O Boletim de Conjuntura (BOCA) publica ensaios, artigos de revisão, artigos teóricos e empíricos, resenhas e vídeos relacionados às temáticas de políticas públicas.

O periódico tem como escopo a publicação de trabalhos inéditos e originais, nacionais ou internacionais que versem sobre Políticas Públicas, resultantes de pesquisas científicas e reflexões teóricas e empíricas.

Esta revista oferece acesso livre imediato ao seu conteúdo, seguindo o princípio de que disponibilizar gratuitamente o conhecimento científico ao público proporciona maior democratizacão mundial do conhecimento.



BOLETIM DE CONJUNTURA

BOCA

Ano III | Volume 6 | Nº 16 | Boa Vista | 2021

http://www.ioles.com.br/boca

ISSN: 2675-1488

http://doi.org/10.5281/zenodo.4699080

BOLETIM DE CONJUNTURA

www.ioles.com.br/boca

SÍNDROME DE BURNOUT:
REPERCUSSÕES NA SAÚDE DO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM

Luciana Salvador de Aquino[1]

Indiaria dos Santos Ribeiro[2]

Wesley Martins[3]

Resumo

A Síndrome de *Burnout* é caracterizada pelas sobrecargas de trabalho do profissional que lida diretamente com a população e com as demandas de trabalho em turnos exaustivos. O objetivo deste estudo foi realizar uma revisão integrativa da literatura a respeito das repercussões da síndrome de *Burnout* na saúde dos profissionais da enfermagem. O método do estudo foi a revisão integrativa da literatura. A coleta de dados foi realizada no período de agosto a setembro de 2020 em publicações dos últimos cinco anos. A busca foi realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS-BIREME), nas bases de dados Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e no portal *Scientific Eletronic Library Online* (SCIELO) utilizando os seguintes descritores: "Síndrome de Burnout"; "Enfermagem"; "Trabalho". Os resultados levantados reuniram 15 artigos e mostraram que, deve haver maior compromisso de gestores e de todos no ambiente de saúde para minimizar os riscos da doença. Conclui-se que existe a necessidade de criação e estruturação de programas que incentivem os profissionais de saúde a cuidar-se cada vez mais evitando o adoecimento no trabalho.

Palavras chave: Burnout. Cuidados. Enfermagem.

Abstract

The Burnout Syndrome is characterized by the work overload of the professional who deals directly with the population and the demands of working in exhaustive shifts. The aim of this study was to carry out an integrative literature review regarding the repercussions of Burnout syndrome on the health of nursing professionals. The study method was an integrative literature review. Data collection was carried out from August to September 2020 in publications from the last 05 years. The search was carried out in the Virtual Health Library (BVS-BIREME), in the Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences databases (LILACS) and in the Scientific Electronic Electronic Library On line (SCIELO) using the following descriptors: "Syndrome Burnout"; "Nursing"; "Job". The surveyed results gathered 15 articles and showed that, there must be a greater commitment from managers and everyone in the health environment to minimize the risks of the disease. It is concluded that there is a need to create and structure programs that encourage health professionals to take care of themselves more and more, avoiding illness at work.

Keywords: Burnout. Care. Nursing.

INTRODUÇÃO

O estresse pode ser definido como qualquer pressão exagerada ao indivíduo, podendo ter origens física, psicológica ou psicossocial. Hans Selye foi o primeiro estudioso que tentou definir estresse,

[1] Acadêmica do curso de Enfermagem do Centro Universitário Dinâmica das Cataratas. E-mail para contato: luciana.brytez@gmail.com

[2] Acadêmica do curso de Enfermagem do Centro Universitário Dinâmica das Cataratas. E-mail para contato: indiariaribeiro@autlook.com

[3] Doutor em Ciências pela Universidade de São Paulo (USP). Docente do curso de Enfermagem do Centro Universitário Dinâmica das Cataratas. E-mail para contato: e-mail: wesley.martins@udc.edu.br

atendo-se à sua dimensão biológica. De acordo com este autor (1959), o estresse é um elemento inerente a toda doença, que causa modificações na estrutura e na composição química do organismo e que podem ser observadas e mensuradas (ALMEIDA *et al*., 2014).

O estresse é o estado que se manifesta através da Síndrome Geral de Adaptação (SGA), esta síndrome abrange a dilatação do córtex da suprarenal, atrofia dos órgãos linfáticos e úlceras gastro-intestinais, além de perda de peso e outras alterações (SCHMITZ, 2015).

Para os autores supracitados, a SGA é um conjunto de respostas não específicas a uma lesão e desenvolve-se em três fases: na primeira fase há o alarme, que se manifesta agudamente. Na segunda fase diz respeito à resistência, quando as manifestações agudas desaparecem e a terceira fase vem a exaustão, quando ocorre a volta das reações da primeira fase e pode haver o colapso do organismo.

Assim, Selye afirmava que o estresse pode ser encontrado em qualquer das fases, embora suas manifestações sejam diferentes ao longo do tempo. Além disso, não é necessário que as três fases se desenvolvam para haver o registro da síndrome, uma vez que somente o estresse mais grave leva à fase de exaustão e à morte (FERNANDES, 2017).

