

Artigo Original

Percepção de estresse, síndrome de Burnout e estratégias de enfrentamento em cuidadores de pessoas idosas institucionalizadas: estudo de correlação

Perception of stress, Burnout syndrome and coping strategies in caregivers of institutionalized older adults: a correlation study

Adrielli Fernanda de Oliveira e Silva^a , Gustavo Carrijo Barbosa^a , Diana Quirino Monteiro^a , Gabriela Martins^a , Aline Cristina Martins Gratão^a 

^aUniversidade Federal de São Carlos – UFSCar, São Carlos, SP, Brasil.

Como citar: Silva, A. F. O., Barbosa, G. C., Monteiro, D. Q., Martins, G., & Gratão, A. C. M. (2024). Percepção de estresse, síndrome de Burnout e estratégias de enfrentamento em cuidadores de pessoas idosas institucionalizadas: estudo de correlação. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 32, e3864. <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO398138641>

Resumo

Introdução: Exercer a função de cuidador de pessoas idosas institucionalizadas tem demonstrado suscetibilidade ao estresse, que de forma crônica e adaptativa pode levar à síndrome de Burnout. Nesse contexto, estratégias de *coping* podem atenuar ou retardar o impacto negativo de fatores organizacionais. **Objetivos:** Avaliar a percepção de estresse, síndrome de Burnout e estratégias de enfrentamento em cuidadores formais de pessoas idosas institucionalizadas e verificar como se correlacionam. **Método:** Estudo transversal conduzido com 54 profissionais que desempenham atividades de cuidado a pessoas idosas residentes em três instituições de longa permanência. Foi utilizado um questionário de caracterização sociodemográfica, laboral e de saúde; a Escala de Estresse Percebido; o *Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey* (MBI-HSS); e a Escala de *Coping* Ocupacional. A correlação entre os valores obtidos pelos instrumentos foi verificada utilizando o método estatístico LOESS. Todos os preceitos éticos foram seguidos. **Resultados:** Houve predomínio de participantes do sexo feminino, com idade entre 36 e 51 anos, ensino médio concluído, casados(as) e com filho(s), com renda familiar mensal entre 1 e 3 salários-mínimos. A análise estatística revelou uma correlação significativa entre a percepção de estresse e síndrome de Burnout, além de uma tendência em que maiores níveis de estratégias de enfrentamento exercem uma correlação negativa sobre a percepção de estresse, independentemente da síndrome. **Conclusão:** O rastreamento do estresse e da síndrome de Burnout em profissionais que exercem cuidado a pessoas idosas institucionalizadas é importante

Recebido em Maio 31, 2024; 1ª Revisão em Jun. 12, 2024; 2ª Revisão em Jul. 8, 2024; Aceito em Jul. 16, 2024.



Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.

para implementar ações preventivas destinadas a essa população, podendo mitigar distúrbios de natureza física, emocional e psicológica.

Palavras-chave: Cuidadores, Estresse Ocupacional, Esgotamento Psicológico, Capacidades de Enfrentamento.

Abstract

Introduction: Acting as a caregiver for institutionalized elderly people has been shown to be susceptible to stress, which in a chronic and adaptive way can lead to Burnout syndrome. In this context, coping strategies can mitigate or delay the negative impact of organizational factors. **Objectives:** To analyze the perception of stress and burnout syndrome in formal caregivers of institutionalized elderly people and to verify their correlation with coping strategies. **Method:** A cross-sectional study conducted with 54 professionals who provide care to elderly people living in three long-term care institutions. A sociodemographic, labor and health characterization questionnaire was used; the Perceived Stress Scale; the Maslach Burnout Inventory - Human Services Survey (MBI-HSS); and the Occupational Coping Scale were also used. The correlation between the values obtained by the instruments was verified using the LOESS statistical method. All ethical precepts were followed. **Results:** There was a predominance of female participants, aged between 36 and 51 years, completed high school, married and with children, with a monthly family income between 1 and 3 minimum wages. Statistical analysis revealed a significant correlation between the perception of stress and burnout, as well as a trend in which higher levels of coping strategies exert a negative correlation on the perception of stress, regardless of the syndrome. **Conclusion:** Screening for stress and burnout syndrome in professionals who provide care to institutionalized elderly people is important to implement preventive actions aimed at this population, and can mitigate physical, emotional, and psychological disorders.

Keywords: Caregivers, Occupational Stress, Burnout, Psychological, Coping Skills.

Introdução

O cenário atual do Brasil compreende transformações demográficas que levam à alta prevalência de doenças crônicas não transmissíveis, afetando, por sua vez, condições de saúde e morbidade na população em processo de envelhecimento, tornando esses indivíduos mais vulneráveis e sujeitos ao comprometimento físico-funcional, cognitivo, emocional, social e psicológico, causando perda da independência e da autonomia, comumente promovendo a necessidade de cuidados de longa duração (Cruz et al., 2017; Jesus et al., 2017; Liberalesso et al., 2017). Desta forma, concomitante ao aumento da população longeva, a demanda por serviços e equipamentos de saúde, bem como de profissionais que estejam aptos para assisti-los, como cuidadores de pessoas idosas, também aumenta (Santos et al., 2021; Monteiro & Coutinho, 2020).

