

## QUAIS SÃO OS FATORES PREDITORES DO ESGOTAMENTO NOS PAIS? UMA REVISÃO INTEGRATIVA

### WHAT ARE THE PREDICTORS OF BURNOUT IN PARENTS? AN INTEGRATIVE REVIEW

Iraneide dos Santos<sup>1</sup>, Danielle Cavalcanti<sup>2</sup>, Luciana Nogueira<sup>3</sup>, & Priscilla Aguiar<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Instituto Federal de Pernambuco, Campus Ipojuca, Curso de Segurança do Trabalho, Pernambuco, Brasil.

<sup>2</sup>Secretaria Municipal de Educação Escada, Pernambuco, Brasil.

<sup>3</sup>Colegio Santo Antônio, Secretaria Municipal de Educação de Barbalha, Ceará, Brasil.

<sup>4</sup>Escola Técnica Estadual José Humberto de Moura Cavalcante em Limoeiro, Secretaria Estadual de Educação de Pernambuco, Brasil.

**Resumo:** O objetivo desse trabalho foi buscar evidências na literatura, para reunir e sintetizar o conhecimento produzido nos últimos cinco anos sobre fatores preditores do esgotamento nos pais. Foi feito um levantamento de literatura em novembro de 2020 nas seguintes bases de dados Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (BVS/BIREME)/Lilacs, Scientific Electronic Library Online (SciELO), Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PePSIC), Cochrane e portal National Library of Medicine National Institutes of Health (PubMed), os descritores utilizados foram “*Burnout, Psychological*” OR “*Burnout Parental*”. Como resultado, a partir dos artigos analisados identificou-se fatores relacionados às situações vivenciadas em momentos de pandemia, como também, ter filho com necessidades especiais, o perfeccionismo, o neuroticismo, a falta de apoio do companheiro, a falta de apoio social, trabalhar em tempo parcial ou em casa, que colocam em risco pais e/ou mães ao esgotamento parental. Portanto, faz-se necessário prevenir os estressores que levam ao esgotamento dos pais e a realização de mais pesquisas acerca da temática, para auxiliar profissionais da saúde a identificarem, diagnosticarem e iniciarem o trabalho terapêutico precoce com essas famílias no sentido de evitar a exaustão emocional dos pais e as consequências para os filhos.

**Palavras-Chave:** Parentalidade, Esgotamento psicológico, Estresse psicológico, Causalidade, Fatores de risco

**Abstract:** The purpose of this work was to search for evidence in the literature, to gather and synthesize the knowledge produced in the last five years about predictive factors of exhaustion in parents. It was carried out in November 2020 in the following databases: Latin American and Caribbean Center on Health Sciences Information (VHL / BIREME) / Lilacs, Scientific Electronic Library Online (SciELO), Electronic Psychology Journals (PePSIC), Cochrane and portal National Library of Medicine National Institutes of Health (PubMed), the descriptors used were "Psychological burnout" OR "Parental burnout". As a result, from the analyzed articles, factors related to situations experienced in pandemic situations were identified, as well as having a child with special needs, perfectionism, neuroticism, lack of support from a partner, lack of social support, working part-time or at home, which put fathers and / or mothers at risk for parental exhaustion. Therefore, it is necessary to prevent the stressors that lead to the exhaustion of parents and to carry out more research on the subject, to help health professionals to identify, diagnose and start early therapeutic

†Autor de Correspondência: Iraneide dos Santos (iraneidenascimento@ipojuca.ifpe.edu.br)

Submetido: 27 de março de 2021

Aceite: 19 de junho de 2023

work with these families in order to avoid emotional exhaustion. of parents and the consequences for their children.

*Keywords:* Parenting, Burnout, Psychological stress, Psychological burnout, Causality, Risk factors

---

A parentalidade caracteriza-se como um processo por meio do qual os indivíduos se tornam pais de uma criança e representa uma importante fase do desenvolvimento psíquico (Houzel, 2004). Nesse sentido, a função parental é dinâmica e um processo em desenvolvimento contínuo face às necessidades decorrentes do desenvolvimento da criança (Cunha et al., 2021).

Atualmente a noção de família deve considerar as variadas composições, ou seja, as famílias monoparentais, biparentais, com pais separados, reconstituídas, com casais homoafetivos, com filhos adotivos, entre outras (De La Iglesia, 2020). Mas, independentemente da conformação, a família permanece apresentando funções fundamentais no processo de desenvolvimento de seus componentes, como também, está susceptível às situações e experiências de tensão e estresse vinculadas ao processo de educação e criação dos filhos, que pode resultar numa condição sindrômica denominada de *burnout* parental (Li et al., 2018), na qual o estresse é diferente daquele comum ao papel parental (Brianda et al., 2020).

O *burnout* parental ou o esgotamento dos pais é uma condição que afeta 5 a 8% dos pais em todo o mundo (Roskam et al., 2017), relacionada a diversos fatores de risco presentes nas diferentes funções conjugais, parentais e profissionais, a ponto dos pais às vezes sentirem que não têm energia para criar os filhos, apesar destes darem sentido à vida de seus pais (Office for National Statistics - UK, 2012). Abrange três dimensões, a saber: uma exaustão avassaladora relacionada ao papel parental; um distanciamento emocional de seus filhos; e a perda de realização no papel parental (Roskam et al., 2018).