Quando o organismo começa a retornar ao estado inicial, ou seja, após enfrentar um agente estressor, que o obrigou a retornar a se utilizar de energias e recursos próprios, denomina-se de homeostase, termo que surgiu e veio posteriormente para contribuir na compreensão e definição de estresse, sugerida pelo psicólogo Walter B. Cannen em 1932 (FERNANDES, 2017).

É no local de trabalho onde se estabelecem as demandas das tarefas e o profissional experimenta variados graus de controle sobre as atividades que executa. Diante desta situação, entendem-se que a tensão laboral resulta do desequilíbrio mantido entre as demandas que o exercício profissional exige, e as capacidades de afrontamento do trabalhador, tais fatores que podem levar ao estresse (TRINDADE *et al*., 2010).

O estresse é comum na vida das pessoas e também em seu ambiente de trabalho. Porém, quando os limites são ultrapassados, e o estresse torna-se crônico e relacionado ao trabalho, é definido como síndrome de Burnout, que se reflete pelo desgaste emocional, despersonalização e sentimento de ausência de competência (TRINDADE *et al*., 2010).

Tomando-se por base de que o ser humano representa uma dualidade, ou seja, o corpo realiza alterações na mente, e esta atua no corpo. Atualmente, a vida carregada de estresse, agitação e preocupações é fonte frequente de perturbações e doenças psicossomáticas (BORGES *et al*., 2014).

Para Trindade *et al*. (2010), os seres humanos estão expostos a diversas ocasiões de estresse que podem surgir no decorrer da vida. Nesse contexto, a equipe de enfermagem também tem seu espaço,

pois cotidianamente é exposta à sobrecarga física e mental nas exigências de seu trabalho como emergências, que impõem atividades que sobrecarregam o trabalhador.

Para França e Ferrari (2012) a situação de estresse é intensificada quando a jornada de trabalho é extensa, duplicada e, em algumas vezes, acompanhada de plantões. A equipe de enfermagem, que é a força maior de trabalho no âmbito hospitalar, passa por momentos estressantes continuamente e que levam a assegurar a precisão de se propor transformações organizacionais no ambiente de trabalho, objetivando reduzir estes fatores que acabam por refletir, na maioria das vezes, na saúde do trabalhador.

O indivíduo no seu local de trabalho, não pode pensar que as atividades possam ser um fardo pesado ou fator de infortúnio de desprazer. Ao contrário, deve possibilitar aos indivíduos meios de desenvolvimento de suas potencialidades e de auto realização. O Burnout vai além do estresse, e está associado mais especificamente ao trabalhador, ou seja, ao mundo laboral e torna-se crônico após um processo de estresse (FRANÇA; FERRARI, 2012).

Tomando essa base de escopo, o presente estudo objetiva realizar uma revisão integrativa da literatura a respeito das repercussões da síndrome de Burnout na saúde dos profissionais da enfermagem.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, pela qual permite a construção de uma análise ampla da literatura, contribuindo para discussões sobre métodos e resultados de pesquisas, assim como reflexões sobre a realização de futuros estudos, sendo que o objetivo inicial é obter um profundo entendimento de um determinado fenômeno, baseando-se em estudos existentes sobre a temática investigada. É necessário seguir os padrões de rigor metodológico, clareza na apresentação dos resultados, de modo que as características reais dos estudos incluídos na revisão fiquem claras.

Para a construção desta revisão integrativa optou-se por adotar as etapas estabelecidas a seguir (MENDES, 2008):

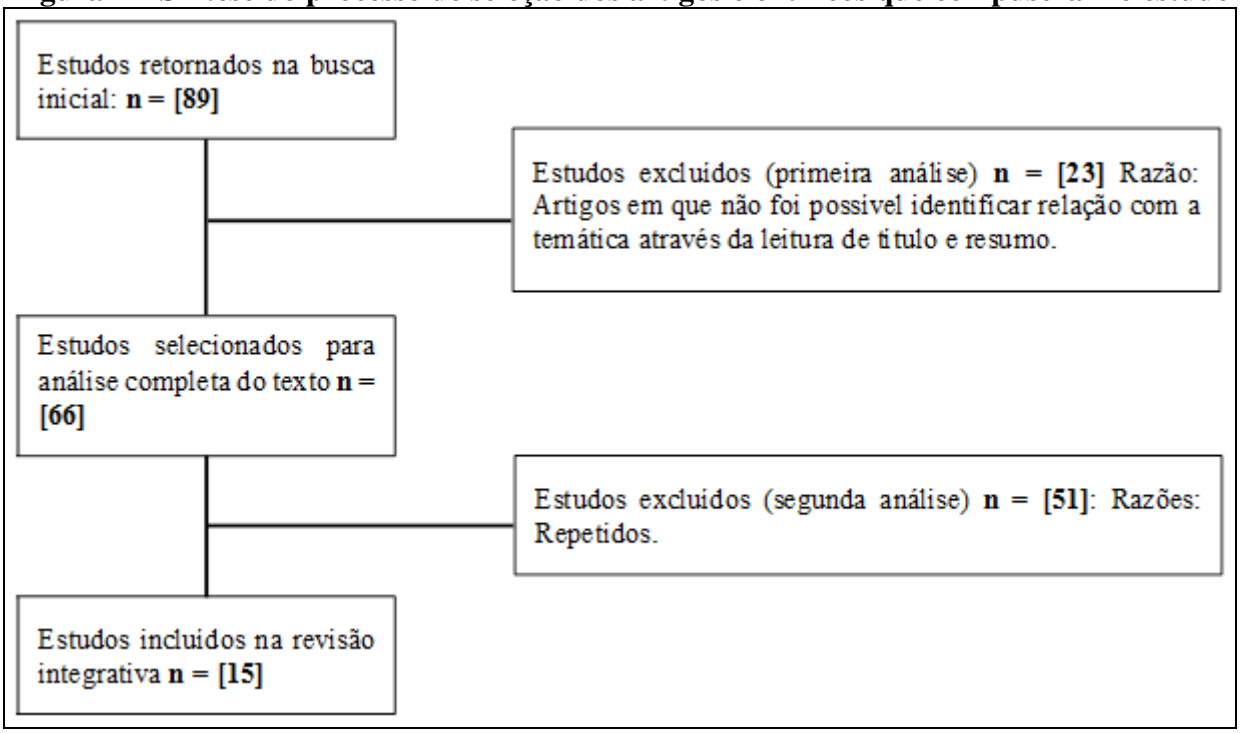
- 1ª: Identificação do tema e seleção da hipótese ou questão da pesquisa para elaboração da pesquisa integrativa.
- 2ª: Estabelecimento de critérios para a inclusão e exclusão de estudos/amostragem ou busca na literatura.
- 3ª: Definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados/categorização dos estudos.
- 4ª: Avaliação dos estudos.

