAII, G. D. V. Desafios para enfermagem no contexto da pandemia COVID 19. **Rev Paul Enferm [Internet]**, p. 31, 2020. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=Desafios+para+enfermagem+no+contexto+da+pandemia+COVID+19&btnG=. Acesso em: 7 de out. de 2021.

MENEZES, P. C. M. *et al.* Síndrome de Burnout: uma análise reflexiva. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, vol. 11, n. 12, p. 5092-5101, 2017. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1031985>. Acesso em: 12 de out. de 2021. DOI: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v11i12a25086p5092-5101-2017>

MOREIRA, A. S.; DE LUCCA, S. R. Apoio psicossocial e saúde mental dos profissionais de enfermagem no combate ao COVID-19. **Enfermagem Em Foco**, v. 11, n. 1, p. 155-161, 2020. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/3590>. Acesso em: 05 de outubro de 2021. DOI: <https://doi.org/10.21675/2357-707X.2020.v11.n1.ESP.3590>

MUNHOZ, O. L. *et al.* Estresse ocupacional e burnout em profissionais de saúde de unidades de perioperatório. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 33, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/4tFGsB6dkL7ycjB934hd5Kz/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 6 de out. de 2021. DOI: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2020AO0261>

NEVES, U. Síndrome de Burnout entra na lista de doenças da OMS. **Portal Eletrônico PEBMED**, 2019. Disponível em: <https://pebmed.com.br/sindrome-de-burnout-entra-na-lista-de-doencas-da-oms/>. Acesso em: 3 de out. de 2021.

NOGUEIRA, K. A. *et al.* **Síndrome do esgotamento profissional na enfermagem em tempos de COVID-19** [livro eletrônico]. Ponta Grossa, PR: Atena, 2020, p. 388-416. Disponível em: <https://www.atenaeditora.com.br/post-artigo/37934>. Acesso em: 06 de out. de 2021. DOI: 10.22533 / at.ed.01220230710

OLIVEIRA, K. T. *et al.* Principais medidas tomadas para a mudança dos processos assistenciais durante a pandemia por COVID-19. **Enfermagem em Foco**, v. 11, n. 1, p. 235-238, 2020. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/3764>. Acesso em: 5 de out. de 2021. DOI: <https://doi.org/10.21675/2357-707X.2020.v11.n1.ESP.3764>

PAIVA, J. D. M. *et al.* Fatores desencadeantes da síndrome de burnout em enfermeiros. **Rev. Enferm. UFPE on line**, v. 13, n. 2, p. 483-490, 2019. Disponível em: <file:///C:/Users/Regina/Downloads/235894-134352-1-PB.pdf>. Acesso em: 10 de out. de 2021.

RIBEIRO, B. M. S. S.; SCORSOLINI-COMIN, F.; DE SOUZA, S. R. Síndrome de burnout em profissionais da enfermagem de unidade de terapia intensiva na pandemia da COVID-19. **Rev Bras Med Trab**, v. 19, n. 3, p. 363-371, 2021. Disponível em: <https://cdn.publisher.gn1.link/rbmt.org.br/pdf/v19n3a14.pdf>. Acesso em: 06 de out. de 2021.

SILVA, M. A. *et al.* Saúde como direito e cuidado de si: concepção dos profissionais de enfermagem. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 72, p. 159-165, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/xyhgVnRzK7NfbCp3Szjftfk/?lang=pt>. Acesso em: 20 de out. de 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0066>

SOUZA, Norma Valéria Dantas de Oliveira *et al.* Trabalho de enfermagem na pandemia da covid-19 e repercussões para a saúde mental dos trabalhadores. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 42, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/MHPHGNFpYJgQzwyFQnZZr/?lang=pt>. Acesso em: 12 de out. de 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2021.20200225>

TEIXEIRA, C. F. S. *et al.* A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 3465-3474, 2020. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/csc/2020.v25n9/3465-3474/>. Acesso em: 30 de set. de 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.19562020>

VEDOVATO, T. G. *et al.* Trabalhadores (as) da saúde e a COVID-19: condições de trabalho à deriva? **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 46, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/CHvhLDtkH8WPmSygjHZgzNw/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 9 de out. de 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/2317-6369000028520>