

ESTILO DE VIDA, ANSIEDADE E BURNOUT EM ENFERMEIROS NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19

LIFESTYLE, ANXIETY AND BURNOUT IN NURSES IN THE CONTEXT OF THE COVID-19 PANDEMIC

Maurício Lima da Silva¹; Francisco Elizau de Brito Junior²; Álissan Karine Lima Martins³; Aparecido Daniel Lino da Silva⁴

RESUMO

Introdução: O trabalho é um importante determinante de saúde e está atrelado a formas específicas de adoecimento. Na enfermagem, o trabalho se apresenta permeado de desafios, em especial pela pandemia de Covid-19, que provocou danos à saúde mental. **Objetivo:** Avaliar o estilo de vida, ansiedade e suscetibilidade à síndrome de *burnout* em enfermeiros que atuaram na linha de frente no combate à pandemia de Covid-19. **Método:** Estudo descritivo-analítico, quantitativo e transversal. Foram coletadas informações sociodemográficas, de ansiedade, susceptibilidade à síndrome de *burnout* e de estilo de vida, nos meses de agosto e setembro de 2021. **Resultados:** Verificou-se que os enfermeiros estão vulneráveis ao adoecimento pelo *burnout*, onde 19% e 81% se apresentam com risco médio e alto para esse agravo. Quanto à ansiedade, 56% se apresentaram com ansiedade leve, 25% moderada e 19% severa. Já o estilo de vida se mostrou insatisfatório, especialmente nos quesitos atividade física, alimentação, autoimagem, finanças e sono restaurador. Na análise de redes foi verificada associações fortes e positivas entre estilo de vida e exaustão emocional (0.6), exaustão emocional e cinismo (0.7) e relação positiva e fraca entre cinismo e eficácia no trabalho (0.4). O local de trabalho se associou negativamente com a eficácia no trabalho (-0.5). Nota-se que os enfermeiros estão em processo de adoecimento mental, visto os níveis significativos de ansiedade, bem como se exaurindo emocionalmente a fim de manter uma boa eficácia no trabalho. O estilo de vida é afetado pela ansiedade, *burnout* e local de trabalho. **Conclusão:** Sugere-se que ações de promoção da saúde sejam pensadas a fim de mitigar os efeitos da pandemia na saúde mental dos profissionais enfermeiros.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde do trabalhador; Covid-19; Saúde mental; Enfermeiros.

ABSTRACT

Introduction: Work is a significant determinant of health and is associated with specific forms of illness. In nursing, work is filled with challenges, particularly due to the Covid-19 pandemic, which has significantly impacted mental health. **Objective:** To assess the lifestyle, anxiety, and susceptibility to *burnout* syndrome among nurses who worked on the front lines during the Covid-19 pandemic. **Method:** Descriptive-analytical, quantitative, and cross-sectional study. Sociodemographic, anxiety, susceptibility to *burnout* syndrome, and lifestyle information were collected in August and September 2021. **Results:** It was found that nurses are vulnerable to *burnout*, with 19% and 81% presenting medium and high risk for this condition. Regarding anxiety, 56% reported mild anxiety, 25% moderate, and 19% severe. Lifestyle was found to be unsatisfactory, particularly in terms of physical activity, diet, self-image, finances, and restorative sleep. Network analysis revealed strong positive associations between lifestyle and emotional exhaustion (0.6), emotional exhaustion and cynicism (0.7), and a weak positive relationship between cynicism and work effectiveness (0.4). The workplace was negatively associated with work effectiveness (-0.5). It is noted that nurses are undergoing a process of mental illness, given the significant levels of anxiety, as well as emotionally exhausting themselves to maintain good work effectiveness. Lifestyle is affected by anxiety, *burnout*, and the workplace. **Conclusion:** It is suggested that health promotion actions be considered to mitigate the effects of the pandemic on the mental health of nursing professionals.

KEYWORDS: Occupation health; Covid-19; Mental health; Nurses.

INTRODUÇÃO

O trabalho é um importante determinante social de saúde, estando atrelado a formas específicas de adoecimento. Como tal, o tipo de atividade desenvolvida, as condições de operacionalização do trabalho e as relações interpessoais podem afetar negativamente a saúde¹.