- 5ª: Interpretação dos resultados.
- 6ª: Apresentação da revisão/síntese do conhecimento.

Os artigos selecionados são estudos descritivos, publicados nos últimos 10 anos de publicação, escritos nos idiomas português, disponíveis online ou em periódicos de circulação nacional. A coleta de dados ocorreu no período de agosto a setembro de 2020 em publicações dos últimos cinco anos. A busca foi realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS-BIREME), nas bases de dados Literatura Latino Americana e do Caribe em ciências da saúde (LILACS) e no portal Scientific Eletronic Library On line (SCIELO) utilizando os seguintes descritores: "Síndrome de Burnout"; "Enfermagem"; "Trabalho".

As publicações foram submetidas a uma leitura crítica para extração dos objetivos principais, dos resultados alcançados e da conclusão. Os resultados serão submetidos à análise descritiva, uma vez que as publicações obtidas apresentaram desenho, trajetória metodológica e desfechos distintos. A Figura 1, apresenta a síntese do processo de seleção dos artigos para revisão integrativa da literatura.

Figura 1 – Síntese do processo de seleção dos artigos científicos que compuseram o estudo



Fonte: Elaboração própria.

RESULTADOS E DISCUSSÂO

No Quadro 1 estão reunidas as sínteses dos artigos selecionados após o processo de filtragem. Estão organizados de acordo com as seguintes variáveis: identificação do artigo, título do estudo, Autores, revista e ano de publicação e objetivo do estudo.

Quadro 1 - Identificação dos artigos selecionados na revisão integrativa da literatura

ARTIGO	TÍTULO	AUTORES	REVISTA / ANO	OBJETIVO
A01	Síndrome de Burnout em profissionais de saúde: revisão da literatura	MOTA, G. S.; ALENCAR, C. M. S.; TAPETY, F. I.	Medicina e Saúde (2018)	Verificar a incidência e características da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde
A02	Cargas de trabalho e a saúde do trabalhador de enfermagem: revisão integrativa	CARVALHO, D. P. *et al*.	Cogitare enfermagem (2017)	Identificar a influência das cargas de trabalho na saúde do trabalhador de enfermagem
A03	Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva	FERNANDES, L. S; NITSCHE, M. J. T.; GODOY, I.	Journal of Research: Fundamental Care (2017)	Avaliar o nível da Síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem na Unidade de Terapia Intensiva
A04	Síndrome de Burnout: as novas formas de trabalho que adoecem	CÂNDIDO, J.; SOUZA, L. R.	Psicologia (2016)	Analisar a Síndrome de Burnout analisando suas causas, sintomas, a relação da tecnologia nas relações de trabalhos disfuncionais atuais e os tratamentos disponíveis
A05	Síndrome de Burnout e sua relação com a enfermagem	NUNES, D. S.; RANGEL, P. S. O.; NUNES, C. R.	Múltiplos @acessos: Revista Cientifica Interdisciplinar (2016)	Conhecer a Síndrome de Burnout, seus sinais e sintomas, assim como seu diagnóstico, tratamento e prevenção
A06	Fatores estressores para a equipe de enfermagem da Unidade de Terapia Intensiva	RODRIGUES; T. D. F.	REME (2016)	Investigar os fatores que geram estresse à equipe de enfermagem na UTI
A07	Síndrome de Burnout: Revisão Integrativa	ALMEIDA, A. M. S; LEITE, E. P; CRUZ, I. R. D.	EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires (2015)	Discutir acerca das características implicações e repercussões da Síndrome de Burnout para os profissionais da enfermagem.
A08	Síndrome de Burnout	MORALES, L.S.; MURILLO, L. F. H.	Revista de Medicina Legal de Costa Rica (2015)	Levantar estudos sobre a Síndrome de Burnout realizados na Costa Rica