Ressalta-se que, desde o início, o esgotamento dos pais apresenta semelhanças com o esgotamento ou *burnout* profissional, cujo termo surgiu nos Estados Unidos na década de 1970, na prática de profissionais envolvidos em relações de cuidado e foi desenvolvido por Burnout - Pesquisa de Serviço Humano (MBI-HSS), que permitiu a avaliação do esgotamento em três dimensões: exaustão emocional (as reservas de energia do sujeito são baixas, completamente exausto); despersonalização (dimensão interpessoal, atitude negativa e distanciada em relação aos outros); e baixa realização pessoal (perda de autoconfiança e sensação de ineficácia) (Maslach & Jackson, 1981).

Ao analisar a literatura científica, identificou-se vários estudos acerca do esgotamento profissional e suas implicações para a saúde, entretanto, ainda há poucos escritos que abordam especificamente o esgotamento parental (Séjourn et al., 2018) e seus fatores de risco. Além do mais, a temática torna-se relevante pelo momento recente em que o mundo vivenciou uma emergência de saúde pública, gerada pela pandemia de COVID-19, um dos acontecimentos mais extremos que a sociedade enfrenta neste século, tanto por sua extensão, como pela duração e possíveis consequências para a saúde mental em virtude do confinamento de pais e filhos (De La Iglesia, 2020; Marchetti et al., 2020).

Assim, esta revisão balizada nas práticas baseadas em evidência, pretende identificar as lacunas do conhecimento, lançar luz sobre os novos caminhos de pesquisa a respeito do *burnout* parental, que auxiliará profissionais em suas pesquisas na área da saúde. Face ao exposto, o objetivo do presente estudo foi realizar uma revisão integrativa de literatura a fim de identificar as principais evidências científicas sobre os fatores associadas ao *burnout* parental.

## MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura que permite sintetizar evidências científicas, fazer recomendações com base nos achados da prática clínica e identificar lacunas de conhecimento para orientar o desenvolvimento de pesquisas futuras (Mendes et al., 2019).

Esta revisão cumpriu seis etapas: 1) elaboração da questão de pesquisa; 2) amostragem ou busca na literatura dos estudos primários; 3) extração de dados dos estudos primários; 4) avaliação dos estudos primários incluídos na revisão; 5) análise e síntese dos resultados da revisão; e 6) apresentação da revisão integrativa (Whittemore et al., 2014). E, utilizou-se as recomendações previstas no PRISMA *Statement* para o desenvolvimento do estudo.

### *Estratégia de Pesquisa*

Para condução da pesquisa, elaborou-se a seguinte questão norteadora: quais são os fatores preditores do *burnout* parental? A partir da questão norteadora, com o intuito de facilitar a definição dos descritores, utilizou-se a estratégia PVO (População, Variável de interesse e Outcome/desfecho), onde foi definido como população do estudo “Pais”, a variável de interesse foi “Fatores predisponentes” e o desfecho/Outcome “*Burnout* parental”.

A busca dos estudos primários foi efetuada por dois revisores, de maneira independente, no mês de março de 2021, nas bases de dados Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (BVS/BIREME)/LILACS, Scientific Electronic Library Online (SciELO), Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PePSIC), Cochrane e no portal National Library of Medicine National Institutes of Health (PubMed).

Os termos utilizados foram os seguintes: “*Burnout, Psychological*” OR “*Parental Burnout*” em todas as bases de dados, não foram utilizados descritores correspondentes aos pais e aos fatores predisponentes ou causalidade para ampliar a busca de artigos, já que há um número insipiente de estudos acerca da temática. Os critérios de inclusão foram: nos últimos cinco anos, envolvendo os fatores preditores do esgotamento parental. O recorte temporal justifica-se pelo fato de se buscar a literatura mais recente sobre o assunto. Os critérios de exclusão foram artigos de revisão de literatura ou metanálise, relatórios, monografias, dissertações e teses.

### *Seleção de Artigos*

Foram encontradas 1.893 produções nas bases de dados indexadas, mas a maioria artigos exploratórios baseados em literatura e de validação de instrumento. Ocorreu a etapa de identificação dos artigos, primeiramente, por meio da leitura dos títulos, e em seguida, dos resumos. Daqueles que atenderam aos critérios de inclusão e exclusão, foi realizada a leitura do artigo na íntegra, das quais 12 artigos foram incluídos segundo os critérios de elegibilidade conforme a Figura 1.

## RESULTADOS

Os resultados da literatura constataram a escassez de textos que versam acerca dos fatores preditores do esgotamento nos pais. Dentre os doze artigos elegíveis referentes ao tema, o ano de publicação variou de 2017 a 2020, sendo três no ano de 2020; sete no ano de 2018; e um artigo por ano em 2017 e 2019. De acordo com a abordagem metodológica que os autores utilizaram para responder à questão principal, os estudos selecionados têm por característica serem observacionais,

nos quais o investigador não faz nenhuma intervenção. Para coleta de informações, os autores utilizaram estudos transversais, dentre eles sete artigos aplicaram essa técnica e, assim, as informações foram coletadas de cada indivíduo em um ponto no tempo, outros dois trabalhos empregaram a técnica longitudinal, permitindo ao pesquisador uma sequência coerente de dados (Quadro 1).