De acordo com a Classificação Brasileira de Ocupações (CBO), “cuidador” é a pessoa encarregada pelo cuidado com base nas metas determinadas pelas instituições ou por responsáveis, possuindo como principal objetivo zelar pelo bem-estar e saúde do ser

cuidado (Brasil, 2010). Projeções para o Brasil estimam que o número de pessoas sendo cuidadas por cuidadores formais será cinco vezes maior em 2040, em comparação com 2010, justificando a importância de estudos acerca desta categoria. Até 2030, estima-se que 21,5 milhões de cuidadores com 25 anos ou mais irão prestar cuidados semanais (Nogueira & Braúna, 2021).

A função de cuidador tem demonstrado ser suscetível à desestabilização psicológica e emocional, especialmente para aqueles que desempenham a função em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI), em virtude de diversos fatores, os quais incluem longas jornadas de trabalho, sobrecarga, falta de apoio organizacional, desmotivação profissional, remuneração inadequada, pressões psicológicas, duplo vínculo empregatício, exposição diária à dor e à morte, bem como equipamentos limitados e alta responsabilidade (Esperidião et al., 2020; Moraes, Yamangami, & Mundim, 2023). Isso resulta em problemas de saúde e qualidade de vida, como estresse e síndrome de Burnout (esgotamento profissional).

A percepção de estresse se refere a um processo biopsicológico complexo, vivenciado quando o indivíduo percebe uma ameaça ou perigo no ambiente, mas não possui recursos pessoais e sociais para enfrentar os desafios (Freitas, 2021). Quando crônico e adaptativo, o estresse no ambiente de trabalho é frequentemente descrito como síndrome de Burnout, condição com características que estão associadas a fatores de esgotamento e exaustão, representando o resultado aos estressores laborais persistentes (Pereira, 2017; Vazquez et al., 2019; Resende et al., 2024). A complexidade inerente ao trabalho de cuidados em ILPI, que envolve interações com pessoas frágeis, exposição direta a doenças e ao sofrimento, bem como a falta de reconhecimento profissional, contribui para a ocorrência de estresse crônico/Burnout e pode implicar a qualidade da assistência (Eltaybani et al., 2021).

As demandas do trabalho e o ambiente organizacional, que são fontes específicas de estresse, podem ser moduladas por estratégias de *coping*, que são construtos psicológicos que envolvem o esforço de gerir uma determinada situação estressante (Ercolani et al., 2020). Tais estratégias envolvem a constante adaptação dos esforços cognitivos e comportamentais para lidar com exigências específicas, sejam elas externas ou internas, que são percebidas como excedendo ou esgotando os recursos da pessoa, e podem atenuar ou retardar o impacto negativo dos fatores organizacionais no trabalho, os quais são indicadores da síndrome de Burnout (Lazarus & Folkman, 1984; Edú-Valsania et al., 2022). Diante do exposto, este estudo tem como objetivo avaliar a percepção de estresse, síndrome de Burnout e estratégias de enfrentamento em cuidadores formais de ILPI e verificar a correlação entre essas variáveis, de forma a identificar os mecanismos de *coping* utilizados no desempenho de suas funções e colaborar com a prevenção de agravos psicológicos nesses profissionais.

Método

Trata-se de um estudo transversal, quantitativo e descritivo, realizado em três ILPI, no interior do Estado de São Paulo. O município em questão conta com cinco ILPI de caráter filantrópico, para as quais foi apresentada a proposta do estudo, de modo que três delas concordaram em atuar como intermediárias para a pesquisa junto aos seus colaboradores. O número de pessoas idosas assistidas entre as ILPI em questão variou

entre 30 e 70 residentes e, de forma geral, além do corpo técnico/administrativo, todas as instituições contavam com equipe de saúde composta por enfermagem, fisioterapia, nutrição, terapia ocupacional e psicologia. Considerando os aspectos éticos referentes às pesquisas envolvendo seres humanos, com base nas resoluções do Conselho Nacional de Saúde n. 466/12 e n. 251/97, após autorização dos locais de pesquisa, o presente estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa em Seres Humanos Pesquisa da Universidade Federal de São Carlos, sob parecer n. 5.627.744 e CAEE: 61128522.5.0000.5504.

Todos os profissionais contratados pelas ILPI que desempenham diretamente atividades de cuidado à pessoa idosa, ocupando as posições de cuidador, técnico ou auxiliar de enfermagem, com carga horária de, no mínimo, 30 horas semanais, foram convidados a participar mediante concordância com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), caracterizando uma amostragem não probabilística. Os participantes que estavam em período de licença ou férias durante a coleta dos dados não participaram da pesquisa.

