



# BURNOUT E ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFISSIONAIS DA EMERGÊNCIA: fatores de risco, consequências e estratégias de

Tema: Medicina

Arthur Vitório Scarton Schwerz; Maria Eduarda Zelinski Varotto; Isadora Gimenis; Eduarda Brito Barros;

UNISC

Santa Cruz do Sul/RS

**Introdução e Objetivos:** Profissionais da emergência estão expostos a um ambiente de alta demanda, ritmo intenso e tomada de decisões sob pressão, fatores que contribuem para o desenvolvimento da síndrome de burnout e do estresse ocupacional. Esses impactos afetam não apenas a saúde mental dos trabalhadores, mas também a qualidade do atendimento prestado aos pacientes. O objetivo deste estudo é revisar os principais fatores de risco associados ao burnout na emergência, suas consequências e estratégias eficazes para mitigação. **Material e Métodos:** Revisão da literatura nas bases PubMed, selecionando artigos publicados entre 2015 e 2025 acerca do burnout em emergencistas, abordando prevalência, impactos clínicos e estratégias institucionais para redução do estresse ocupacional. Excluíram-se os sem livre acesso ou duplicados. **Resultados:** Os dados analisados mostram que a prevalência de burnout entre profissionais da emergência varia entre 25% e 70%, sendo mais frequente entre médicos e enfermeiros. Os principais fatores de risco incluem carga horária excessiva, exposição constante a situações críticas e falta de suporte institucional. As consequências envolvem aumento da rotatividade profissional, erros médicos e piora na segurança do paciente. Estratégias de mitigação, como programas de apoio psicológico, escalas flexíveis e treinamento em resiliência, têm demonstrado eficácia na redução do estresse ocupacional. **Conclusão:** O burnout é um desafio significativo entre profissionais da emergência, impactando tanto a saúde do trabalhador quanto a qualidade do atendimento. Medidas institucionais voltadas à promoção do bem-estar e à redução da sobrecarga de trabalho são essenciais para minimizar esse impacto e garantir um ambiente de trabalho mais saudável e sustentável.