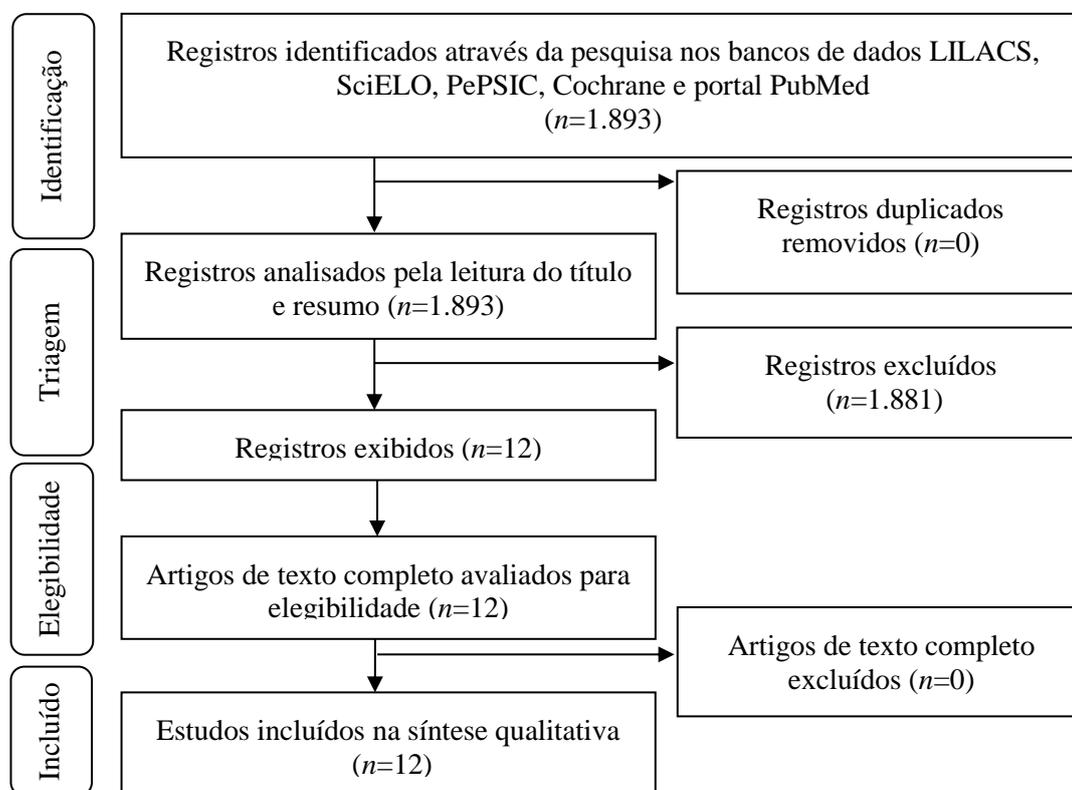


Figura 1. Fluxograma PRISMA de seleção dos estudos.

As pesquisas dos artigos elegíveis foram realizadas principalmente no continente europeu e em outras localidades, quais sejam: Itália, França, Bélgica, Reino Unido, Turquia, Irã, Japão e Estados Unidos. Os autores objetivaram analisar uma gama de fatores preditores do esgotamento dos pais como os psicológicos, sociodemográficos e posicionais, além de sua relação com patologias como a depressão, em diversos contextos e situações como a pandemia de COVID-19.

## DISCUSSÃO

A parentalidade vem se configurando como algo de grande complexidade e com elevado grau de estresse, de forma que em dadas situações alguns pais referem ausência de energia para cuidar dos filhos (Janisse et al., 2009). Somado a isso, os riscos à saúde e o medo associado ao COVID-19 influenciam o incremento dos níveis de estresse dos pais, e por conseguinte, o bem-estar das crianças (Spinelli et al., 2020). O novo coronavírus trouxe a necessidade de convívio permanente e intenso entre pais e filhos, decorrente da implementação das atividades laborativas e escolares de forma remota, como alternativa diante da necessidade de distanciamento social para prevenção à doença (Marchetti et al., 2020), sendo o trabalho em casa um fator de risco associado ao esgotamento dos pais.