Mediante a proposta apresentada, devido às restrições das ILPI, optou-se pela abordagem híbrida, em que os participantes puderam optar por responder os instrumentos de maneira on-line (via formulário *Google*) ou fisicamente impressos. Em ambos os casos, o formulário poderia ser respondido em casa ou no ambiente laboral privativo, uma vez que o recolhimento das vias ocorreu posteriormente. Tal abordagem foi utilizada para uma maior abrangência, participação e segurança dos participantes e pesquisadores. A coleta dos dados ocorreu entre os meses de setembro e outubro de 2022 e o tempo médio de resposta dos participantes foi de aproximadamente 20 minutos.

Os seguintes questionários e instrumentos foram utilizados:

- **Questionário de caracterização sociodemográfica, laboral e de saúde:** Foi elaborado um questionário integrando questões abertas e fechadas, como: sexo, idade, cor da pele, estado civil, escolaridade, se possui filhos, se considera-se religioso e/ou espiritualizado, práticas de atividades físicas regulares, medicamentos de uso contínuo, condições de saúde (autorrelato), renda familiar mensal, número de pessoas que vivem na mesma casa, se possui outra fonte de renda de trabalho, função exercida, tempo de trabalho na profissão e instituição, turno e número de horas trabalhadas.
- **Escala de Estresse Percebido (EEP-14):** Traduzida e validada por Luft et al. (2007), a EEP-14 mensura o grau de percepção de um indivíduo em relação a situações estressantes, levando em conta três elementos essenciais: imprevisibilidade, falta de controle e sobrecarga de atividades na visão do respondente. O instrumento é composto por 14 itens respondidos em escala tipo Likert, variando de “Nunca (0)” à “Sempre (4)”. As perguntas com sentido positivo possuem pontuação somada de forma invertida, já as demais questões devem ser somadas diretamente, em que no total deve se considerar que: quanto maior o score, maior o estresse percebido (Yosetake et al., 2018). Neste estudo, valores menores ou iguais a 30 denotam ausência de sintomas de estresse, já pontuações que variam de 31 a 42 representam baixo nível, e alto nível aquelas que atingem de 43 a 56 pontos (Benassule et al., 2020; Souza et al., 2023).

- **Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey (MBI-HSS):** Traduzido e validado por Lautert (1995), o MBI-HSS avalia aspectos essenciais e críticos da experiência ocupacional dos indivíduos que caracterizam manifestação da síndrome de Burnout, fundamentado em três dimensões (subescalas) que mensuram a Exaustão Emocional (EE), Despersonalização (DE) e a Realização Pessoal (RP). O instrumento é composto por 22 itens respondidos em escala tipo Likert, variando de “Nunca (1)” à “Sempre (5)”. Considera-se como manifestação da síndrome de Burnout aqueles indivíduos que, após a somatória de cada dimensão, apresentarem altos escores para as subescalas de EE (≥ 27 pontos) e DE (≥ 13 pontos), somados a um baixo escore em RP (≥ 39 pontos) (Maslach et al., 1996; Pereira, 2017).
- **Escala de Coping Ocupacional (ECO):** Traduzida e validada por Pinheiro et al. (2003), avalia estratégias de enfrentamento pelas quais indivíduos reagem ao estresse, determinadas por fatores pessoais, exigências situacionais e recursos disponíveis. A escala é composta por 29 itens agrupados em três dimensões: manejo de sintomas (9 itens); controle (11 itens); e esquiva (9 itens). Os itens são respondidos em escala tipo Likert, variando de “Nunca faço isso (1)” à “Sempre faço isso (5)”. A maior concentração de respostas em uma das três dimensões será um indicativo de qual estratégia de enfrentamento dos estressores ocupacionais é mais frequentemente utilizada pelo indivíduo (Umann et al., 2014; Santana, 2016).

Todas as análises foram conduzidas usando o programa R versão 4.0.3 (The R Foundation for Statistical Computing, Viena, Áustria) em R-Studio 1.3.1093 (RStudio Inc., Boston, EUA). As informações foram codificadas e tabuladas no programa Microsoft Excel®, versão 2016, mediante importação das informações por meio da plataforma de formulários do Google (*Google Forms*). Desta forma, foi realizada análise descritiva dos dados, com a frequência absoluta e relativa, mediana e intervalo interquartil (primeiro e terceiro quartil), de acordo com o resultado do teste de normalidade de Shapiro-Wilk. Referente à estatística inferencial, estudou-se a correlação entre os valores médios dos scores do MBI-HSS e da EEP-14, utilizando-se o método estatístico LOESS, para aproximar e suavizar as tendências de dados para melhor observar a relação entre as três escalas. O LOESS é um tipo de regressão local que utiliza uma função de suavização ponderada para produzir um modelo de regressão não-linear. O algoritmo LOESS calcula uma estimativa para a tendência de cada ponto de dados usando suas observações vizinhas mais próximas, sendo uma análise útil para dados com curvas, tendências e padrões que não são facilmente capturados por modelos de regressão lineares convencionais.

