



## **OCORRÊNCIA DA SÍNDROME DE BURNOUT NOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM: REVISÃO DE LITERATURA**

BISCARO, Larissa<sup>1</sup>

PINTO, Adriana A.M.<sup>2</sup>

2

### **RESUMO**

A Síndrome de Burnout atualmente é considerada um problema de saúde pública. É uma patologia, que se caracteriza pela despersonalização, estresse e consequências físicas e emocionais na vida dos profissionais de enfermagem, além de todos os problemas que podem ser causados no seu ambiente de trabalho. Quando a Síndrome de Burnout é identificada precocemente e o tratamento realizado corretamente, o enfermeiro poderá desenvolver suas atividades de forma segura, garantindo a qualidade da assistência de enfermagem prestada.

Palavras-chave: Enfermagem. Esgotamento Profissional. Trabalho.

### **ABSTRACT**

Burnout Syndrome is currently considered a public health problem. It is a pathology, characterized by depolarization, stress and physical and emotional consequences in the lives of nursing professionals, in addition to all the problems that can be caused in their work environment. When Burnout Syndrome is identified early and the treatment performed correctly, the nurse can safely perform their activities, ensuring the quality of the nursing care provided.

Nursing. Burnout, Professional. Work.

**1 Discente do curso de Enfermagem da Faculdade de Ensino Superior e Formação Integral – FAEF; E-mail: larissabiscaro@gmail.com**

**2 Docente do curso de Enfermagem da Faculdade de Ensino Superior e Formação Integral – FAEF; E-mail: driavanzi1981@gmail.com**

## 1. INTRODUÇÃO

A síndrome de Burnout (SB), muitas vezes é confundida com o estresse, mas trata-se de um desgaste profissional, onde o indivíduo sofre no ambiente de trabalho. No entanto é um distúrbio psíquico de caráter depressivo, caracterizado por despersonalização, sentimentos de insatisfação profissional e exaustão emocional (FREIDENBERGER, 1974).

Os primeiros relatos da descrição do termo Burnout, foi realizada pelo psicólogo H. J. Freudenberger em 1974, que observou o sofrimento existente entre profissionais que atendiam pacientes dependentes de substâncias químicas (FRANÇA; RODRIGUES, 1997).

Posteriormente, em 1986, Maslach foi a primeira autora a publicar sobre desgaste profissional. A palavra “*burn*” do inglês, significa queima e “*out*” significa exterior, queima exterior do indivíduo relacionado a vida profissional das pessoas, definido por Herbert J. Freidenberger (BENEVIDES; PEREIRA, 2010).

No ambiente de trabalho, o enfermeiro, espera o reconhecimento profissional e isso por muitas vezes não é alcançado. Desta maneira, o mesmo pode se sentir pouco valorizado, podendo causar frustração e conseqüentemente diminuindo o seu rendimento no trabalho e afetando inclusive sua vida pessoal (BORGES, 2002).

A profissão enfermagem, requer muita dedicação, conhecimento técnico-científico e amor ao próximo, além disso, o enfermeiro assume o papel de líder e é responsável por delegar as funções da equipe de enfermagem, bem como é o mediador da equipe multidisciplinar, buscando ofertar uma assistência de enfermagem de maneira integral e humanizada ao indivíduo (COSTA, 1978).

De acordo com a Health Education Authority, a enfermagem é a quarta profissão mais estressante no setor público. O desenvolvimento da síndrome de Burnout na área, pode ser desencadeada por diversos fatores, dentre eles: a insatisfação e falta de reconhecimento profissional; as longas jornadas de trabalho; o número insuficiente de profissionais; exposições aos riscos físicos e químicos; o desgaste provocado pelo constante contato com os pacientes; o sofrimento e a morte; os conflitos interpessoais; o baixo salário; a alta complexidade que a profissão exige; a alta demanda de pacientes; a falta de apoio e de motivação; o ambiente insalubre. Adicionalmente, o profissional que desenvolve a doença, poderá desenvolver outras patologias, que podem inclusive resultar em desistência do trabalho (TRINDADE, 2007).