**Quadro 1.** Características dos artigos que integram a Revisão Integrativa.

Autor, Ano País	Desenho do estudo	Objetivo	Resultados
Marchetti et al., 2020 Itália	Estudo transversal	Examinar a prevalência de exaustão relacionada aos pais e identificar seus fatores de risco associados e de proteção, quatro semanas após o bloqueio nacional.	17% da amostra experimentou exaustão parental significativa, com as mães mais gravemente afetadas. Uma maior exaustão relacionada aos pais foi prevista por sofrimento psicológico, menor resiliência dos pais, maternidade, menos conexões sociais percebidas, e ser solteiro, ter filho com necessidades especiais, ter grande número de filhos, e ter filhos mais novos.
Mousavi, 2020 Irã	Estudo Transversal	Estudar o bem-estar psicológico e o efeito da quarentena domiciliar na satisfação conjugal (MS) e no esgotamento parental (PB) das responsabilidades parentais durante a prevalência do COVID-19 em pais iranianos.	O efeito da quarentena domiciliar em MS e PB não foi significativo nos pais. O efeito interativo da quarentena domiciliar e do gênero não foi significativo em MS e PB. Além disso, as mães relataram maior PB do que os pais. O efeito de alguns fatores demográficos nas variáveis estudadas também foi significativo. Os recursos de apoio na cultura familiar podem desempenhar um papel essencial para reduzir os efeitos negativos de situações estressantes nas interações familiares.
Prikhidko et al., 2020 Estados Unidos	Estudo Transversal	Examinar o papel da emoção digital de contágio (EDC) na relação entre estresse, preocupação com COVID-19, <i>burnout</i> parental e regulação da emoção (ER).	Preocupação com o COVID-19 previu estresse, depressão e <i>burnout</i> parental. A suscetibilidade à EDC aumentou significativamente o impacto do estresse no <i>burnout</i> dos pais. Ter parentes infectados com COVID-19 aumentou o efeito do EDC no <i>burnout</i> parental. Em nível mais alto de ER tampou a relação entre contágio de emoção e preocupação sobre COVID-19.
Sánchez-Rodríguez et al., 2019 França	Estudo Transversal	Explorar <i>clusters</i> de sintomas depressivos, ansiosos e de culpa em mães com filhos de 4–10 anos de idade, manifestando vários graus de esgotamento parental.	Esses achados sugerem diferentes perfis de mães esgotadas que variam de acordo com a gravidade da ansiedade, depressão e culpa. Isso sugere que o esgotamento dos pais, a depressão e a ansiedade são distúrbios distintos. Este estudo também permite evidenciar o efeito agravante da culpa na vivência do <i>burnout</i> .
Gérain & Zech, 2018 Vários países	Estudo Transversal	Comparar pais de criança com necessidades especiais - CNE com pais sem CNE; Entender qual ambiente de cuidado está mais em risco de esgotamento entre ter uma CNE, várias CNE ou uma CNE com comorbidades; Avaliar o impacto de variáveis descritivas, neuroticismo, discordância entre os pais e os impactos percebidos de se ter uma CNE.	A presença de comorbidade e de múltiplas CNE na família foram relacionados a mais desgaste dos pais cuidadores. O papel do neuroticismo no <i>burnout</i> desses pais confirma sua importância em pesquisas anteriores tanto em contextos parentais como profissionais. A desconcordância parental destaca a importância do apoio mútuo entre os pais. Consequências subjetivas de ter que cuidar de um CNE também estiveram relacionadas às facetas de <i>burnout</i> de ambos os aspectos emocionais exaustão e distanciamento emocional.
Gokcen et al., 2017 Turquia	Estudo Transversal	Comparar os níveis de <i>burnout</i> e depressão em mães de crianças com transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) entre os períodos pré e pós-tratamento.	Este estudo apoia descobertas anteriores de que a redução dos transtornos desafiadores de oposição e de conduta afetam positivamente os sintomas de depressão e os níveis de esgotamento de mães ao cuidar de crianças com TDAH. Pensa-se que este positivo efeito pode ter um impacto favorável nas relações entre mães e filhos e tratamento de TDAH em crianças.
Kawamoto et al., 2018 Japão	Estudo de Validação	Validar a versão japonesa do <i>parental burnout inventory – PBI-J</i> e investigar a associação entre o PBI-J e o perfeccionismo como uma nova inter-relação.	A avaliação adicional do perfeccionismo confirmou essa diferença entre o desgaste dos pais e o desgaste do trabalho, mostrando que o perfeccionismo dos pais, ou seja, a combinação de padrões pessoais dos pais e a preocupação dos pais com os erros, tem uma contribuição única para o desgaste dos pais do que o perfeccionismo do trabalho. Além disso, a preocupação dos pais com os erros foi positivamente correlacionada com <i>burnout</i> em ambos os domínios, enquanto as associações entre padrões pessoais dos pais e <i>burnout</i> foram mais complexas.

## Fatores preditores do esgotamento nos pais

Lebert-Charron, et al., 2018 França	Estudo Transversal	Investigar uma grande variedade de fatores contextuais e psicológicos associados com síndrome de <i>burnout</i> materno.	As pontuações na versão parental do MBI estavam forte e positivamente associadas com sintomas de depressão e ansiedade, bem como com o estresse percebido relacionado aos níveis de estresse na parentalidade. Além disso, usar o estilo de enfrentamento orientado para a tarefa na paternidade foi fortemente e positivamente associado à realização pessoal. Por outro lado, algumas características sociodemográficas mostraram-se negativamente associados ao esgotamento materno, tais como: estar empregado, trabalhar em tempo integral e ser mãe vivendo sozinho.
Meeussen & Van, 2018 Reino Unido e Estados Unidos	Estudo Transversal	Examinar como as mães regulam a pressão para a maternidade perfeita afetiva, cognitiva e comportamentalmente, e como essa regulação pode se relacionar com o <i>burnout</i> dos pais.	Sentir pressão para ser uma mãe perfeita foi positivamente relacionado ao <i>burnout</i> dos pais, e essa relação foi mediada pelo estresse parental, por um foco mais forte de prevenção cognitiva visando evitar erros como mãe, e por comportamentos mais elevados de <i>gatekeeping</i> materno assumindo tarefas familiares de seu parceiro.
Mikolajczak & Roskam, 2018 Bélgica	Estudo longitudinal	Propor uma teoria de esgotamento parental capaz de prever quem está em risco, explicando por que um determinado pai se queimou e por que naquele momento específico.	O instrumento BR2 mede de forma confiável o equilíbrio dos pais entre riscos (fatores que aumentam o estresse parental) e recursos (fatores de alívio do estresse parental). Entre os fatores de riscos e recursos não específicos para a paternidade (por exemplo, baixas habilidades de gerenciamento de estresse, perfeccionismo) prevêm igualmente o burnout parental e profissional, enquanto riscos e recursos específicos para a paternidade (por exemplo, práticas de criação de crianças, coparentalidade) predizem exclusivamente o burnout dos pais.
Séjourné et al., 2018 França	Estudo exploratório e transversal	Avaliar a taxa de esgotamento materno e identificar fatores associados a esse estado de exaustão	Cerca de 20% das mães foram afetadas pelo esgotamento materno. Os principais fatores relacionados ao esgotamento materno foram ter uma criança percebida como difícil, história de depressão pós-parto, ansiedade, satisfação de um equilíbrio entre vida profissional e pessoal e estresse parental.
Vigouroux & Scola, 2018 França	Estudo longitudinal	Examinar a relação entre esgotamento parental, fatores demográficos (idade dos pais e filhos, idade dos pais no primeiro nascimento, número total de filhos e número de filhos presentes na casa da família) e fatores disposicionais avaliados pelos pais (traços de personalidade de pai e filhos).	Os fatores demográficos mostraram que quanto mais jovens os pais pesquisados, maior o senso relatado de realização parental, embora também tendam a se sentirem mais exaustos. Os resultados dos fatores de disposição dos pais mostraram que todos os três traços de personalidade (neuroticismo, consciência e concordabilidade) estavam relacionados ao esgotamento parental e suas três dimensões. A meticulosidade dos pais e a falta de controle emocional foram fatores de risco para burnout parental.