Resultados

Nas três instituições, todos os 77 profissionais ocupando a posição de cuidador, técnico ou auxiliar de enfermagem foram convidados a participar. Destes, 23 não aceitaram participar ou se encontravam em período de licença/férias durante a coleta dos dados. Com isso, a amostra final compreendeu 54 indivíduos. As informações de caracterização sociodemográfica, laboral e de saúde podem ser observadas na Tabela 1.

Tabela 1. Características sociodemográficas, laborais e de saúde da amostra. São Carlos/SP, 2022.

Variáveis (n=54)		n	%	Variáveis (n=54)		n	%
Instituição	A	10	18,5%	Filhos	Com filhos	41	75,9%
	B	36	66,7%		Sem filho	13	24,1%
	C	8	14,8%	Exercícios físicos	Sim	32	59,3%
Sexo	Masculino	46	85,2%		Não	22	40,7%
	Feminino	8	14,8%	Bastante	5	9,3%	
Idade	43,0 [36.3, 51.8*			Muito	11	20,4%	
Cor da pele	Branca	31	57,4%	Religiosidade/espiritualidade	Moderadamente	23	42,6%
	Parda	11	20,4%		Um pouco	11	20,4%
	Preta	9	16,7%		Nenhum pouco	4	7,4%
	Indígena	2	3,7%	Lombalgia	14	25,9%	
	Não declarou	1	1,9%	Hipertensão	8	14,8%	
Estado civil	Casado	25	46,3%	Autorrelato de condições de saúde	Obesidade	6	11,1%
	Divorciado	11	20,4%		Diabetes Mellitus	6	11,1%
	Vive junto	4	7,4%		Depressão	3	5,6%
	Solteiro	12	22,2%	Insônia	10	18,5%	
	Viúvo	2	3,7%	Até 1 salário mínimo	3	5,6%	
Escolaridade	Ensino fundamental	6	11,1%	Renda familiar mensal	1 a 3 salários mínimos	33	61,1%
	Ensino médio	27	50%		3 a 6 salários mínimos	17	31,5%
	Curso técnico	18	33,3%		6 a 9 salários mínimos	1	1,9%
	Ensino superior	3	5,6%	Carga horária semanal	40h semanais ou mais	51	94,4%
Cuidador formal	12	22,2%	30h semanais ou menos		3	5,6%	
Categoria profissional	Auxiliar de enfermagem	40	74,1%	Anos na instituição	1 mês a 1 ano	15	27,7%
	Técnico de enfermagem	2	3,7%		1 a 3 anos	8	14,8%
	Com exclusividade	38	70,4%		3 a 5 anos	6	11,1%
Regime de trabalho	Sem exclusividade	16	29,6%	5 a 10 anos	9	16,7%	
	1 mês a 1 ano	8	14,8%	10 ou mais anos	16	29,6%	
Anos de experiência em ILPI	1 a 3 anos	8	14,8%	Escala de trabalho	12x36**	50	92,5%
	3 a 5 anos	9	16,7%		6x1**	4	7,4%
	5 a 10 anos	13	24,1%	Turno de trabalho	Diurno	37	68,5%
10 ou mais anos	16	29,6%	Noturno		17	31,5%	

*Mediana; **A escala 12x36 é uma jornada de trabalho de 12 horas seguida por 36 horas de descanso. A escala 6x1 é uma jornada de trabalho em que o colaborador trabalha 6 dias e folga 1 dia na semana.

Os resultados das avaliações de estratégias de enfrentamento, percepção de estresse e da síndrome de Burnout são apresentados na Tabela 2.

Tabela 2. Estratégias de enfrentamento, percepção de estresse e síndrome de Burnout da amostra. São Carlos/SP, 2022.

Variável	Mediana [IIQ]
MBI-HSS - Escore total	60 [54, 64]
Exaustão Emocional	24 [22, 28]
Despersonalização	11 [9, 13]
Realização Pessoal	23.5 [21.25, 26]
EEP-14 – Escore total	22 [17, 27]
ECO – Escore total	91.8 [70.25, 114.75]
Controle	43 [38.25, 48]
Esquiva	27.4 [11,40]
Manejo de Sintomas	21 [17, 26.75]

IIQ: Intervalo Interquantil; MBI-HSS: Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey; EEP-14: Escala de Estresse Percebido; ECO: Escala de Coping Ocupacional.

A análise estatística inferencial multivariada revelou uma correlação positiva e significativa, de moderada magnitude, entre a EEP-14 e o MBI-SS ($r=0,28$; $p=0,03$). Para verificar a influência das estratégias de enfrentamento no modelo, foi utilizado o método LOESS, a fim de aproximar e suavizar as tendências de dados. Observa-se, na Figura 1, uma tendência em que maiores níveis de estratégias de enfrentamento exercem uma correlação negativa sobre a percepção de estresse, de maneira independente da síndrome de Burnout.