A09	Síndrome de Burnout: uma proposta de análise sob enfoque analítico comportamental	SCHMITZ, G. A.	Periódicos da Universidade Estadual de Londrina (2015)	Descrever e analisar a Síndrome de Burnout a partir de uma perspectiva analítico-comportamental.
A10	Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem	SILVA, R. N. S. *et al*.	Revista Saúde em Foco (2015)	Levantar na literatura cientifica estudos sobre a Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem
A11	A síndrome de burnout em enfermeiros na estratégia de saúde da família	HOLMES, E.S. *et al*.	Periódicos UFP (2014)	Identificar a prevalência da Síndrome de Burnout nos enfermeiros das Unidades de Atenção Primária a Saúde com a Estratégia de Saúde da Família (ESF) do Sistema Único de Saúde de Juiz de Fora
A12	Síndrome de Burnout e os aspectos sociodemográficos em profissionais de enfermagem	FRANÇA, F. M.; FERRARI, R.	Acta Paulista de Enfermagem (2012)	Demonstrar a incidência da Síndrome de Burnout (SB) de acordo com os aspectos sociodemográficos dos profissionais de enfermagem que atuam em dois hospitais regionais, no município de Cáceres-MT
A13	Síndrome de Burnout	PAGANINI, D. D.	Revista da Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC (2012)	Analisar as causas e consequências da denominada: Síndrome de Burnout, caracterizada como um tipo de estresse ocupacional, enfatizando os meios estratégicos de lidar com este tipo de problema
A14	Estratégias e intervenções no enfrentamento da Síndrome de Burnout	MORENO, F.N. *et al*.	Revista Enfermagem UERJ (2011)	Revisar na literatura sobre estratégias e intervenções no tratamento da síndrome de burnout
A15	Síndrome de Burnout entre os trabalhadores da estratégia da saúde da família	TRINDADE, L. L.; LAUTERT, L.	Revista da Escola de Enfermagem USP (2010)	Identificar os trabalhadores com a Síndrome de Burnout e as variáveis associadas a este distúrbio

Fonte: Elaboração própria. Bases de dados: Scielo; BIREME; LILACS; BVS.

Após a sumarização dos estudos encontrados, os mesmos foram categorizados por assuntos correlatos, a fim de melhorar a organização para responder ao objetivo proposto no estudo. A Tabela 1 expõe essa categorização.

Tabela 1 – Categorias que emergiram após a coleta de dados da revisão integrativa da literatura, Brasil, 2020

CATEGORIAS	N
Categoria 1 - o estresse e a síndrome de *burnout* - sinais e sintomas	5
Categoria 2 - estresse ocupacional e a sindrome de *burnout*	4
Categoria 3 - os sinais e sintomas da síndrome de *burnout*	3
Categoria 4 - diagnóstico e tratamento da síndrome de *burnout*	3
TOTAL	**15**

Fonte: Elaboração própria. Base: Coleta de dados.

O ESTRESSE E A SÍNDROME DE *BURNOUT* - SINAIS E SINTOMAS

O estresse pode ser definido, como qualquer pressão exagerada ao indivíduo, podendo ter origens física, psicológica ou psicossocial. Hans Selye foi o primeiro estudioso que tentou definir estresse, atendo-se à sua dimensão biológica. De acordo com este autor (1959), o estresse é um elemento inerente a toda doença, que causa modificações na estrutura e na composição química do organismo e que podem ser observadas e mensuradas (ALMEIDA *et al*., 2014).

O estresse é o estado que se manifesta através da Síndrome Geral de Adaptação (SGA), esta síndrome abrange a dilatação do córtex da suprarenal, atrofia dos órgãos linfáticos e úlceras gastro-intestinais, além de perda de peso e outras alterações (SCHMITZ, 2015).

A SGA para Schmitz (2015) é um conjunto de respostas não específicas a uma lesão e desenvolve-se em três fases: na primeira fase há o alarme, que se manifesta agudamente. Na segunda fase diz respeito à resistência, quando as manifestações agudas desaparecem e a terceira fase vem a exaustão, quando ocorre a volta das reações da primeira fase e pode haver o colapso do organismo.

Assim, Selye afirmava que o estresse pode ser encontrado em qualquer das fases, embora suas manifestações sejam diferentes ao longo do tempo. Além disso, não é necessário que as três fases se desenvolvam para haver o registro da síndrome, uma vez que somente o estresse mais grave leva à fase de exaustão e à morte (FERNANDES, 2017).

Quando o organismo começa a retornar ao estado inicial, ou seja, após enfrentar um agente estressor, que o obrigou a retornar a se utilizar de energias e recursos próprios, denomina-se de homeostase, termo que surgiu e veio posteriormente para contribuir na compreensão e definição de estresse, sugerida pelo psicólogo Walter B. Cannen em 1932 (FERNANDES, 2017).