Nesse sentido, o trabalho dos profissionais de saúde, em especial da enfermagem, se apresenta permeado de desafios, seja na baixa remuneração, no ambiente de trabalho precarizado, na sobrecarga oriunda da lotação dos serviços de saúde e carência de pessoal, bem como os conflitos que podem surgir nas relações estabelecidas com o paciente e sua família e colegas de trabalho².

Essas questões entraram em maior evidência em decorrência da pandemia de Covid-19, que além de expor esses profissionais ao risco biológico e adoecimento, os deixaram também vulneráveis ao surgimento ou agravamento de problemas psiquiátricos e mentais³.

O aparecimento desses agravos possui estreita relação com a sobrecarga de trabalho, a falta de protocolos, até então, de tratamento para Covid-19, gerando incertezas quanto às condutas, poucos recursos materiais para o desenvolvimento de suas atividades como Equipamentos de Proteção Individual – EPI, e, especialmente, ao medo de se contaminar e transmitir o vírus a seus familiares, levando ao isolamento social e consequentemente sua restrição às pessoas que seriam sua rede de apoio^{3,4}.

Situações de alto estresse como em uma pandemia, provocam danos à saúde mental que se prolongam mesmo depois de solucionada ou minimizada a crise causadora, de modo a ser uma manifestação tardia (crônica) de sintomas mentais relacionados ao evento crítico-traumático⁵.

Entre os principais fenômenos mentais encontramos a ansiedade e a síndrome de *burnout*. O primeiro é uma resposta fisiológica normal, frente às situações da vida, porém, se duradoura, pode provocar uma desregulação e se transformar em uma patologia, afetando a qualidade de vida⁶. Já o *burnout* é definido como um esgotamento físico, mental e emocional relacionado ao trabalho⁷. Ambos possuem relação com Estilo de Vida – EV, que pode ser um fator mitigador ou complicador desses agravos a depender de como é o perfil e o estilo de vida de determinados sujeitos⁸.

Conforme aponta a literatura, os profissionais de enfermagem acabam sendo uma das classes mais afetadas e isso se deve ao fato de estarem diretamente ligados à assistência dos pacientes, receberem uma alta carga emocional (vários óbitos de pessoas por causa da Covid-19), medo de adoecer e morrer, além uma carga horária de trabalho exaustiva⁹.

Diante do exposto surge a necessidade de avaliar a saúde desses profissionais a fim de propor medidas de enfrentamento e minimização do adoecimento mental, bem como direcionar o olhar para a promoção do bem-estar e qualidade de vida dessa classe.

Dessa forma, esta pesquisa teve como objetivo avaliar o Estilo de Vida (EV), ansiedade e suscetibilidade à Síndrome de *Burnout* (SB) em enfermeiros que atuaram na linha de frente no combate à pandemia de Covid-19.

MÉTODO

Trata-se de um estudo de caráter descritivo-analítico, com abordagem quantitativa, transversal, realizado na cidade de Crato-CE, tendo como população os enfermeiros que atuaram na linha de frente no combate à pandemia de Covid-19.

Foram incluídos os enfermeiros que atuam na Atenção Primária e Secundária do município e que desejaram participar do estudo. A técnica utilizada para compor a amostra foi a estratégia bola de neve¹⁰, ficando constituída uma amostra final de 16 participantes.

Os instrumentos para coleta de dados foram um formulário para as informações sociodemográficas, enquanto que para a ansiedade foi utilizada a Escala de Ansiedade de Hamilton (HAM-A) e para verificar a suscetibilidade à SB o Inventário de *Maslach Burnout Inventory – General Survey* (MBI-GS). Já para o estilo de vida foi aplicado o questionário do Perfil do Estilo de Vida Individual de Castro et al (2017)¹¹.

A coleta de dados ocorreu nos meses de agosto e setembro de 2021 e o contato inicial se deu por intermédio da Secretaria Municipal de Saúde, que posteriormente compartilhou o *link* de acesso ao formulário com os profissionais enfermeiros, que depois foi indicado de pessoa para pessoa¹⁰. Todos os instrumentos foram aplicados *on-line* via *google forms* em cumprimento às medidas de isolamento exigidas na pandemia de Covid-19.