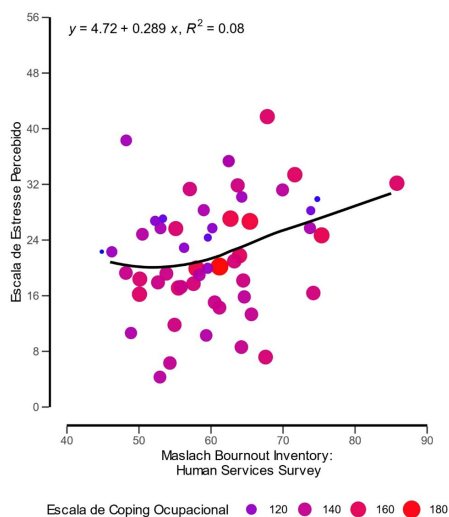


Figura 1. Associação entre estratégias de enfrentamento, percepção de estresse e síndrome de Burnout.

Discussão

Os resultados apontaram predomínio de participantes do sexo feminino, com idade entre 36 e 51 anos, Ensino Médio concluído, casados(as) e com filho(s), com renda familiar mensal entre 1 e 3 salários-mínimos. O predomínio de mulheres se alinha com pesquisas que consistentemente demonstram a história destas no desempenho do papel central de atividades que envolvem cuidado, tanto em contextos familiares como profissionais (Ziesemer et al., 2020; Aguiar et al., 2022). Outros estudos conduzidos com participantes que desempenham o cuidado em ILPI também observaram predomínio de adultos jovens ocupando a função (Kunkle et al., 2020; Gonzáles et al., 2022). Outra evidência sugere que a maior responsabilidade para desempenho das atividades de cuidar, como do lar e da família, recai sobre as mulheres, tornando-as propensas a vivenciarem maior grau de percepção de estresse, devido a influências da carga de trabalho e vida pessoal (Nazari et al., 2023), aumentando, dessa forma, a probabilidade de experiencarem a síndrome de Burnout.

Em sua maioria, os participantes apontaram apenas vínculo laboral na ILPI, com carga horária de trabalho equivalente a mais de 40h semanais. O volume de trabalho está em consonância com a literatura, que demonstra maiores proporções de cuidadores de pessoas idosas com experiência em ambientes de cuidados de longa duração como um fator que impacta significativamente sobre seus residentes (Eltaybani et al., 2021; Nazari et al., 2023). No entanto, destaca-se a responsabilidade institucional para o planejamento de local e fluxo de trabalho adequados, prevenindo que o excesso de trabalho cause problemas ligados ao estresse e à saúde mental de seus colaboradores e impacte na satisfação e produtividade (Salama et al., 2022). Um estudo conduzido em Portugal observou que os custos para as organizações sobre tais condições chegaram às 5,3 milhões de euros em 2022 (Freitas et al., 2023).

O trabalho em turnos/escalas foi o mais apontado, bem como relatos de lombalgia e insônia. Em atividades por turnos é mais suscetível a perturbação do ciclo sono-vigília, levando a um sono deficiente e/ou ao aumento da sonolência diurna, bem como uma tendência de humor mais deprimido e baixa energia durante o dia (D’Ettorre et al., 2020). Além disso, na maioria das vezes, residentes de ILPI apresentam elevado grau de dependência nas atividades de vida diária, que podem influenciar a presença de lombalgia, apesar de outros elementos estarem associados ao seu desenvolvimento, incluindo fatores psicossociais, biológicos e ocupacionais (Massuda et al., 2017; Watanabe, 2020).

Os resultados sobre a percepção do estresse apresentam dados divergentes com a literatura, uma vez que esta população tende a apresentar níveis mais elevados de estresse (Jurado et al., 2019). Baixos níveis de estresse percebidos podem ter sofrido influência pelo fato de a maior parte da amostra apresentar cinco ou mais anos de experiência em ILPI, o que promove maior aprendizado em relação às circunstâncias de trabalho, de modo que a experiência pode levar a pontuações mais altas em estratégias de enfrentamento (Jurado et al., 2019; Sarabia-Cobo & Sarriá, 2021).

Foram identificados níveis moderados de exaustão emocional e despersonalização, bem como níveis baixos de realização pessoal, representando indícios de moderada síndrome de Burnout, com uma correlação positiva com o estresse percebido. No que tange às estratégias de enfrentamento, destaca-se a dimensão “controle” como a mais

utilizada entre a amostra, que envolve ações e reavaliações de natureza cognitiva proativa. Este resultado é confirmado por Huang et al. (2020), que apontam as equipes de cuidado como uma categoria que possui respostas emocionais mais fortes e está mais disposta a adotar o enfrentamento focado no problema, ou seja, o objetivo é resolver problemas para alterar a situação em si. Corroborando a literatura, maiores índices de estratégias de enfrentamento podem apresentar correlação inversa com o estresse percebido, pois são fatores protetivos para a saúde mental, podendo tal percepção ser modulada pela forma como se lida com situações estressantes (Jurado et al., 2019; Sarabia-Cobo & Sarriá, 2021).

