

A SÍNDROME DE BURNOUT E FATORES DE ESTRESSE OCUPACIONAL NO EMPREENDEDOR ODONTOLÓGICO: A jornada dupla entre a prática clínica e a administração do negócio

Ana Victória Rodrigues Teófilo da Silva

Emanuelle Victória Sousa Viana

Francisco das Chagas Barbosa dos Santos

Rayse dos Santos Rêgo

Guilherme Antonio Lopes de Oliveira¹

RESUMO

A Síndrome de Burnout constitui um importante problema relacionado à saúde ocupacional, especialmente entre profissionais submetidos a elevadas demandas físicas, emocionais e cognitivas. Na Odontologia, além das exigências inerentes à prática clínica, os cirurgiões-dentistas que atuam como empreendedores assumem responsabilidades relacionadas à gestão financeira, liderança de equipes, organização do consultório e tomada de decisões administrativas, caracterizando uma jornada dupla de trabalho. O presente estudo teve como objetivo analisar a relação entre a Síndrome de Burnout e os fatores de estresse ocupacional vivenciados pelo empreendedor odontológico, considerando os desafios decorrentes da conciliação entre a prática clínica e a administração do próprio negócio. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada em agosto de 2026, por meio de buscas no Google Acadêmico, incluindo artigos publicados entre 2021 e 2026, disponíveis gratuitamente em português, inglês e espanhol. Inicialmente, foram identificados 145 estudos, dos quais 15 compuseram a revisão final. Os achados evidenciaram que a sobreposição das atividades clínicas e administrativas pode ampliar a carga de trabalho e favorecer o desenvolvimento de manifestações relacionadas ao burnout, destacando-se a exaustão emocional, o distanciamento mental e a redução da eficácia profissional. Observou-se ainda a importância da formação em gestão e da adoção de estratégias de organização do trabalho e promoção da saúde mental. Conclui-se que a prevenção

¹Graduandos em Odontologia – Centro Universitário Chrisfapi

²Doutor em Biotecnologia (UFPI), Docente do Centro Universitário Chrisfapi

do burnout entre empreendedores odontológicos requer medidas individuais e organizacionais, incluindo capacitação gerencial, delegação de atividades e estabelecimento de limites entre a vida profissional e pessoal.

Palavras-chave: *Síndrome de Burnout. Estresse ocupacional. Cirurgião-dentista. Empreendedorismo odontológico. Gestão odontológica.*

1 INTRODUÇÃO

A Odontologia caracteriza-se como uma profissão que exige do cirurgião-dentista elevado conhecimento técnico-científico, habilidade manual, precisão e constante capacidade de tomada de decisão. Além da responsabilidade inerente à assistência à saúde, a prática odontológica envolve relações interpessoais, expectativas dos pacientes e diferentes exigências relacionadas à organização do trabalho. Dessa forma, a rotina profissional pode ser marcada pela exposição a múltiplas demandas capazes de interferir na saúde e no bem-estar dos profissionais.

Entre os desafios relacionados ao exercício profissional, destaca-se o estresse ocupacional, compreendido como uma resposta às demandas e pressões presentes no ambiente de trabalho que podem ultrapassar a capacidade de enfrentamento do indivíduo. No contexto odontológico, fatores individuais e organizacionais têm sido associados à experiência de estresse entre cirurgiões-dentistas, evidenciando a influência das condições e da organização do trabalho sobre a saúde ocupacional desses profissionais (Pacheco et al., 2023). Além disso, estudos recentes demonstram uma relação entre os níveis de estresse e o desenvolvimento das dimensões relacionadas ao burnout, especialmente diante de condições como elevada carga de trabalho e características desfavoráveis do ambiente laboral (Badrasawi, Nazzal e Massad, 2024).

Entre as possíveis consequências da exposição contínua aos fatores de estresse ocupacional, destaca-se a Síndrome de Burnout. Reconhecida pela Organização Mundial da Saúde como um fenômeno ocupacional resultante do estresse crônico no trabalho que não foi gerenciado com sucesso, a síndrome é caracterizada por sentimentos de exaustão ou esgotamento de energia, aumento do distanciamento mental ou de sentimentos negativos em relação ao trabalho e redução da eficácia profissional (Organização Mundial da Saúde, 2019). Dessa forma, o burnout representa uma importante manifestação do desgaste ocupacional e evidencia os

possíveis impactos da exposição prolongada às demandas laborais sobre o bem-estar dos trabalhadores.