Muitos estudos e pesquisas apontam que situações como as vivenciadas no decorrer da pandemia de COVID-19, apresentam grandes fatores tensionadores e ansiogênicos, haja vista a vivência constante do medo, incertezas, risco iminente de adoecimento e morte (Marchetti et al., 2020; Mousavi, 2020; Prikhidko & Wheaton, 2020; Jiao et al., 2020). Neste sentido, os pais temem que eles tenham a doença e seus filhos também, assim como, o isolamento social pode levar ao aumento da comunicação online, e os pais que usam as mídias sociais podem ser negativamente influenciados pelas emoções de outras pessoas on-line através do que é conhecido como contágio de emoções digitais (DEC) (Prikhidko & Wheaton, 2020).

Apesar das crianças não estarem entre o singular grupo de risco para contrair a infecção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-2, visto que as evidências mostram uma taxa de mortalidade relativamente menor nesse grupo etário em comparação a outros, tais como adultos e idosos (Jiao et al., 2020), não se pode ignorar a susceptibilidade às repercussões psicossociais do distanciamento e isolamento social, que repercutem diretamente na saúde mental das famílias (Marchetti et al., 2020).

Essas repercussões causadas pela pandemia podem ser mais evidentes nas famílias com baixa renda e que perderam o emprego (Mousavi, 2020; Prickett et al., 2020) ou que trabalharam longas horas em casa, pois relataram níveis superiores de estresse (Lebert-Charron et al., 2018; Prickett et al., 2020). Sobre a relação entre trabalho e *burnout* parental, até que ponto o esgotamento parental pode ser diferenciado do esgotamento profissional ou dos sintomas depressivos, nos quais geralmente ocorrem simultaneamente ao esgotamento dos pais. O *burnout* está relacionado ao contexto, mas não significa que o desgaste dos pais e do trabalho nunca possam ocorrer simultaneamente, como também, que o esgotamento em uma esfera não pode levar ao desenvolvimento do esgotamento em outra (Mikolajczak et al., 2019).

Em contrapartida, Mousavi (2020) que avaliou o efeito da quarentena doméstica no surgimento do *burnout* parental, encontrou resultados inconsistentes com as informações supracitadas, nos quais os efeitos da quarentena doméstica sobre o esgotamento parental não foram significativos para pais e mães. Todavia, os pais tinham maior nível psicológico de bem-estar do que as mães. Isto pode ser devido às mulheres terem mais responsabilidades na família e pela distribuição desigual das tarefas, além delas sentirem menos controle sobre a vida (World Health Organização, 2019) e pressão da sociedade acerca da maternidade (Nelson-Coffey, et al., 2019).

Contudo, adequar-se às exigências impostas seja pelo grupo social, seja pelos próprios pais, tais quais serem bem-sucedidos na vida doméstica e na criação dos filhos, sendo estes bons em todos os aspectos: bem-educados, com bom desempenho escolar, saudáveis física e emocionalmente, faz com que tanto pais quanto, principalmente mães, sejam e sintam-se ainda mais pressionados e sob uma atmosfera de tensões (Roskam et al., 2017). E mesmo com todas as modificações relacionadas ao papel da mãe e do pai ocorridas ao longo do tempo, a sociedade ainda passa por um período de transição, em que as mulheres têm forçosamente de ter mais tempo para estar com as crianças, contudo não o tem (Nunes, 2020).

Outros fatores que têm bastante influência na ocorrência de *burnout* parental são os psicológicos e familiares (Sánchez-Rodríguez et al., 2019). O sentimento de culpa é um fator psicológico que pode ter um efeito agravante do esgotamento (Gil-Monte, 2012; Sánchez-Rodríguez et al., 2019), pois mães que sentem maiores níveis de culpa parecem ter mais dificuldade em confrontar a vida diária com seus filhos e apresentam níveis mais elevados de estresse (Sánchez-Rodríguez et al., 2019), assim como a percepção de conciliar trabalho e família, também pode contribuir com o sentimento de vergonha por não se acharem mães boas o suficiente (Hubert & Aujoulat, 2018).

Do mesmo modo, pais com perfis superprotetores, com comportamentos de apego e dependência, além da dificuldade quanto ao estabelecimento de ordens e limites no processo de criação e educação dos filhos, também se constituem em grupo de maior risco para esgotamento parental (Mikolajczak et al., 2017). O processo de exaustão parental abrange os aspectos emocionais relacionados à função dos pais que se sentem muito exigidos, cansados e limitados emocionalmente. A exposição constante

ou por grande período a situações de tensão e grande estresse, atreladas à dificuldade ou ao não desenvolvimento de comportamento e conduta resiliente pelos pais, se constituem em elementos que estão diretamente relacionados ao estresse parental (Marchetti et al., 2020).

Os pais de crianças com problemas físicos ou mentais representam outro grupo com um risco maior de apresentar esgotamento. Neste sentido, o estudo de Gérain e Zech (2018) apresenta comparações necessárias a respeito do *burnout* em pais de CNE, ao fazer um comparativo com aqueles que não possuem filhos com comorbidade. Apontou que o trabalho realizado é o primeiro a contribuir de forma incisiva para que haja uma compreensão acerca do processo de cuidar de uma CNE, gera uma carga cumulativa que impulsiona impactos estressores, processo que afeta a relação pais – filhos. Sobre isso, destaca-se o neuroticismo como um fator de risco para ambos os pais que possuem filhos apresentando alguma especialidade ou não, além da falta de apoio entre os parceiros no processo de cuidar dos filhos, ou seja, a discordância co-parental, são importantes causas de estresse e resulta em aumento da psicopatologia acarretando sintomas de *burnout* (Gérain, 2018).