Os dados foram tabulados no programa *Microsoft Excel* (2016) e submetidos a análise estatística descritiva para obter valores relativos e absolutos por meio do programa *JASP* (versão 9.0.1). Posteriormente foi realizado a análise de redes com o objetivo de verificar as forças de ligação entre o EV, dimensões da SB, ansiedade e dados demográficos.

Os riscos em participar da pesquisa foram mínimos, estando associados ao possível desconforto gerado pelas perguntas contidas nos formulários.

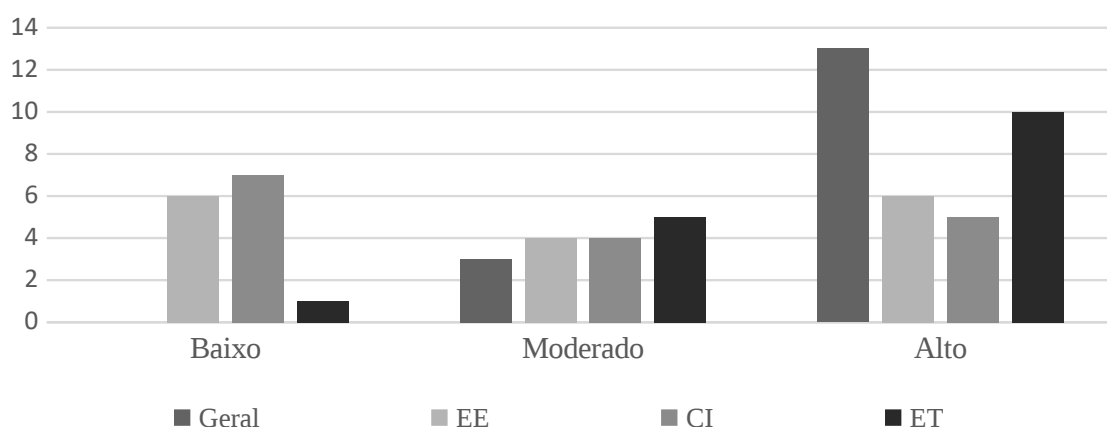
Este estudo seguiu os preceitos éticos em pesquisa da resolução 466/2012. Faz parte de um projeto guarda-chuva maior, estando aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa – CEP da Universidade Regional do Cariri - URCA sob parecer de nº 2.753.039.

RESULTADOS

No que diz respeito às informações sociodemográficas foram observadas que 95% (nº15) são mulheres e 5% (nº1) homens. Quanto ao estado civil 50% (nº8) são casados e 31,2% (nº5) solteiros e 18,9% (nº3) são divorciados. 62,5% (nº10) disseram que tinham filhos e 37,5% (nº6) que não. Em relação ao local de trabalho, 75% (nº12) responderam que atuam em Unidades Básicas de Saúde – UBS e apenas 25% (nº4) em hospitais. Também foram indagados se atuaram em unidades de tratamento para Covid-19 e nesse quesito 43,7% (nº7) responderam que sim e 56,5% (nº9) que não haviam atuado. Foi questionado se esses profissionais foram infectados pelo vírus causador da Covid-19 e obtivemos a resposta de que 37,5% (nº6) tiveram diagnóstico da doença e 62,5% (nº10), não.

Quanto à suscetibilidade à SB foi possível notar uma alta vulnerabilidade, onde 19% e 81% apresentaram risco médio e alto, respectivamente, para o desenvolvimento desse agravo. Também foram elencados os níveis individuais de cada dimensão que compõe a SB. São eles a dimensão Exaustão Emocional – EE, Cinismo – CI e Eficácia no Trabalho – ET. Ambos analisados separadamente não demonstraram um achado tão significativo, contudo, se somado os valores “moderado” e “alto” das dimensões EE e CI, torna-se perceptível a elevada vulnerabilidade à SB, sendo evidenciado uma sobrecarga emocional (EE) e um distanciamento do profissional com o destinatário do serviço (CI), apesar de uma boa ET (Figura 1).

Figura 1. Nível de suscetibilidade à Síndrome de Burnout, geral e por dimensões, Crato (CE), Brasil, 2021.