O uso bem-sucedido de estratégias de enfrentamento auxilia os indivíduos a gerenciar eventos estressores, podendo moderar os efeitos negativos das exigências do trabalho e da síndrome de Burnout. As estratégias envolvem recursos individuais, como a espiritualidade, o lazer, o autocuidado e o pensamento positivo; recursos sociais, que se referem às conexões interpessoais, apoio social e o contexto profissional; e os recursos organizacionais, como a estrutura do ambiente de trabalho e configuração das tarefas desempenhadas. Profissionais na atividade de cuidado, que descrevem participar de uma equipe eficiente, podem perceber a carga de trabalho como menos perturbadora, pois a qualidade da equipe lhes proporciona sentimentos de segurança, estabilidade e pertencimento (Diehl et al., 2021; Cyr et al., 2021).

Em uma revisão sistemática sobre estratégias de enfrentamento no ambiente de trabalho, os autores destacam diversas ações preventivas de responsabilidade institucional, como a identificação e rastreamento de sintomas da síndrome de Burnout, incorporação de períodos de descanso e treinamento de pessoal (Nascimento et al., 2021). Outras estratégias para promoção da saúde ocupacional incluem a implementação de grupos terapêuticos no ambiente de trabalho, ações educativas, desenvolvimento de habilidades para gerenciamento de crises e apoio institucional à prática de atividades físicas e mentais dos colaboradores, como grupos de discussão, práticas de meditação, relaxamento e *mindfulness* (Pérez-Chacón et al., 2021; Samusevica & Striguna, 2023).

A utilização de instrumentos de avaliação com possibilidade de respostas em escala Likert, como utilizado neste estudo, pode estar associada a um viés de resposta. Apesar de fornecer possíveis tendências quanto às correlações encontradas, a pesquisa é incapaz de determinar uma direcionalidade ou relação causal. Futuros estudos longitudinais e de abordagem mista são necessários para confirmar e esclarecer essas influências, possibilitando a identificação de fatores preditivos para a ocorrência de situações de estresse e síndrome de Burnout, bem como a contribuição de estratégias de enfrentamento sobre esses fatores. Além disso, recomenda-se para análises futuras o aumento da amostra com poder estatístico em termos de representatividade e generalização dos resultados.

Conclusão

Os dados revelam baixa percepção de estresse e moderados índices de síndrome de Burnout entre os profissionais avaliados, variáveis estas que apresentaram correlação de moderada magnitude. As estratégias de enfrentamento mais utilizadas pela amostra foram do tipo controle, que apresentaram correlação inversa com a percepção de estresse, de maneira independente do esgotamento profissional. Avaliar o estresse e a síndrome

de Burnout nos cuidadores formais é importante para implementar ações preventivas destinadas a profissionais responsáveis pelo cuidado em ILPI, podendo mitigar distúrbios de natureza física, emocional e psicológica. Vale ressaltar que essas ações requerem envolvimento das esferas política, social, organizacional e individual. É importante que instituições que ocupam papel central na prestação de cuidados elaborem iniciativas voltadas à promoção da saúde de seus colaboradores, aprimorando a qualidade da assistência prestada aos beneficiários.