Em concordância, para Gokecen (2017) é comum mães que têm crianças com TDHA apresentarem uma exaustão emocional, pois os pais dessas crianças tendem a ter níveis mais elevados de estresse e de apresentarem maiores dificuldades parentais. Com frequência, famílias de crianças com TDAH relatam problemas nas interações pai-filho, nos relacionamentos conjugais, no funcionamento da família, e fazer ajustes parentais é comum (Gokecen, 2017). Nesse estudo o resultado positivo alcançado foi estabelecido através da realização de acompanhamento psicológico dessas mães e de tratamento com metilfenidato, no qual houve a melhora do humor e regressão do estresse ao longo do meses.

A relação entre o esgotamento parental e o perfeccionismo, conforme os estudos de Kawamoto, Furutani e Alimardani (2018) é direta, de forma que quanto maior a necessidade de exercer as funções parentais com excelência, dificuldades em delegar tarefas, e assim, procrastinação, maiores são os índices de esgotamento e desgaste emocional. Também é direta a relação entre o perfeccionismo, o esgotamento parental e o esgotamento no trabalho. Pais e cuidadores com a síndrome, têm uma maior probabilidade de apresentarem um quadro de exaustão nos contextos de trabalho.

Já Meeussen e Van Laar (2018) avaliaram mães afetivas e a relação entre a necessidade de perfeição no exercício da função parental como: reações afetivas e de cuidados mais intensas, hipervigilância e automonitoramento constantes, como tentativas de evitar erros e falhas no exercício do papel de cuidador(a). Observaram que, embora tais comportamentos apresentassem funcionalidade, aumentavam consideravelmente os níveis de estresse e de *burnout* parental.

Além disso, no estudo de Meeussen e Van Laar (2018) foram avaliadas mulheres que conciliavam a maternidade com o exercício de atividades laborativas, onde observaram que mulheres com níveis mais elevados de perfeccionismo no exercício da maternidade têm menos ambições na carreira, demonstrando um desequilíbrio da relação trabalho-família-carreira. Embora a presença feminina seja cada vez maior nos ambientes de formação e laborais, emergem situações conflituosas no âmbito familiar frente o desafio de conciliar a maternidade e a paternidade, sobretudo diante dessa nova realidade pandêmica (Meeussen & Laar, 2018).

O estudo de Mikolajczak e Roskam (2018) que utilizou a teoria dos riscos e recursos dos pais, evidenciou ser o *burnout* resultado de um desequilíbrio entre o risco e recursos, ou seja, quando os riscos superam os recursos. Também, identificou os fatores de risco para o *burnout* parental e esgotamento no trabalho, dentre esses fatores, os fatores sociodemográficos não apresentaram correlação com o *burnout* parental, uma vez que, pais com filhos deficiente, quando associado aos pais que possuíam altas cargas de trabalho, tempo de lazer e recursos restritos, perdia o efeito de aumento do esgotamento, sendo assim desconsiderado nas demais análises dos estudo.

Outro resultado da pesquisa de Mikolajczak e Roskam (2018) com uma grande importância clínica é que, fatores de risco comuns (por exemplo, uma personalidade perfeccionista, habilidades de gerenciamento de estresse pobres, tendências pessimistas) tinham grande relação para a previsão de

desgaste dos pais e do trabalho, enquanto fatores de risco específicos inerentes aos domínios dos pais (por exemplo, padrões parentais elevados, práticas parentais inadequadas, coparentalidade insatisfatória) previu apenas o desgaste parental, sugerindo assim, que os pais que têm principalmente fatores de risco comuns em seu equilíbrio serão vulneráveis a ambas as formas de burnout, enquanto os pais que têm principalmente fatores de risco específicos inerente ao domínio dos pais em seu equilíbrio será vulnerável apenas ao esgotamento dos pais.

De acordo com Séjourné et al. (2018), duas a cada dez mães sofrem de esgotamento materno, apresentando um nível de fadiga alto de cerca da metade das mães que participaram do estudo. Depressão pós-parto anterior e problemas psicológicos tiveram uma grande relação ao *burnout* nas mães do estudo, sendo a depressão pós-parto um grande preditor altamente significativo ao esgotamento. Mães com empregos em tempo integral, também obtiveram um nível mais elevado de ansiedade, comparado às mães que trabalhavam em meio período, implicando que as altas cargas de trabalho, são precursoras e preditoras do *burnout* dos pais (Séjourné et al., 2018).

E por fim, Vigouroux & Scola (2018) destaca a influência dos fatores sociodemográficos e disposicionais de personalidade dos pais sobre o *burnout* parental e suas três dimensões, como também, ressalta que fatores situacionais como coparentalidade, satisfação conjugal e apoio social, podem interagir com fatores de disposição. Um dos resultados do estudo evidenciam ainda que pais muito meticolosos ou que não controlam suas emoções relatam mais esgotamento do que os pais que sofrem ou que são menos meticoloso.