É no local de trabalho onde se estabelecem as demandas das tarefas e o profissional experimenta variados graus de controle sobre as atividades que executa. Diante desta situação, entendem-se que a tensão laboral resulta do desequilíbrio mantido entre as demandas que o exercício profissional exige, e as capacidades de afrontamento do trabalhador, tais fatores que podem levar ao estresse (TRINDADE *et al*., 2010).

O estresse é comum na vida das pessoas e também em seu ambiente de trabalho. Porém, quando os limites são ultrapassados, e o estresse torna-se crônico e relacionado ao trabalho, é definido como síndrome de Burnout, que se reflete pelo desgaste emocional, despersonalização e sentimento de ausência de competência (TRINDADE *et al*., 2010).

Tomando-se por base de que o ser humano representa uma dualidade, isto quer dizer que, o corpo realiza alterações na mente, e esta atua no corpo. Atualmente, a vida carregada de estresse, agitação e preocupações é fonte frequente de perturbações e doenças psicossomáticas (BORGES *et al*., 2014).

Para Trindade *et al*. (2010) os seres humanos estão expostos a diversas ocasiões de estresse que podem surgir no decorrer da vida. Nesse contexto, a equipe de enfermagem também tem seu espaço, pois cotidianamente é exposta à sobrecarga física e mental nas exigências de seu trabalho como emergências, que impõem atividades que sobrecarregam o trabalhador.

Para França e Ferrari (2012) a situação de estresse é intensificada quando a jornada de trabalho é extensa, duplicada e, em algumas vezes, acompanhada de plantões. A equipe de enfermagem, que é a força maior de trabalho no âmbito hospitalar, passa por momentos estressantes continuamente e que levam a assegurar a precisão de se propor transformações organizacionais no ambiente de trabalho, objetivando reduzir estes fatores que acabam por refletir, na maioria das vezes, na saúde do trabalhador.

O indivíduo no seu local de trabalho, não pode formar um fardo pesado ou fator de infortúnio de desprazer. Ao contrário, deve possibilitar aos indivíduos meios de desenvolvimento de suas potencialidades e de auto realização. O Burnout vai além do estresse, e está associado mais especificamente ao trabalhador, ou seja, ao mundo laboral e torna-se crônico após um processo de estresse (FRANÇA; FERRARI, 2012).

ESTRESSE OCUPACIONAL E A SINDROME DE *BURNOUT*

A aceleração das mudanças organizacionais cada vez mais presentes nas instituições e com a implementação de novos modelos de gestão, todos os trabalhadores se defrontam com uma rotina diária

cada vez mais desgastante, o que propicia cada vez mais atenção às tensões decorrentes do ambiente de trabalho e ao estresse ocupacional (FERNANDES, 2017).

No século XX, eventos emocionalmente relevantes eram associados a doenças físicas e mentais sem maior atenção da ciência. No início do Século XX, o médico inglês William Osler relacionou o termo "stress" (eventos estressantes) com trabalho excessivo e o termo "strain" (reação do organismo ao stress) com preocupação e sugeriu, em 1910, que o excesso de trabalho e de preocupação estivesse associado a doenças coronárias (FERNANDES, 2017).

Conhecido também por Estresse Laboral, alguns autores assinalam que não se trata de uma síndrome específica, mas de um tipo de estresse que se dá no contexto laboral, ou seja, do trabalho (CARVALHO *et al*., 2017).

O impacto das condições laborais sobre a saúde dos trabalhadores levou o Ministério da Saúde em 1999 a elaborar o documento intitulado “Doenças Ocupacionais e Acidentes de Trabalho”, que reconhece o trabalho como “importante fator de adoecimento, desencadeamento e crescente aumento de distúrbios psíquicos”. A partir dessa concepção, instituiu a Portaria nº 1.339, que cita um conjunto de doenças relacionadas ao trabalho, abrangendo os transtornos mentais e comportamentais. Nesse documento, a Síndrome de Burnout é descrita no grupo intitulado “Transtornos mentais e do comportamento relacionados com o trabalho”. É definida como uma sensação de “estar acabado” (“Síndrome de Burn-Out”, “Síndrome do Esgotamento Profissional”), relacionada ao ritmo penoso, dificuldades físicas e mentais ligadas ao trabalho (SCHMITZ, 2015).

No âmbito hospitalar, a relação entre profissional e paciente é, na maioria, carregada de fortes emoções. A frequência deste tipo de experiências pode acarretar o profissional, desencadeando a exaustão emocional, pois constantemente o mesmo deve se adaptar as estas demandas e assim em algumas situações reage com o afastamento por se sentir comprometido emocionalmente e muitas vezes por se sentir menos capaz diante de algumas experiências. Tais sentimentos formam as três dimensões que desenham a Síndrome de Burnout (SB): Exaustão Emocional, Despersonalização e Baixa Realização Profissional (ALMEIDA, 2014).

OS SINAIS E SINTOMAS DA SÍNDROME DE *BURNOUT*

Para Holmes *et al*. (2014) os sintomas físicos compreendem a sensação de fadiga constante e progressiva, distúrbios do sono, dores musculares e gastrointestinais, imunodeficiência, transtornos cardiovasculares, distúrbios do sistema respiratório, disfunções sexuais e alterações musculares nas mulheres. Dentre os sintomas psíquicos, temos a falta de atenção, alterações de memória, falta de

concentração, sentimento de alienação, de solidão, de insuficiência, impaciência, desânimo, desconfiança e paranoia.