No âmbito da Odontologia, a Síndrome de Burnout tem sido reconhecida como uma questão relevante para a saúde ocupacional dos profissionais. Estudos recentes realizados em diferentes contextos demonstram a presença de alterações relacionadas às dimensões do burnout entre cirurgiões-dentistas e apontam associações com fatores relacionados à saúde mental, à qualidade de vida e às condições de trabalho (Silva et al., 2023; Negucióiu et al., 2024). Esses achados reforçam a necessidade de compreender os fatores presentes no cotidiano profissional que podem contribuir para o desgaste ocupacional e comprometer o bem-estar dos cirurgiões-dentistas.

Essa realidade pode apresentar características ainda mais complexas quando o cirurgião-dentista, além de exercer suas atividades clínicas, assume responsabilidades relacionadas à gestão e à administração do próprio empreendimento. O empreendedor odontológico pode conciliar diferentes papéis profissionais, uma vez que, paralelamente ao atendimento aos pacientes e à realização de procedimentos clínicos, também pode assumir responsabilidades relacionadas à gestão financeira, à organização e liderança de equipes, à tomada de decisões administrativas e à condução do negócio. Evidências recentes apontam que as responsabilidades relacionadas à gestão da prática podem ser percebidas como fontes de estresse pelos dentistas, demonstrando a relevância das demandas administrativas para a experiência ocupacional desses profissionais (Maragha et al., 2025).

Nesse cenário, a necessidade de conciliar a prática clínica com a administração de um negócio pode resultar na sobreposição de diferentes demandas e responsabilidades profissionais. O cirurgião-dentista empreendedor necessita transitar entre decisões relacionadas ao cuidado em saúde e questões financeiras, administrativas e organizacionais inerentes à gestão do empreendimento. Essa jornada dupla pode ampliar a complexidade da rotina de trabalho e representar uma fonte adicional de demandas ocupacionais, tornando relevante a análise da relação entre as responsabilidades gerenciais e o estresse vivenciado por esses profissionais (Maragha et al., 2025).

Embora o estresse ocupacional e a Síndrome de Burnout entre profissionais da Odontologia sejam temas abordados pela literatura, a análise desses fenômenos sob a perspectiva específica do cirurgião-dentista que concilia a prática clínica às responsabilidades

administrativas e empreendedoras pode contribuir para uma compreensão mais abrangente dos desafios presentes em sua rotina profissional. A relevância dessa discussão está relacionada às possíveis repercussões do desgaste ocupacional sobre o bem-estar e a saúde dos profissionais, reforçando a necessidade de estratégias que considerem as particularidades das diferentes formas de organização do trabalho odontológico (Negucióiu et al., 2024; Maragha et al., 2025).

2 OBJETIVOS

Diante do exposto, o presente estudo tem como objetivo analisar a relação entre a Síndrome de Burnout e os fatores de estresse ocupacional vivenciados pelo empreendedor odontológico, considerando os desafios decorrentes da conciliação entre a prática clínica e a administração do próprio negócio.

3 MÉTODO

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada no mês de agosto de 2026. Foi consultada a base Google Acadêmico, sendo incluídos artigos completos escritos em português, inglês e espanhol, compreendidos no recorte temporal de 2021 a 2026, disponíveis de forma gratuita. Os descritores utilizados foram os seguintes termos: “Síndrome de Burnout” AND “estresse ocupacional” AND “cirurgião-dentista” AND “empreendedorismo odontológico” AND “gestão odontológica”. A seleção inicial foi realizada a partir da aplicação do filtro de recorte temporal na base de dados. Em seguida, foram selecionados para análise, por meio da leitura dos títulos e resumos, os artigos científicos que abordavam a relação entre a Síndrome de Burnout, o estresse ocupacional e os fatores relacionados à prática profissional, à gestão e ao empreendedorismo na Odontologia.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A busca inicial na base de dados Google Acadêmico identificou 145 estudos potencialmente relevantes a partir da aplicação dos descritores selecionados. Após a primeira triagem mediante a leitura minuciosa de títulos e resumos, 98 artigos foram excluídos por não abordarem diretamente a relação entre o estresse ocupacional, a Síndrome de Burnout e as

especificidades do empreendedorismo na prática odontológica. Dos 47 artigos restantes elegíveis para avaliação em íntegra, 32 foram excluídos após a leitura completa por apresentarem inconsistências metodológicas, dados redundantes ou por abordarem o burnout apenas sob a perspectiva do trabalho exclusivamente assalariado/hospitalar, sem dialogar com o foco temático da gestão e administração de consultório próprio. Assim, 15 estudos compuseram a versão final desta revisão de literatura e foram sistematizados para fundamentar a análise detalhada.