## **2. DESENVOLVIMENTO**

### **2.1 Material e métodos**

Trata-se de um estudo de revisão de literatura por meio da base de dados Scientific Electronic Library Online (SCIELO) com os descritores: Enfermagem, Esgotamento Profissional, Trabalho, sendo encontrados no total 103 artigos, após a leitura dos resumos, foram extraídos 20 artigos e destes 8 utilizados para os fichamentos. Como critérios de inclusão, considerou-se: artigos nacionais, disponíveis na íntegra, produzidos no período de 2000 a 2017, sendo excluídos os demais trabalhos que não se relacionam com a temática. O estudo foi elaborado através do programa Bolsa de Iniciação Científicas (BIC) da Faculdade de Ensino Superior e Formação Integral de Garça - FAEF.

### **2.2 Revisão de Literatura**

A SB pode ocorrer em qualquer profissional da área da saúde e em qualquer área específica, mas estudos indicam, que na enfermagem especificadamente, acomete principalmente os profissionais da Unidade de Terapia Intensiva, por ser um setor com pacientes mais complexos, conseqüentemente com maior demanda de cuidados e responsabilidades.

No ambiente do trabalho, a função do enfermeiro é cuidar do ser humano, de forma íntegra, com respeito, dignidade, pois o indivíduo se encontra em sofrimento devido a fatores biológicos, sociais e emocionais. Por muitas vezes, o indivíduo visualiza no enfermeiro a esperança, o cuidado ou até mesmo, alguém em que possa confiar, que saiba ouvir suas necessidades, trazendo palavras de incentivo e conforto. Contudo, frequentemente o profissional está sob pressão, em estresse constante, com sobrecarga de trabalho e devido a estes fatores, pode acabar não desenvolvendo o cuidado de maneira integral e humanizada, o que desqualifica a assistência prestada (CODDO, 2000).

Com relação aos sinais e sintomas que podem acometer o profissional e ser sugestivo de SB, destacam-se: cansaço, irritabilidade, úlceras digestivas, dores musculares e de coluna, problemas com o sono, alergias, perda de peso, esgotamento emocional, mal estar geral, falta de realização pessoal, entre outros. Segundo o Ministério da Saúde (2001) a evolução da SB, possui quatro fases: a primeira é caracterizada pela falta de prazer e ânimo para ir trabalhar; a segunda pela sensação de perseguição e com isso o profissional evita de relacionar-se com os outros membros da equipe, também é caracterizado pela rotatividade de emprego; na terceira fase ocorre diminuição da habilidade ocupacional, surgindo as patologias psicossomáticas, e por fim na quarta etapa, pode ocorrer o uso de drogas, álcool e ideias suicidas (BRASIL, 2011; ABREU et al., 2015).

Ainda, de acordo com o Ministério da Saúde (2001) é necessário procedimentos de vigilância dos transtornos mentais e do comportamento relacionado ao trabalho. Dentre as atitudes, que podem ser tomadas, destacam-se:

- O reconhecimento prévio das atividades e locais de trabalho (identificação dos riscos);
- Identificação do problema ou dano potencial para a saúde do trabalhador;



Ano II – Volume II – Número III – Mês Junho/2019

- Implantação de medidas a serem adotadas para eliminar os fatores de risco;
- Realização de campanhas no sentido de educar e informar o trabalhador sobre a síndrome.