Quanto aos sintomas comportamentais, se nota pela falta ou excesso de senso crítico, irritabilidade, agressividade, incapacidade para relaxar, dificuldade de aceitação de mudanças, perda de iniciativa, aumento de consumo de substâncias como, por exemplo, o tabaco e o álcool, entre outros. Como sintomas defensivos, podemos encontrar a tendência ao isolamento, sentimento de onipotência, perda do interesse pelo trabalho ou pelo lazer e cinismo (HOLMES *et al*., 2014).

Este processo de desgaste emocional, é visto por constantes afastamentos, pois o indivíduo utiliza este recurso como estratégia, além disso, o indivíduo perde o interesse pela relação com outras pessoas. O acúmulo de exaustão acarreta transtornos emocionais. Todo este transtorno atinge, inclusive, a interpretação que o indivíduo faz das reações dos outros, onde nota-se afastamento das relações interpessoais (CÂNDIDO; SOUZA, 2016).

Na Classificação Internacional de Doenças (CID), o esgotamento profissional é reconhecido pelo código Z73.0, e no Brasil, o sinônimo de Síndrome de Burnout é dito como um transtorno mental relacionado com o trabalho, por acometer indivíduos de qualquer realidade que estão vulneráveis a estas demandas que afetam o bem-estar físico e mental (MORALES; MURILLO, 2015).

Assim, enfermeiros, auxiliares e Técnicos de Enfermagem em especial, são os mais identificados como aqueles que possuem maior incidência da Síndrome de Bournout, uma vez que mantêm contato direto com pacientes e familiares, sendo expostos constantemente a situações estressantes como a morte, entre outras situações do cotidiano. Existem ainda, certas questões como a indefinição do papel profissional, a sobrecarga de trabalho, a pequena autonomia e autoridade na tomada de decisões que contribuem para o desenvolvimento da doença (FRANÇA *et al*., 2014).

No local de trabalho onde se estabelecem as demandas das tarefas e o profissional experimenta variados graus de controle sobre as atividades que executa, estão o ponto de partida para a tensão laboral, tais fatores que podem levar ao estresse (FERNANDES *et al*., 2017).

Fatores presentes no dia-a-dia no trabalho, como a sobrecarga de atividades, excesso de cobranças e frustração e falta de expectativas, são característicos de um ambiente de trabalho problemático e são vistos como desencadeadores da Síndrome de Burnout. Além disso, alguns padrões comportamentais individuais apresentam maior probabilidade de serem afetados pelo ambiente de trabalho, tais como tendência a assumir muitas responsabilidades, cobrança excessiva em relação ao próprio desempenho e falta de habilidades específicas para a função exercida (MOTA *et al*., 2017).

A Síndrome de Burnout pode estar relacionada à maneira como se organiza o trabalho. Pessoas altamente dedicadas e em busca de um ideal, podem se frustrar quando esta meta não é atingida (NUNES *et al*., 2016).

Portanto, por meio da Portaria GM 1823/2012, no ano de 2012, foi instituída a Política Nacional de Saúde do Trabalhador, que alinhada ao conjunto de políticas de saúde no âmbito do SUS, considera a transversalidade as ações de saúde do trabalhador e o trabalho como um dos fatores determinantes para o processo saúde-doença (NUNES *et al*., 2016).

Sendo assim, a Síndrome de Burnout se caracteriza por um conjunto de sintomas que abrange o esgotamento físico, psíquico e emocional, e pode ter também como causa a má adaptação a um trabalho estressante e com grande carga tensional. A doença é conseqüência da tensão emocional crônica gerada a partir do contato direto e excessivo com grandes responsabilidades que tornam a vida do profissional desgastante ao extremo (FRANÇA *et al*., 2014).

DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO DA SÍNDROME DE *BURNOUT*

No que diz respeito ao diagnóstico da Síndrome de Burnout, existem alguns instrumentos que têm sido utilizados para esse fim. No Brasil, há estudos com o IBP – Inventário de Burnout para Psicólogos, que afere o Burnout em psicólogos, o CBB – Cuestionário Breve de Burnout de Moreno Jimenez e o CBP-R – *Cuestionário* de Burnout para Professores Revisados, que estão sendo efetuado pelo GEPEB – Grupo de Estudos e Pesquisas sobre Estresse e Burnout, contudo, destaca-se o instrumento Maslach Burnout Inventory (M.B.I.), um questionário amplamente difundido no mundo todo para a avaliação de burnout em termos das três dimensões que, segundo a perspectiva psicossocial, compõem a síndrome. Esse questionário é composto por 22 itens, onde o sujeito avaliado, responde com uma frequência de 6 graus, isto é, frente a cada um dos itens, indica-se o grau de intensidade ou frequência, variando de (7) totalmente em acordo a (1) totalmente em desacordo (MORENO *et al*., 2000).

Pelo M.B.I., são analisadas três subescalas denominadas de “exaustão emocional”, “despersonalização” e “realização pessoal”. A “exaustão emocional” é composta por 09 questões, que traduzem sentimentos de estar emocionalmente exausto e esgotado com o trabalho (RODRIGUES, 2016).