A partir da realização desta revisão, os estudos evidenciaram alguns preditores do *burnout* em pai e/ou mãe, tais como: os eventos estressantes relacionados à pandemia (Marchetti et al., 2020; Mousavi, 2020; Prichidko et al., 2020), o sentimento de culpa (Sanchez-Rodrigues et al. 2019), ter filho com necessidades especiais (Gérain & Zech, 2018; Gokcen et al., 2017); o perfeccionismo (Kawamoto et al., 2018; Meeussen & Van Laar, 2018); o neuroticismo (Lebert-Charron et al., 2018; Vigouroux, 2018); a falta de apoio do companheiro (Mikolajczak et al., 2018; Séjourné et al., 2018); depressão pós-parto anterior (Séjourné et al., 2018); trabalhar em tempo integral (Séjourné et al., 2018) ou em casa (Lebert-Charron et al., 2018; Marchetti et al., 2020).

Tendo em vista a relevância do assunto e a insipiência de artigos publicados sobre *burnout* parental e seus fatores preditores, faz-se necessário a realização de estudos futuros acerca da temática, considerando contextos culturais diferentes dos apresentados por esta revisão e a partir de uma pesquisa observacional longitudinal, com vistas a observar o estado das coisas sem manipulá-lo, mas a longo-prazo, por permitir esclarecer os fatores envolvidos e excluir do grupo de hipóteses diferenças que não variam ao longo do tempo, além de possibilitar estudar a ordem temporal dos eventos. Outra questão importante, seria estudar a relação entre o impacto do esgotamento parental na saúde geral dos pais, diferente dos efeitos já conhecidos do *burnout* profissional, esses ainda precisam ser investigados.

Para a prática dos profissionais de saúde e de outros que lidam com pais e filhos, estes precisam ser informados sobre o esgotamento dos pais, para então serem capazes de identificar esta condição e saber realizar um diagnóstico diferencial entre *burnout* parental e profissional. Além disso, há a necessidade urgente de se investir em políticas públicas que busquem prevenir os fatores preditores e tratar o esgotamento dos pais, que em silêncio vivem uma vida exaustiva e à longo prazo nociva para sua saúde mental.

## ORCID

Iraneide dos Santos  <https://orcid.org/0000-0001-8449-7840>

Danielle Cavalcanti  <https://orcid.org/0000-0002-0265-4708>

Luciana Nogueira  <https://orcid.org/0000-0002-6125-4237>

## CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Iraneide dos Santos: Concetualização; Curadoria dos dados; Análise formal; Administração do projeto; Metodologia; Redação do rascunho original.

Danielle Cavalcanti: Metodologia; Investigação; Análise formal; Redação do rascunho original.

Luciana Nogueira: Metodologia; Investigação; Análise formal; Redação do rascunho original.

Priscilla Aguiar: Conceitualização; Investigação; Análise formal; Supervisão; Redação – revisão e edição.

## REFERÊNCIAS

- Bianchi, R., Truchot, D., Laurent, E., Brisson, R., & Schonfeld, I. S. (2014). O burnout é apenas relacionado ao trabalho? Um comentário crítico. *Scandinavian Journal of Psychology*, *55*, 357–361. <https://doi.org/10.1111/sjop.12119>
- Brianda, M. E., Roskam, I., & Mikolajczak, M. (2019). *Comment traiter le burn-out parental? Manuel d'intervention clinique* (1re Édition). Be Boeck Supérieur.
- Cunha, K. C., Ramos, M. F. H., Silva, S. S. C., & Pontes, F. A. R. (2017). Estresse parental e paralisia cerebral. *Psicologia, Saúde & Doenças*, *18*(2), 433-450. <https://dx.doi.org/10.15309/17psd180212>
- De La Iglesia, Y. R. (2020). Parentalidade e Desenvolvimento Infantil em tempos de pandemia: parentalidade e desenvolvimento infantil em tempos de pandemia. *Filosofia e Educação*, *12*(3), 1578-1601. <http://doi.org/10.20396/rfe.v12i3.8661983>
- Deater-Deckard, K. (2014). *Estresse parental*. MI: University Press.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social Issues*, *30*, 159–165. <https://dx.doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>
- Gérain, P., & Zech, E. (2018). Does informal caregiving lead to parental burnout? Comparing parents having (or not) children with mental and physical issues. *Frontiers in Psychology*, *6*(9), 884. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00884>
- Gil-Monte, P. R. (2012). The influence of guilt on the relationship between burnout and depression. *European Psychologist*, *17*(3), 231-236. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000096>
- Houzel, D. (2004). As implicações da parentalidade. In L. Solis-Ponton (Org.), *Ser pai, ser mãe. Parentalidade: um desafio para o terceiro milênio*. Casa do Psicólogo.
- Hubert, S., & Aujoulat, I. (2018). Parental burnout: when exhausted mothers open up. *Frontiers in Psychology*, *9*, 1021. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01021>
- Janisse, H.C., Barnett, D., & Nies, M.A. (2009). Perceived energy for parenting: a new conceptualization and scale. *Journal of Child and Family Studies*, *18*, 312. <https://doi.org/10.1007/s10826-008-9232-z>
- Jiao, W. Y., Wang, L. N., Liu, J., Fang, S. F., Jiao, F. Y., Pettoello-Mantovani, M., & Somekh, E. (2020). Behavioral and emotional disorders in children during the COVID-19 Epidemic. *European Paediatric Association*, *221*, 264-266. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2020.03.013>
- Kawamoto, T. K., Furutani, K., & Alimardani, M. (2018). Preliminary validation of japanese version of the parental burnout inventory and its relationship with perfectionism. *Frontiers in Psychology*, *20*(9), 970. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00970>
- Lebert-Charron, A., Dorard, G., Boujut, E., & Wendland, J. (2018). Maternal burnout syndrome: contextual and psychological associated factors. *Frontiers in Psychology*, *9*, 885. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00885>