Quando o enfermeiro apresenta os sintomas mencionados acima, recomenda-se que o tratamento seja de forma individualizada de acordo com cada caso, com intervenções psicossociais, tratamento farmacológico e psicoterapia, com o intuito de ajudar o indivíduo a retomar sua atuação profissional, sem quaisquer danos físicos e psicológicos. Portanto, orienta-se a realização de atividade física, estimular o relacionamento interpessoal, atitudes, que podem resultar na diminuição da sobrecarga emocional e melhora da qualidade de vida, bem como, garantir a qualidade da assistência de enfermagem prestada (ALMEIDA; SOUZA; CARLOTTO, 2009; GIL, 2002)

### 3. CONCLUSÃO

O enfermeiro quando desenvolve a SB e a mesma não é diagnosticada precocemente, pode ter sua vida profissional afetada, e conseqüentemente a assistência prestada, pois não consegue desenvolver suas atividades cotidianas de forma integral, humanizada e qualificada.

Nesse contexto, são necessárias políticas públicas de saúde, eficazes para a prevenção da SB, bem como, ações de educação em saúde para a população e os profissionais de saúde.

Como estudante de enfermagem, percebo o quanto é necessário conhecermos sobre a síndrome de burnout, para identificarmos precocemente e alertarmos os nossos futuros colegas de profissão.

### 4. REFERÊNCIAS

ABREU, S. A. et al. Determinação dos sinais e sintomas da síndrome de Burnout através dos profissionais da saúde da santa casa de caridade de Alfenas nossa senhora do perpétuo socorro. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, Três Corações, v. 13, n. 1, p. 204-238, 2015. Disponível em: [http://periodicos.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/1953/pdf\\_303](http://periodicos.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/1953/pdf_303). Acesso em: 22 set. 2018.

ALMEIDA, K.M; SOUZA, L.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout em funcionários de uma fundação de Proteção e Assistência Social. **Revista Psicologia**; Organizações e Trabalho. Florianópolis, v.9, n.2, p.86-96, 2009.

BENEVIDES; PEREIRA A.M.T: Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do Trabalhador.4.ed. São Paulo; Casa do Psicólogo,2010.

BORGES, L. O. et al A síndrome de burnout e os valores organizacionais: um estudo comparativo em hospitais universitários. **Psicol. Reflex. Crit.**, Porto Alegre , v. 15, n. 1, p. 189-200, 2002 . Disponível em:

<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S010279722002000100020&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010279722002000100020&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 20 Set. 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-79722002000100020>.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Doenças relacionadas ao trabalho**. Manual de procedimentos para os serviços de saúde. Série A. Normas e manuais técnicos, nº 114. Brasília: MS, 2001.

CODO, W. **Burnout a síndrome dá desistência do educador que pode levar a falência da educação**. Petrópolis, RJ : Vozes, 2000.

COSTA, M. J. Atuação do enfermeiro na equipe multiprofissional. **Rev. Bras. Enferm.** Brasília , v. 31,n. 3, p. 321-339, 1978. Disponível em:<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S003471671978000300321&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003471671978000300321&lng=en&nrm=iso)> Acesso em 15 nov.2017.

FERREIRA, L. R. C.; DE MARTINO, M. M. F. Stress no cotidiano da equipe de enfermagem e sua correlação com o cronótipo. **Estud. psicol. (Campinas)**, Campinas, v. 26, n. 1, p. 65-72, Mar. 2009 . Disponível

em:<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103166X2009000100007&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103166X2009000100007&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 26 Sept. 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-166X2009000100007>.

FRANÇA, A. C. L; RODRIGUES, A. L. Estresse e trabalho: **Guia básico com abordagem psicossomática**. São Paulo: Atlas,1997.

FRANCO, G. P. et al . Burnout em residentes de enfermagem. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo , v. 45, n. 1, p. 12-18, Mar. 2011 Disponível em:

<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S008062342011000100002&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S008062342011000100002&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 26 Sept. 2018. <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342011000100002>.



Ano II – Volume II – Número III – Mês Junho/2019

FREIDENBERGER, H. J. Staff Burnout. **Journal of Social Issues**, v. 1, n.30, p.159-65, 1974.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4<sup>o</sup>ed. São Paulo: Atlas,2002.

TRINDADE, L. L. **O estresse laboral da equipe de saúde da família: implicações para a saúde do trabalhador**. Porto Alegre (RS): Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Enfermagem; 2007.