A “despersonalização”, formada por 05 itens descreve respostas impessoais. A “realização pessoal”, constituída por 08 questões, descreve sentimentos ao nível da capacidade e sucesso alcançados no trabalho com pessoas e, esta última está inversamente correlacionada com a síndrome. Quanto à

interpretação das pontuações, um nível baixo de Burnout reproduz-se em scores baixos nas subescalas de "exaustão emocional" e "despersonalização" e escores elevados na "realização pessoal". Um nível médio de Burnout é representado por valores médios nos escores das três subescalas e um nível alto de Burnout revela-se em scores altos para as subescalas de "exaustão emocional" e "despersonalização" e scores baixos na "realização pessoal" (PAGANINI, 2012).

É importante destacar que a utilização isolada de algum desses instrumentos não garante uma avaliação correta do Burnout. Faz-se necessário, além do conhecimento profundo nessa temática, o levantamento de informações através de entrevistas (com o interessado, assim como com companheiros de trabalho e família), avaliar as condições organizacionais da instituição onde vinham sendo desenvolvidas as atividades ocupacionais e instrumentos que permitam uma avaliação extensa das condições psicológicas (MORENO *et al*., 2011).

O conjunto desses elementos subsidiará a realização de um bom diagnóstico e inclusive a determinação de um diferencial em relação ao estresse e/ou depressão e considera-se de fundamental importância o conhecimento sobre Burnout, bem como sua avaliação, uma vez que esses fatores consistem nos primeiros passos para o caminho da manutenção da saúde e da qualidade de vida do trabalhador exposto aos fatores de risco dessa síndrome (SILVA *et al*., 2015).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foram levantados 15 artigos sobre a temática "Síndrome de Burnout e as repercussões na saúde do profissional de enfermagem". Os autores discutiram sobre cotidiano do enfermeiro e suas equipes e a relação com o adoecimento resultante da exposição dos profissionais ao estresse extremo vivenciados no ambiente laboral.

Algumas categorias emergiram diante dos levantamentos das publicações, iniciando pelo estresse e a Síndrome de Burnout e os sinais e sintomas relacionados. Frente a isso, pode-se refletir que as situações estressoras podem desencadear no organismo vários alarmes de que algo está sendo conduzido de maneira não satisfatória e o profissional começa a sentir sinais como insônia, irritabilidade, falta de atenção que se estende para todo o tempo de sua vida laboral, dificultando os relacionamentos no ambiente e o desenvolvimento de tarefas diárias.

A categoria sobre o estresse ocupacional e a Síndrome de Burnout, trouxe o questionamento sobre o quanto o desgaste ocorrido no trabalho por turnos estressores, falta de descanso e alimentação irregular podem afetar o organismo e que a Síndrome de Burnout é considerada pelo Ministério da

Saúde, uma alerta e deve ser levada em consideração por se tratar de uma doença adquirida no ambiente laboral principalmente.

Na categoria sobre os sinais e sintomas da Síndrome de Burnout, os estudos mostraram que diante da correria e da agitação, o profissional pode não perceber que está ficando adoecido devido à sobrecarga de trabalho e assim, os sintomas podem se agravar até afastá-lo definitivamente das atividades de trabalho, atrapalhando sua qualidade de vida.

Quanto à categoria sobre diagnósticos e tratamentos, é importante ressaltar que os estudos afirmam que, quanto antes o profissional perceber os sinais e sintomas, melhor será o tratamento e a recuperação da doença.

Assim, os estudos destacam que, é no local de trabalho onde se estabelecem as demandas das tarefas e o profissional experimenta variados graus de controle sobre as atividades que executa. Diante desta situação, entendem-se que a tensão laboral resulta do desequilíbrio mantido entre as demandas que o exercício profissional exige, e as capacidades de afrontamento do trabalhador, tais fatores que podem levar ao estresse e a Síndrome de Burnout, onde o indivíduo manifestará vário sintomas entre eles a depressão, o distanciamento, os problemas cardíacos, entre outros, e precisará ser afastado do trabalho. Assim estratégias como olhar para si mesmo, procurar ajuda se sentir-se desanimado, desinteressado, irritado, é um bom começo para a prevenção de complicações. Desta forma, se faz de grande importância mudanças no ambiente laboral.

As empresas de saúde devem colaborar no sentido de dar suporte psicológico, oferecer condições de trabalho que sejam de qualidade. A relação entre gestores e profissionais deve ser de cortesia, respeito e valorização e de oportunidades de crescimento, para que minimizem as chances de descontentamento e doenças causadas por um ambiente que não atende o mínimo de condições exigidas para que o trabalhador tenha dignidade, conforto e a promoção e atenção à saúde no trabalho.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A. M. S; LEITE, E. P.; CRUZ, I. R. D. “Síndrome de Burnout: Revisão Integrativa”. **EFDeportes.com: Revista Digital**, vol. 19, n. 200, Enero, 2015.

BORGES, G. D. F. **Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem atuantes em Unidade de Emergência Hospitalar** (Monografia de Especialização em Enfermagem). Florianópolis: UFSC, 2014.

CANDIDO, J.; SOUZA, L. R. “Síndrome de Burnout: As novas Formas de Trabalho que Adoecem”. **psicologia.pt: O portal dos psicólogos**, vol. 1, n. 1, 2016.