- Li, C. Q., Ma, Q., Liu, Y. Y., & Jing, K. J. (2018). Are parental rearing patterns and learning burnout correlated with empathy amongst undergraduate nursing students? *International Journal of Nursing Sciences*, 5(4), 409–413. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2018.07.005>
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Marchetti, D., Fontanesi, L., Mazza, C., Giandomenico, S. D., Roma, P., & Verrocchio, M. C. (2020). Parenting-related exhaustion during the italian COVID-19 Lockdown. *Journal of Pediatric Psychology*, 45(10), 2020, 1–10 <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsaa093>
- Meeussen, L., & Van L. C. (2018). Feeling pressure to be a perfect mother relates to parental burnout and career ambitions. *Frontiers in Psychology*, 9, 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02113>
- Mendes, K. D. S., Silveira, R. C. C. P., & Galvão, C. M. (2019). Uso de gerenciador de referências bibliográficas na seleção dos estudos primários em revisão integrativa. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 28, e20170204. <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2017-0204>.
- Mikolajczak, M., Brianda, M. E., Avalosse, H., & Roskam, I. (2018). Consequences of parental burnout: Its specific effect on child neglect and violence. *Child Abuse & Neglect*, 80, 134-145. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2018.03.025>.
- Mikolajczak, M., Gross, J. J., Stinglhamber, F., Norberg A. L., Roskam I. (2019). Is parental burnout distinct from job burnout and depressive symptoms? *Clinical Psychological Science*, 8(4), 673-689. <https://doi.org/10.1177/2167702620917447>
- Mikolajczak, M., Raes, M. E., Avalosse, H., Roskam, I. (2017). Exhausted parents: Sociodemographic, child-related, parent-related, parenting and family-functioning correlates of parental burnout. *Journal of Child and Family Studies*, 27, 602–614. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0892-4>
- Mikolajczak, M., & Roskam, I. (2018). A theoretical and clinical framework for parental burnout: The balance between risks and resources (BR2). *Frontiers in Psychology*, 9, 886. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00886>
- Monsavi, S. F. (2020). Psychological well-being, marital satisfaction, and parental burnout in iranian parents: the effect of home quarantine during COVID-19 Outbreaks. *Frontiers in Psychology*, 11, 553880. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.553880>
- Nelson-Coffey, S. K., Killingsworth, M., Layous, K., Cole, S. W., & Lyubomirsky, S. (2019). Parenthood is associated with greater well-being for fathers than mothers. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 45, 1378–1390. <https://doi.org/10.1177/0146167219829174>
- Nunes, A.R.O. (2020). *A relação entre o burnout parental materno, a vinculação materna pós-natal e o sentimento de competência materno.* (Tese de doutorado, Universidade de Lisboa. Faculdade de Psicologia).
- Office for National Statistics - UK. (2012). *Health and well-being*. [acesso 2021 Mar 21]. Disponível em: <https://www.ons.gov.uk/>
- Pines, A., & Aronson, E. (1988). *Burnout na carreira: causas e curas*. Imprensa Livre.
- Prickett, K. C., Fletcher, M., Chapple, S., Doan, N., & Smith, C. (2020). *Life in Lockdown: The Economic and Social Effect of Lockdown During Alert Level 4 in New Zealand*. Victoria University of Wellington.
- Prikhidko, A., Long, H., & Wheaton, M. G. (2020). The effect of concerns about COVID-19 on anxiety, stress, parental burnout, and emotion regulation: the role of susceptibility to digital emotion contagion. *Frontiers in Public Health*, 8, 894. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.567250>
- Roskam, I., Brianda, M. E., & Mikolajczak, M. (2018). Um avanço na conceituação e medição do burnout parental: A Avaliação de Burnout Parental (PBA). *Frontiers in Psychology*, 9, 758. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00758>

- Roskam, I., Raes, M. E., & Mikolajczak, M. (2017). Exhausted parents: development and preliminary validation of the parental burnout inventory. *Frontiers in Psychology*, 8, 163. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00163>
- Sánchez-Rodríguez, R., Orsini, É., Laflaquière, E., Callahan, S., & Séjourné, N. (2019). Depression, anxiety, and guilt in mothers with burnout of preschool and school-aged children: Insight from a cluster analysis. *Journal of Affective Disorders*, 259, 244-250. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.08.031>
- Sánchez-Rodríguez, R., Perier, S., Callahan, S., & Séjourné, N. (2019). Revue de la littérature relative au burnout parental. *Canadian Psychology*, 60(2), 77. <https://dx.doi.org/10.1037/cap0000168>
- Séjourné, N., Sanchez-Rodriguez, R., Leboullenger, A., & Callahan, S. (2018). Maternal burn-out: an exploratory study. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 36(3), 276-288. <https://doi.org/10.1080/02646838.2018.1437896>
- Spinelli, M., Lionetti, F., Pastore, M., & Fasolo, M. (2020). Parents' stress and children's psychological problems in families facing the COVID-19 outbreak in Italy. *Frontiers in Psychology*, 11, 1713. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01713>
- Vigouroux, S. L., & Scola, C. (2018). Differences in parental burnout: influence of demographic factors and personality of parents and children. *Frontiers in Psychology*, 9, 887. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00887>
- Whittemore, R., Chao, A., Jang, M., Minges, K. E., & Park, C. (2014). Methods for knowledge synthesis: An overview. *Heart & Lung*, 43 (5), 453-61. <https://doi.org/10.1016/j.hrtlng.2014.05.014>
- World Health Organization- WHO. (2019). Gender and Women's Mental Health. [acesso 2021 Mar 24]. Disponível em: [https://www.who.int/mental\\_health/prevention/genderwomen/en/](https://www.who.int/mental_health/prevention/genderwomen/en/)