Referências

- Aguiar, J. A., Silva, E. D., Dias, A. F., Oliveira, A. D., & Vera, I. (2022). Atividades desempenhadas pelo cuidador destinadas ao idoso institucionalizado: revisão integrativa. *Revista Kairós-Gerontologia*, 25(1), 137-150.
- Benassule, S. C., Cavalcante, M. C. V., & Lamy-Filho, F. (2020). Saúde mental de mães de crianças entre 15 e 36 meses da coorte BRISA-São Luís, Maranhão. *Medicina*, 53(4), 415-423.
- Brasil. (2010). *Classificação Brasileira de Ocupações (CBO)* (3. ed.). Brasília: Ministério do Trabalho e Emprego. Recuperado em 14 de julho de 2024, de https://portalfat.mte.gov.br/wp-content/uploads/2016/04/CBO2002_Liv3.pdf
- Cruz, R. R., Beltrame, V., & Dallacosta, F. M. (2017). Envelhecimento e vulnerabilidade: análise de 1.062 idosos. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 22(3), 1-6.
- Cyr, S., Marcil, M. J., Marin, M. F., Tardif, J. C., Guay, S., Guertin, M. C., Rosa, C., Genest, C., Forest, J., Lavoie, P., Labrosse, M., Vadeboncoeur, A., Selcer, S., Ducharme, S., & Brouillette, J. (2021). Factors Associated With Burnout, Post-traumatic Stress and Anxio-Depressive Symptoms in Healthcare Workers 3 Months Into the COVID-19 Pandemic: An Observational Study. *Frontiers in Psychiatry*, 12(668278), 1-14.
- D’Ettorre, G., Pellicani, V., Caroli, A., & Greco, M. (2020). Shift work sleep disorder and job stress in shift nurses: implications for preventive interventions. *La Medicina del Lavoro*, 111(3), 195-202.
- Diehl, E., Rieger, S., Letzel, S., Schablon, A., Nienhaus, A., Escobar Pinzon, L. C., & Dietz, P. (2021). The relationship between workload and burnout among nurses: the buffering role of personal, social and organisational resources. *PLoS One*, 16(1), 1-17.
- Edú-Valsania, S., Laguía, A., & Moriano, J. A. (2022). Burnout: a review of theory and measurement. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1-27.
- Eltaybani, S., Yamamoto-Mitani, N., Ninomiya, A., & Igarashi, A. (2021). The association between nurses’ burnout and objective care quality indicators: a cross-sectional survey in long-term care wards. *BMC Nursing*, 20(34), 1-10.
- Ercolani, G., Varaini, S., Peghetti, B., Franchini, L., Malerba, M. B., Messina, R., Sichi, V., Pannuti, R., & Pannuti, F. (2020). Burnout in home palliative care: what is the role of coping strategies? *Journal of Palliative Care*, 35(1), 46-52.
- Esperidião, E., Saidel, M. G. B., & Rodrigues, J. (2020). Saúde mental: foco nos profissionais de saúde. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73(Supl. 1), 1-2.
- Freitas, M. M. B. (2021). *Covid-19: uma avaliação psicológica dos estressores, Burnout e Coping nos trabalhadores da saúde* (Dissertação de mestrado). Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas.
- Freitas, M., Moreira, A., & Ramos, F. (2023). Occupational stress and turnover intentions in employees of the portuguese tax and customs authority: mediating effect of burnout and moderating effect of motivation. *Administrative Sciences*, 13(12), 1-22.
- González, E. F., Rosas, C., Plama, F. S., Flores, D. S., Vargas, M. S. C., & Godoy-Pozo, J. (2022). Resiliencia, estrés y ansiedad de cuidadores formales durante la pandemia por COVID-19. *Revista Medica de Chile*, 150(9), 1171-1179.

- Huang, L., Lei, W., Xu, F., Liu, H., & Yu, L. (2020). Emotional responses and coping strategies in nurses and nursing students during Covid-19 outbreak: a comparative study. *PLoS One*, *15*(8), 1-12.
- Jesus, I. T. M., Orlandi, A. A. S., Grazziano, E. S., & Zazzetta, M. S. (2017). Fragilidade de idosos em vulnerabilidade social. *Acta Paulista de Enfermagem*, *30*(6), 614-620.
- Jurado, M. M. M., Pérez-Fuentes, M. C., Ruiz, N. F. O., Márquez, M. M. S., & Linares, J. J. G. (2019). Self-efficacy and emotional intelligence as predictors of perceived stress in nursing professionals. *Medicina (Kaunas, Lithuania)*, *55*(6), 1-14.
- Kunkle, R., Chaperon, C., & Hanna, K. M. (2020). Formal caregiver burden in nursing homes: a concept analysis. *Journal of Gerontological Nursing*, *46*(9), 19-24.
- Lautert, L. (1995). *O desgaste profissional do enfermeiro* (Tese de doutorado). Universidade Pontifícia de Salamanca, Espanha.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Liberalesso, T. E. M., Dallazen, F., Bandeira, V. A. C., & Berlezi, E. M. (2017). Prevalência de fragilidade em uma população de longevos na região sul do Brasil. *Saúde em Debate*, *41*(113), 553-562.
- Luft, C. D. B., Snaches, S. O., Mazo, G. Z., & Andrade, A. (2007). Versão brasileira da Escala de Estresse Percebido: tradução e validação para idosos. *Revista de Saude Publica*, *41*(4), 606-615.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1996). *The Maslach Burnout Inventory: test manual* (3rd ed.). Palo Alto: Consulting Psychologist Press.
- Massuda, K. C., Muzili, N. A., Lima, D. F., Taciro, C., Oliveira-Júnior, A. S., & Martinez, P. F. (2017). Incidence of low back pain according to physical activity level in hospital workers. *Revista Dor*, *18*(1), 8-11.
- Monteiro, R. E. G., & Coutinho, D. J. G. (2020). Uma breve revisão de literatura sobre os idosos, o envelhecimento e saúde. *Brazilian Journal of Development*, *6*(1), 2358-2368.
- Moraes, M. A. B., Yamangami, E. O., & Mundim, G. C. (2023). Impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos profissionais de saúde atuantes em uma instituição de longa permanência para idosos do município de Araguari-MG: um estudo fenomenológico. *Revista Master-Ensino, Pesquisa e Extensão*, *8*(15), 1-9.
- Nascimento, R. B., Lira de Araújo, I. F., Vieira, É. S., Oliveira, A. C. A., & Araújo, R. L. M. S. (2021). Estratégias de enfrentamento para manutenção da saúde mental do trabalhador em tempos de Covid-19: uma Revisão Integrativa. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, *10*(1), 181-197.
- Nazari, S., Norberg, A., & Strandberg, G. (2023). Percepções e estresse de consciência em relação ao burnout entre trabalhadores de enfermagem em ambientes de assistência a idosos: um estudo transversal. *BMC Nursing*, *22*(379), 1-12.
- Nogueira, J., & Braúna, M. (2021). *Boas práticas internacionais e do Brasil de apoio ao cuidador familiar* (No. 80). Madrid: Programa EUROsocial.
- Pereira, S. S. (2017). *Variáveis mediadoras do Burnout em profissionais de serviços de urgência e emergência: aplicabilidade do Maslach Burnout Inventory - Human Services Survey (MBI-HSS)* (Tese de doutorado). Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto.
- Pérez-Chacón, M., Chacón, A., Borda-Mas, M., & Avargues-Navarro, M. L. (2021). Sensory processing sensitivity and compassion satisfaction as risk/protective factors from burnout and compassion fatigue in healthcare and education professionals. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(2), 1-15.
- Pinheiro, F. A., Tróccoli, B. T., & Tamayo, M. R. (2003). Mensuração de coping no ambiente ocupacional. *Psicologia: Teoria e Pesquisa (Brasília)*, *19*, 153-158.
- Resende, M. G., dos Santos, C. A. B., Lima, D. F., Barbosa, L. R., de Souza, G. R., & Barbosa, G. C. (2024). Fatores correlacionados a Síndrome de Burnout entre acadêmicos: estudo transversal. *Espaço para a Saúde*, *25*, 1-12.