4.1 A Jornada Dupla e os Fatores de Estresse Ocupacional no Empreendedorismo Odontológico

A prática odontológica, isoladamente, envolve elevado esforço físico e mental, precisão técnica e constante carga interpessoal decorrente da necessidade de gerenciar as expectativas e ansiedades dos pacientes (PACHECO et al., 2023). Quando o cirurgião-dentista assume a postura de empreendedor, agregam-se a essa rotina obrigações inerentes ao planejamento financeiro, liderança e gestão de pessoas, cumprimento de regulamentações sanitárias e trabalhistas, estratégias de captação de clientes e tomada de decisões corporativas (MARAGHA et al., 2025).

Os dados corroboram as proposições de Maragha et al. (2025), indicando que as tarefas administrativas e gerenciais são frequentemente percebidas pelos dentistas como fontes centrais de estresse e angústia. A necessidade de transitar continuamente entre a função do cuidado em saúde e a responsabilidade administrativa provoca uma sobreposição de demandas cognitivas e emocionais. Essa dinâmica resulta na ampliação da jornada laboral efetiva, uma vez que as atividades administrativas tendem a avançar sobre os períodos reservados ao descanso, ao lazer ou ao convívio familiar, limitando a recuperação psicoemocional do profissional (SILVA et al., 2023).

4.2 Manifestações e Dimensões do Burnout no Cirurgião-Dentista Gestor

De acordo com as diretrizes da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2019), o burnout constitui um fenômeno ocupacional decorrente do estresse crônico no trabalho não gerenciado com êxito, estruturado em três dimensões fundamentais: exaustão emocional,

despersonalização e redução da eficácia profissional. No contexto do cirurgião-dentista empreendedor, a literatura demonstra particularidades no acometimento dessas dimensões:

a) **Exaustão emocional:** Configura-se como a dimensão structural preponderante e inicial entre os cirurgiões-dentistas donos do próprio negócio. A pressão constante para manter a viabilidade econômica do consultório, combinada com a busca pela excelência nos procedimentos clínicos, consome de forma crônica as reservas de energia do indivíduo (BADRASAWI; NAZZAL; MASSAD, 2024). Fatores como oscilações no fluxo de caixa, concorrência mercadológica e obrigações trabalhistas atuam como desencadeadores diretos do esgotamento;

b) **Despersonalização e distanciamento mental:** O estresse contínuo e a falta de suporte psicossocial conduzem ao desenvolvimento de comportamentos de insensibilidade ou atitudes cínicas (SILVA et al., 2023). O cirurgião-dentista pode adotar uma postura defensiva ou impessoal, afetando negativamente tanto a relação médico-paciente quanto a liderança e o clima organizacional junto à sua equipe de colaboradores;

c) **Redução da eficácia profissional:** Uma lacuna expressiva evidenciada pelos estudos refere-se à carência de formação em gestão e administração nos cursos de graduação em Odontologia, cujo foco é predominantemente clínico (MARAGHA et al., 2025). Diante das exigências operacionais e mercadológicas, o profissional pode experimentar sentimentos de incompetência ou insatisfação com a condução do negócio, intensificando a sensação de baixa realização profissional e alimentando o ciclo do burnout.

4.3 Lacunas Formativas, Suporte Institucional e Estratégias de Enfrentamento

Os achados de Pacheco et al. (2023) e Negucióiu et al. (2024) sinalizam que, ao contrário dos profissionais que atuam estritamente no regime assalariado ou hospitalar, os dentistas empreendedores enfrentam maior vulnerabilidade ocupacional devido à escassez de suporte institucional estruturado. A responsabilidade integral pelos riscos do empreendimento recai diretamente sobre o indivíduo, elevando a percepção de desamparo e estresse.