Legenda: EE-Exaustão emocional, CI-Cinismo e ET-Eficácia no Trabalho.

Fonte: Dos autores, 2021.

Em relação à ansiedade foi possível observar que todos apresentaram algum nível desse transtorno, sendo 56% (nº 9) caracterizados como ansiedade leve, 25% (nº 4) ansiedade moderada e 19% (nº 3) ansiedade severa. Ao somarmos os níveis de ansiedade moderada e severa obtivemos o resultado de que 44% (nº7) dos enfermeiros sofrem de forma significativa com esse agravo (Figura 2).

Figura 2. Estratificação do nível de ansiedade em enfermeiros que atuam frente à pandemia de Covid-19, Crato (CE), Brasil, 2021.



Fonte: Dos autores, 2021.

Para a avaliação do estilo de vida (EV) foi calculado as médias obtidas dentro de cada dimensão do octógono do bem-estar, como chamaremos neste estudo. Também foi calculado a média geral de cada dimensão com todos os participantes e criado uma imagem visual dos resultados.

Para verificar se houve alguma diferença no EV entre os enfermeiros que trabalham na Atenção Primária à Saúde – APS e os que atuam na rede hospitalar, foram criadas duas imagens comparativas a partir das médias dos diferentes locais de trabalho. Na figura 03 é possível visualizar a imagem do octógono do estilo de vida contendo as médias geral, hospitalar e da APS dos (as) enfermeiros (as) frente ao contexto de pandemia de Covid-19.

Observamos que o EV geral dos enfermeiros se apresenta enfraquecido, especialmente nas dimensões atividade física, autoimagem, relacionamentos, finanças e sono restaurador. Nas demais, apesar desses aspectos se apresentarem razoáveis, é necessário mais atenção, uma vez que o EV compreende todas as dimensões do indivíduo e suas escolhas (Figura 3).

Figura 3. Octógono do estilo de vida dos (as) enfermeiros (as) frente ao contexto de pandemia de Covid-19 e comparativo entre os grupos APS e Hospital, Crato (CE), Brasil, 2021. (N=16)



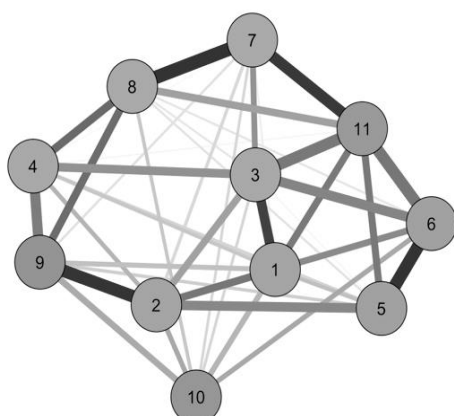
Fonte: Dos autores, 2021.

Quanto à Análise de Redes é possível notar a presença de *clusters*, que são aquelas variáveis que se aproximam e possuem maior força de ligação entre si, sinalizando que há uma influência entre elas, seja positiva ou negativa. Observa-se que o local de trabalho e estilo de vida (-0.6) e síndrome pós Covid-19 e EV (-0.6) se associaram de forma negativa, sendo local de trabalho e idade (0.5), de forma positiva. Também se apresenta uma associação próxima e positiva entre as variáveis síndrome pós Covid-19 e adoecimento por Covid-19 (0.7).

O estilo de vida e a dimensão Exaustão Emocional (0.6) e Exaustão Emocional e Cinismo (0.7) se relacionam positivamente, ao passo que Cinismo e Eficácia no Trabalho demonstraram uma relação fraca, mesmo que positiva (0.4). Não houve o estabelecimento de associação significativa entre Exaustão Emocional e Eficácia no Trabalho (0.09).

Nessa estrutura também é possível observar que a variável trabalho (se atua/atuou em unidade de Covid-19) possui uma relação próxima e negativa com a Eficácia no Trabalho (-0.5) que se associa positivamente à variável ter filhos (0.6). (Figura 4). Os dados com os percentuais de associação podem ser observados na Tabela 01.