- Salama, W., Ahmed, H. A., Shaimaa, A. K. M., & Hossam, S. S. (2022). Impact of work stress and job burnout on turnover intentions among hotel employees. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1), 1-20.
- Samusevica, A., & Striguna, S. (2023). Prevention of Burnout Syndrome in Social Workers to Increase Professional Self-Efficacy. *Engineering Proceedings*, 55(1), 1-7.
- Santana, L. A. S. P. (2016). *Estratégias de coping e suas relações com o bem-estar no trabalho: um estudo com bombeiros militares* (Dissertação de mestrado). Universidade Federal da Bahia, Salvador.
- Santos, S. A., Fassarella, B. P. A., Faria, B. S., & El Nabbout, T. G. M. (2021). Envelhecimento populacional: realidade atual e desafios. *Global Academic Nursing Journal*, 2(Supl. 3), 1-5.
- Sarabia-Cobo, C., & Sarriá, E. (2021). Satisfaction with caregiving among informal caregivers of elderly people with dementia based on the salutogenic model of health. *Applied Nursing Research*, 62, 151507. PMID:34815003. <http://doi.org/10.1016/j.apnr.2021.151507>
- Souza, B. S. O., Almeida, B. R., & Graner, K. M. (2023). Efeitos da pandemia: percepção de estresse e apoio em famílias com filhos com desenvolvimento atípico. *Revista de Psicologia*, 14, 1-14.
- Umann, J., Guido, L. A., & Silva, R. M. (2014). Estresse, coping e presenteísmo em enfermeiros que assistem pacientes críticos e potencialmente críticos. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 48, 891-898.
- Vazquez, A. C. S., Santos, A. S., Costa, P. V., Freitas, C. P. P., Witte, H., & Schaufeli, W. B. (2019). Trabalho e bem-estar: evidências da relação entre burnout e satisfação de vida. *Avaliação Psicológica*, 18(4), 372-381.
- Watanabe, H. A. W. (2020). *Instituição de Longa Permanência para Idosos*. São Paulo: Universidade de São Paulo. Recuperado em 14 de julho de 2024, de https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/5229018/mod_resource/content/1/ILPI%20e%20inqu%203%A9rito.pdf
- Yosetake, A. L., Camargo, I. M. L., Luchesi, L. B., Gherardi-Donato, E. C. S., & Teixeira, C. A. B. (2018). Estresse percebido em graduandos de enfermagem. *Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*, 14(2), 117-124.
- Ziesemer, N. B. S., Lüders, D., Gonçalves, C. G. O., Hey, A. P., Guarinello, A. C., & Massi, G. (2020). Profile of professional home caregivers of senior citizens from a Southern Brazil setting. *Research, Social Development*, 9(11), 1-19.

Contribuição dos autores

Adrielli Fernanda de Oliveira e Silva: concepção do projeto, investigação, análise estatística, redação do texto, revisão do manuscrito; Gustavo Carrijo Barbosa e Diana Quirino Monteiro: redação e revisão do manuscrito; Gabriela Martins: redação do texto, investigação, revisão do manuscrito; Aline Cristina Martins Gratão: concepção do projeto, investigação, análise estatística, revisão do manuscrito. Todos os autores aprovaram a versão final do texto.

Autor para correspondência

Gustavo Carrijo Barbosa
e-mail: gustavocarrijo@live.com

Editora de seção

Profa. Dra. Carolina Rebellato