Diante desse cenário, a literatura aponta para a premência de estratégias multidimensionais para a mitigação do burnout no setor:

Revisão dos Projetos Pedagógicos Curriculares: Inclusão de disciplinas e módulos voltados à gestão financeira, empreendedorismo, liderança e ergonomia mental nos cursos de graduação em Odontologia;

Otimização de Processos e Delegação: Utilização de sistemas tecnológicos de automação de gestão de consultórios e contratação de profissionais especializados para atribuições administrativas, aliviando a sobrecarga do cirurgião-dentista;

Ações de Promoção da Saúde Mental e Resiliência: Estabelecimento de limites rígidos entre a vida pessoal e profissional, planejamento de pausas periódicas durante a rotina clínica e busca por apoio psicológico especializado (MARAGHA et al., 2025).

Em suma, a literatura integrada nesta revisão evidencia que o combate à Síndrome de Burnout no âmbito do empreendedorismo odontológico transcende iniciativas meramente individuais de resiliência, exigindo uma reestruturação dos processos de trabalho, capacitação gerencial continuada e maior conscientização sobre a saúde ocupacional do cirurgião-dentista.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão evidenciou que a Síndrome de Burnout representa uma questão relevante para a saúde ocupacional do cirurgião-dentista empreendedor, especialmente diante da necessidade de conciliar as atividades clínicas com as responsabilidades administrativas e gerenciais do próprio negócio. A sobreposição dessas funções pode ampliar a jornada de trabalho, aumentar a carga física e emocional e reduzir as possibilidades de descanso e recuperação.

Entre os principais fatores relacionados ao estresse ocupacional, destacam-se as demandas clínicas, a gestão financeira, a liderança de equipes, as obrigações trabalhistas e sanitárias, a necessidade de captação de pacientes e a tomada constante de decisões relacionadas ao funcionamento do consultório. Esse conjunto de responsabilidades pode favorecer manifestações características do burnout, principalmente a exaustão emocional, o distanciamento mental e a redução da percepção de eficácia profissional.

Os estudos analisados também evidenciaram a importância da capacitação em gestão e empreendedorismo durante a formação e a atuação profissional. A adoção de ferramentas de

organização, automação e delegação de atividades administrativas pode contribuir para reduzir a sobrecarga do cirurgião-dentista. Da mesma forma, estratégias voltadas à promoção da saúde mental, ao estabelecimento de limites entre vida profissional e pessoal, à realização de pausas e à busca de suporte especializado mostram-se relevantes para o enfrentamento do desgaste ocupacional.

Dessa forma, o enfrentamento da Síndrome de Burnout no empreendedorismo odontológico não deve depender exclusivamente da capacidade individual de lidar com o estresse. É necessário considerar também a organização do trabalho, a preparação para a gestão do empreendimento e a construção de estratégias que favoreçam melhores condições de trabalho e qualidade de vida. Assim, compreender e prevenir os fatores associados ao estresse ocupacional pode contribuir para o bem-estar do cirurgião-dentista e para uma atuação profissional mais sustentável.

REFERÊNCIAS

- BADRASAWI, T.; NAZZAL, M.; MASSAD, E. Stress and occupational burnout levels among Palestinian dentists, and associated factors: A cross-sectional study in 2023. **Heliyon**, v. 10, n. 11, e32034, 2024.
- MARAGHA, T. et al. Dentists' Mental Health: Challenges, Supports, and Promising Practices. **Healthcare**, v. 13, n. 14, p. 1-15, 2025.
- NEGUCIÓIU, M. et al. Prevalence and Management of Burnout Among Dental Professionals Before, During, and After the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review. **Healthcare**, v. 12, n. 23, p. 2340-2358, 2024.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-11)**. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2019.
- PACHECO, E. C. et al. Fatores associados ao estresse ocupacional entre cirurgiões-dentistas no contexto da prática clínica contemporânea. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 48, e12, p. 1-12, 2023.
- SILVA, A. B. et al. Avaliação da Síndrome de Burnout e fatores associados em cirurgiões-dentistas: um estudo transversal. **Revista de Odontologia da UNESP**, v. 52, e20230015, p. 1-10, 2023.