Figura 4. Associação em redes das variáveis demográficas, trabalho, covid-19, Síndrome de Burnout-SB, Ansiedade e Estilo de Vida, Crato (CE), Brasil, 2021.



Sociodemográficos

1: Idade

2: Ter filhos

Trabalho

3: Local de trabalho

4: Atua em uni. Covid-19

Exaustão Emocional

7: EE

Cinismo

8: CI

Eficácia no Trabalho

9: ET

Ansiedade

10: Ansiedade

Estilo de vida

11: Estilo de vida

Fonte: Dos autores, 2021.

Tabela 1. Percentuais de associação entre as variáveis dentro da rede, Crato (CE), Brasil, 2021.

Variável	Idade	Ter filhos	Local de trabalho	Atua uni. Covid-19	Teve Covid-19	Sind. Pós Covid-19	EE	CI	ET	Ansiedade	Estilo de vida
Idade	0.000	0.396	0.551	0.163	0.185	0.338	-0.061	0.000	-0.243	-0.290	0.384
Ter filhos	0.396	0.000	-0.378	0.215	-0.510	0.000	-0.150	0.000	0.687	0.250	0.000
Local de trabalho	0.551	-0.378	0.000	-0.454	-0.033	-0.529	0.311	0.073	0.000	0.120	-0.623
Atua uni. Covid-19	0.163	0.215	-0.454	0.000	-0.162	0.002	0.022	0.431	-0.581	0.000	0.030
Teve Covid-19	0.185	-0.510	-0.033	-0.162	0.000	0.715	0.000	0.082	0.144	0.007	0.387
Sind. Pós Covid-19	0.338	0.000	-0.529	0.002	0.715	0.000	-0.003	0.076	0.000	0.250	-0.652
EE	-0.061	-0.150	0.311	0.022	0.000	-0.003	0.000	0.744	0.090	0.116	0.622
CI	0.000	0.000	0.073	0.431	0.082	0.076	0.744	0.000	0.426	0.164	-0.385
ET	-0.243	0.687	0.000	-0.581	0.144	0.000	0.090	0.426	0.000	-0.333	0.000
Ansiedade	-0.290	0.250	0.120	0.000	0.007	0.250	0.116	0.164	-0.333	0.000	0.084
Estilo de vida	0.384	0.000	-0.623	0.030	0.387	-0.652	0.622	-0.385	0.000	0.084	0.000

Nota: Percentuais obtidos a partir do programa JASP v.9.0.1

Fonte: Dos autores, 2021.

DISCUSSÃO

Foi evidenciado uma forte sobrecarga emocional (37,5%) e de Cinismo (31%), ao passo que foi observado uma boa eficácia no trabalho (63%), o que nos leva a inferir que os profissionais estão se exaurindo emocionalmente para manter uma boa ET.

Tais achados encontram ressonância em estudo semelhante¹², que ao avaliarem a prevalência de SB em profissionais da saúde que atuam em unidade de terapia intensiva, encontraram resultados parecidos, no qual 28,9% dos participantes tinham uma forte Exaustão Emocional, na medida que 6,3% elevados níveis de Cinismo e 10,9% baixa Eficácia no Trabalho, apresentando uma discrepância significativa na dimensão Cinismo em comparação aos achados e uma contraposição em relação à Eficácia no Trabalho, que nesse estudo, se mostrou positiva.

Os estressores laborais desempenham um importante papel no surgimento de sintomas da SB. Fato esse apontado em uma revisão integrativa na qual buscaram avaliar na literatura a relação entre SB e trabalho de enfermagem, onde evidenciaram uma forte presença de problemas mentais nesse nicho profissional¹³.

Quando se fala em Ansiedade temos a constatação que os enfermeiros estão sofrendo nos mais variados graus. 44% com Ansiedade moderada e severa, 25% e 19% respectivamente e 56% Ansiedade leve.

Sintomas depressivos, psicofisiológicos e pós-traumático surgem mais tardiamente e duram por mais tempo, acarretando maiores danos ao indivíduo após eventos traumáticos, como a pandemia de Covid-19¹⁴.

Essas informações devem ser analisadas com cautela, ao passo que estratégias para prevenção de transtornos ansiosos graves possam ser pensadas e implementadas, visando reduzir a probabilidade de ocorrência desses agravos.