CARVALHO, D. P. *et al*. "Cargas de Trabalho e a Saúde do Trabalhador de Enfermagem: Revisão Integrativa". **Revista Cogitare Enfermagem**, vol. 22, n. 1, 2017.

FERNANDES, L. S.; NITSCHE, M. J. T.; GODOY, I. "Burnout Syndrome in Nursing Professionals from an Intensive Care Unit". **Cuidado Fundamental**, vol. 9, n. 2, 2017.

FRANÇA, F. M.; FERRARI, R. "Síndrome de Burnout e os Aspectos Sócio-Demográficos em Profissionais de Enfermagem". **Acta Paulista de Enfermagem**, vol. 25, n. 5, 2012.

FRANÇA, T. L. B. "Síndrome de Burnout: Característica, Diagnóstico Fatores de Risco e Prevenção". **Revista Enfermagem UFPE**, vol. 8, n. 10, 2014.

HOLMES, E. S.; SANTOS, S. R.; FARIAS, J. A.; COSTA, M. S. "Síndrome de Burnout em Enfermeiros da Estratégia da Saúde da Família". **Revista Enfermagem UFPE**, vol. 8, n. 7, 2014.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVAO, C. M. "Revisão integrativa**:** método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem". **Texto contexto - Enfermagem**, vol. 17, n. 4, 2008.

MORALES, L. S.; MURILLO, L. F. H. "Revisón Bibliográfica: Síndrome de Burnout". **Medicina Legal de Costa Rica**, vol. 32, n. 1, 2015.

MORENO, F. N.; GIL, G. P.; HADDAD, M. C. L.; VANNUCHI, M. T. O. "Estratégias e Intervenções no enfrentamento da Síndrome de Burnout". **Revista de Enfermagem**, vol. 19, n. 1, 2011.

MOTA, G. S.; ALENCAR, C. M. S.; TAPETY, F. I. "Síndrome de Burnout em Profissionais de Saúde: Uma Revisão Bibliográfica da Literatura". **Revista** Eletrônica Acervo Saúde, vol. 5, n. 1, 2017.

NUNES, D. S.; RANGEL, P. S. O.; NUNES, C. R. "Síndrome de Burnout e sua relação com a enfermagem". **Múltiplos @cessos: Revista Científica Interdisciplinar**, vol. 1, n. 1, 2016.

PAGANINI, D. D. **Síndrome de Burnout** (Monografia de Especialização em Enfermagem). Criciúma: UNESC, 2012.

RODRIGUES, T. D. F. "Fatores Estressores para a Equipe de Enfermagem da Unidade de Terapia Intensiva". **Revista Mineira de Enfermagem**, vol. 16, n. 3, 2012.

SCHMIDTZ, D. R. C.; PALADINI, M.; BIATO, C.; PAIS, J. D.; OLIVEIRA, A. R. "Qualidade de Vida no Trabalho e Burnout em Trabalhadores de Enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva". **Revista Brasileira de Enfermagem**, vol. 66, n. 1, 2013.

SCHMITZ, G. A. **Síndrome de Burnout: Uma Proposta de Análise sob Enfoque Analítico-Comportamental** (Dissertação em Análise do Comportamento). Londrina: UEL, 2015.

SILVA, R. N. S.; SILVA, L. P.; COSTA, M. C. M.; MENDES, J. R. "Síndrome de Burnout em Profissionais da Enfermagem". **Revista Saúde em Foco**, vol. 2, n. 2, 2015.

SIMÕES, J. "Prevalência da Síndrome de Burnout e Qualidade do Sono em Trabalhadores de Enfermagem". **Revista Saúde e Pesquisa**, vol. 9, n. 3, 2016.

TRINDADE, L. L.; LAUTERT, L. "Síndrome de Burnout entre os trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família". **Revista Escola de Enfermagem USP**, vol. 44, n. 2, 2010.



BOLETIM DE CONJUNTURA (BOCA)

Ano III | Volume 6 | Nº 16| Boa Vista |2021

http://www.ioles.com.br/boca

Editor chefe:

Elói Martins Senhoras

Conselho Editorial

Antonio Ozai da Silva, Universidade Estadual de Maringá

Vitor Stuart Gabriel de Pieri, Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Charles Pennaforte, Universidade Federal de Pelotas

Elói Martins Senhoras, Universidade Federal de Roraima

Julio Burdman, Universidad de Buenos Aires, Argentina

Patrícia Nasser de Carvalho, Universidade Federal de Minas Gerais

Conselho Científico

Claudete de Castro Silva Vitte, Universidade Estadual de Campinas

Fabiano de Araújo Moreira, Universidade de São Paulo

Flávia Carolina de Resende Fagundes, Universidade Feevale

Hudson do Vale de Oliveira, Instituto Federal de Roraima

Laodicéia Amorim Weersma, Universidade de Fortaleza

Marcos Antônio Fávaro Martins, Universidade Paulista

Marcos Leandro Mondardo, Universidade Federal da Grande Dourados

Reinaldo Miranda de Sá Teles, Universidade de São Paulo

Rozane Pereira Ignácio, Universidade Estadual de Roraima