Quanto ao EV foi observado uma negligência nos hábitos dos enfermeiros, demonstrado pela baixa pontuação nos quesitos avaliados pelo octógono do bem-estar. Isso pode estar relacionado à sobrecarga de trabalho, muitas vezes com jornada dupla, e também prejudicadas em relação aos sintomas de Ansiedade e SB, apontados como influenciadores para uma má qualidade de vida¹⁵.

Uma outra condição a ser considerada é o local de trabalho, se atua na UBS ou hospital, sendo observado uma diferença entre as representações visuais dos que atuam nesses diferentes cenários.

Apesar de não haver muita discrepância quanto ao campo de prática do enfermeiro, dimensões como alimentação e controle do estresse se mostraram menos efetivos nos profissionais que atuam em hospitais quando comparados aos da UBS. Outra característica importante diz respeito à dimensão atividade física, que se revelou ausente nos enfermeiros que atuam em unidade hospitalar. Diante do apresentado, deve ser considerado a precarização do trabalho, carga horária excessiva, má remuneração que leva a duplo emprego, poucas horas de sono, dentre outras condições, que fomentam problemas à saúde do enfermeiro, desde desgaste físico até problemas mentais, que podem favorecer um estilo de vida não saudável.

Partindo para a avaliação em redes, verificou-se uma relação positiva entre o componente Exaustão Emocional com Cinismo (0.7) e pouca relação com Eficácia no Trabalho (0.09). A relação entre Exaustão Emocional e Estilo de Vida se apresentou positivamente (0.6), indicando que a SB afeta o EV do indivíduo.

É possível associar a Exaustão Emocional à ausência de prática de atividade física e menos despersonalização¹². Tal fato revela que a SB afeta o indivíduo integralmente, podendo atingir todas as dimensões da vida.

Uma outra questão está relacionada ao local de trabalho, onde é possível inferir que o ambiente de trabalho, se hospital ou UBS, bem como se atua/atuou em unidade para tratamento de Covid-19, influenciam para que o desfecho ora em estudo ocorra (SB e Ansiedade) e impacta negativamente o EV.

Tais considerações se fazem pertinentes, especialmente aos enfermeiros que atuam em ambiente hospitalar, embora não haja diferença significativa no EV, o que também foi encontrado em um estudo que procurou realizar o comparativo entre os ambientes de trabalho (hospital x Atenção Primária à Saúde - APS), verificando um maior déficit na dimensão física nos profissionais que atuam no hospital, apontado pelos autores como sendo oriundo do desgaste no trabalho, visto a demanda direta por assistência aos usuários do serviço¹⁶.

Estudos levantam a necessidade de medidas que devem ser implementadas nos ambientes de trabalho, bem como políticas que devem ser pensadas a fim de reduzir problemas de saúde relacionados à atividade laboral, a fim de prevenir e intervir nas condições que afetam o trabalhador^{12,17,5}.

CONCLUSÃO

Verificou-se que os enfermeiros estão vivenciando a ansiedade nos mais diversos níveis, bem como uma alta suscetibilidade ao *burnout*, que por sua vez impacta negativamente no estilo de vida, demonstrado como insatisfatório, especialmente nas dimensões atividade física, alimentação e controle do estresse.

Dito isso, foi possível atender ao objetivo do estudo, que buscou verificar o estilo de vida e os níveis de ansiedade e suscetibilidade à SB em enfermeiros (as) que atuaram na linha de frente no combate à pandemia de Covid-19, revelando a necessidade de um olhar direcionado a esse público que necessita urgentemente de ações que promovam saúde e bem-estar.

Ainda, o método de análise de redes utilizado permitiu verificar as conexões das variáveis que se relacionam com o estilo de vida, ansiedade e *burnout*, o que colabora na identificação de quais variáveis mais influenciam dentro da rede, abrindo espaços para discussões sobre possíveis intervenções.

Há que se considerar as limitações desse estudo, uma vez que sua amostragem foi limitada a poucos participantes. Contudo, se mostra relevante na medida que introduz informações que podem servir para elaboração de pesquisas que visem investigar melhor as relações do trabalho de enfermagem com a Ansiedade, SB e EV e sua relação com a pandemia de Covid-19.

Por fim, indicamos a necessidade de novos estudos e ações de promoção da saúde que valorizem a profissão, promova o acolhimento aos profissionais que necessitam de cuidados, melhoria nos recursos humanos e de educação permanente. Enfim, políticas direcionadas cujo objetivo seja promover a saúde desses trabalhadores.

AFILIAÇÃO

1. Farmacêutica residente do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Secretaria de Estado de Saúde de Goiás – SES - GO, área de Concentração Urgência e Trauma, Hospital de Urgências de Goiás Dr. Valdemiro Cruz. Mestrando em Enfermagem pelo Programa de Mestrado Acadêmico em Enfermagem (PMAE) da Universidade Regional do Cariri-URCA. e-mail: limamauricio18@gmail.com link: ORCID¹.
2. Doutora em Ciências Biológicas (Bioquímica toxicológica). Professora do Departamento de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri-URCA. e-mail: francisco.brito@urca.br link: ORCID¹;
3. Doutora em Enfermagem. Professora do Departamento de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri-URCA. e-mail: alissan.martins@urca.br link: ORCID¹;
4. Bacharel em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri-URCA. email: 2017danielsegundo@gmail.com link: ORCID¹.
5. https://renastonline.ensp.fiocruz.br/sites/default/files/arquivos/recursos/ccvisat_bol_transtmentais_final_0.pdf
6. Santos FMS, Pessoa JS, Silva LSR, Honorio MLT, Melo MS, Nascimento NA. Esgotamento físico dos profissionais de enfermagem no combate da COVID-19. Revista Nursing [Internet]. 2021 [citado em 27 Abr 2023];24(278):5968-5973. Disponível em: <https://doi.org/10.36489/nursing.2021v24i278p5968-5979>.
7. Moser CM, Monteiro GC, Narvaez JCM, Ornell F, Calegari VC, Bassols MAS, Laskoski PB, Hauck S. Saúde mental dos profissionais da saúde na pandemia do coronavírus (Covid-19). RBPscicoterapia. Porto Alegre [Internet]. 2021 [citado em 14 Mar 2023];23(1):107-125. doi: 10.5935/2318-0404.20210009.
8. Montes-Berges B, Fernández ME. O. Efectos psicológicos de la pandemia covid 19 en el personal del ámbito sanitario. Enfermería Global. [Internet]. 2021 [citado em 07 Mar 2023]; 62:254-268. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.427161>.
9. Silva DFO, Cobucci RN, Soares-Rachetti, VP, Lima SCVC, Andrade FB. Prevalência de ansiedade em profissionais da saúde em tempos de COVID-19: revisão sistemática com metanálise. Cienc Saúde Colet. [Internet]. 2021 [citado em 29 Maio 2023];26(2):693-710. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/JnrRZ5Qc3JdqHxDj53wFfj/>.
10. Andrade JV, Pereira LP, Vieira PA, Silva JVS, Silva AM, Bonisson MB, Castro JVR. Ansiedade, um dos problemas do século XXI. Revista de Saúde da ReAGES [Internet]. 2019 [citado em 14 Mar 2023];4(2):34-39. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/334414107_ANSIEDADE_U_M_DOS_PROBLEMAS_DO_SECULO_XXI.
11. Pires FC, Vecchia BP, Carneiro EM, Castro JPR, Ferreira LA, Dutra CM, Chavaglia SRR. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de pronto-socorro. Rev Enferm UFPE on line [Internet]. 2020 [citado em 02 Mar 2023];14:1-7. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1102440>.
12. Vanali RC, Araújo MAB, Ferreira MG, Junior FEB. Associação entre os fatores do estilo de vida e saúde corporal de adolescentes escolares. Adolesc Saúde [Internet]. 2020 [citado em 05 Maio

ACESSO ABERTO



Este artigo está licenciado sob Creative Commons Attribution 4.0 International License, que permite o uso, compartilhamento, adaptação, distribuição e reprodução em qualquer meio ou formato, desde que você dê crédito apropriado ao(s) autor(es) original(is) e à fonte, forneça um link para o Creative Licença Commons e indique se foram feitas alterações. Para mais informações, visite o site creativecommons.org/licenses/by/4.0/

REFERÊNCIAS

1. Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Vigilância em Saúde Ambiental e Saúde do Trabalhador, Coordenação Geral em Saúde do Trabalhador. Boletim epidemiológico: transtornos mentais relacionados ao trabalho no Brasil, 2006-2017 [Internet]. 2019;13. Disponível em:

- 2023];17(2):109-115. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/343529727>.
9. Luz DCRP, Campos JRE, Bezerra POS, Campos JBR, Nascimento AMV, Barros AB. Burnout e saúde mental em tempos de pandemia de COVID -19: revisão sistemática com metanálise. *Revista Nursing*. 2021 [citado em 18 Abril 2023];24(276):5714-5719.
 10. Costa BRL. Bola de neve virtual: o uso das redes sociais virtuais no processo de coleta de dados de uma pesquisa científica. *Revista Interdisciplinar de Gestão Social* [Internet]. 2018 [citado em 01 Mar 2023];7(1):15-37. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/rigs/article/view/24649>.
 11. Castro JBP, Vale RGS, Aguiar RS, Mattos RS. Perfil do estilo de vida de universitários de Educação Física da cidade do Rio de Janeiro. *Rev Bras Cienc Mov* [Internet]. 2017 [citado em 27 Feb 2023];25(2):73-83. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rbcm/article/view/6234>.
 12. Alvares MEM, Thomaz EBAF, Lamy ZC, Nina RVAH, Pereira MUL, Garcia JBS. Síndrome de Burnout entre profissionais de saúde nas unidades de terapia intensiva: um estudo transversal com base populacional. *Rev Bras Ter Intensiva* [Internet]. 2020 [citado em 02 Maio 2023];32(2):251-260. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1138480>.
 13. Larré MC, Abud ACF, Inagaki ADM. A relação da Síndrome de Burnout com os profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa. *Revista Nursing* [Internet]. 2018 [citado em 04 Mar 2023];21(237):2018-2023. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-907869#:~:text=Trata%2Dse%20de%20uma%20revis%C3%A3o,favor%20o%20desenvolvimento%20da%20doen%C3%A7a>.
 14. Paiano M, Jaques AE, Nacamura PAB, Salci MA, Radovanovic CAT, Carreira L. Saúde mental dos profissionais de saúde na China durante pandemia do novo coronavírus: revisão integrativa. *Rev Bras Enferm* [Internet]. 2020 [citado em 28 Abr 2023];73. Disponível em: <https://www.scielo.br/rj/reben/a/fVpnLtzZYxs5DN7ZYQyhbFF/?lang=pt#>.
 15. Ribeiro EKA, Santos RC, Araújo-Monteiro GKN, Brandão BMLS, Silva JC, Souto RQ. Influência da Síndrome de Burnout na qualidade de vida de profissionais da enfermagem: estudo quantitativo. *Rev Bras Enferm* [Internet]. 2021 [citado em 03 Feb 2023];74:1-7. Disponível em: <https://www.scielo.br/rj/reben/a/gQKZSHwTCvmhM6xbcjHjgq/?lang=pt#:~:text=Conclus%C3%A3o%3A,renda%20elevada%20e%20entre%20enfermeiros>.
 16. Lima ML, Cabral LPA, Bordin D, Pedroso B, Godoy CMP, Fadel CB. Qualidade de vida entre enfermeiros e relação com o nível de complexidade do trabalho em saúde. *Revista Stricto Sensu* [Internet]. 2020 [citado em 07 Abr 2023];5(1):1-11. Disponível em: <http://revistastrictosensu.com.br/ojs/index.php/rss/article/view/82>.
 17. Dal'Bosco EB, Floriano LSM, Skupien SV, Arcaro G, Martins AR, Anselmo ACC. A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da COVID-19 em um hospital universitário regional. *Rev Bras Enferm* [Internet]. 2020 [citado em 02 Mar 2023];73. Disponível em: <https://www.scielo.br/rj/reben/a/ck98YrXKsh6mhZ3RdB8ZVx/?lang=pt>.

DATA DE PUBLICAÇÃO: 22 de janeiro de 2025