



CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM DO TRABALHO

MARIANA CALASANS COSTA CAETITÉ

**SÍNDROME DE BURNOUT NO ÂMBITO DOS PROFISSIONAIS DE
ENFERMAGEM: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DE LITERATURA**

**VITÓRIA DA CONQUISTA - BA
2020**

MARIANA CALASANS COSTA CAETITÉ

SÍNDROME DE BURNOUT NO ÂMBITO DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DE LITERATURA.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade de Ciências da Bahia (FACIBA) como pré-requisito para conclusão do curso de Pós-Graduação em Enfermagem do Trabalho.

Vitória da Conquista - BA
2020

RESUMO

Dentre os profissionais da área de saúde, o enfermeiro é um dos que permanecem por maior período junto ao paciente hospitalizado e sua família, fazendo com quem vivam situações estressantes em diversos momentos difíceis, frequentes à profissão. O objetivo desse trabalho foi realizar uma breve e sistemática revisão na literatura científica, no contexto dos profissionais da enfermagem, a respeito da Síndrome de Burnout. Os materiais foram selecionados e posteriormente lidos entre os meses de novembro de 2018 a fevereiro de 2020, buscando trabalhos recentes no meio virtual em bases de dados científicas, posterior leitura integral das publicações, as informações mais relevantes de cada um foram extraídas e reagrupadas. SB é uma patologia de caráter social e os enfermeiros são os mais afetados visto que eles trabalham em ambientes considerados fechados e com um contato mais intenso com os pacientes e seus familiares, favorecendo o agravamento da falta de coleguismo e de reconhecimento além da carga horária de trabalho muito grande. É essencial disseminar, entre os profissionais de saúde, informações e orientações sobre Burnout e seus prejuízos para o indivíduo e para a organização a qual ele integra, bem como esclarecer o papel das estratégias de combate bem como medidas de enfrentamento da Síndrome

Palavras-chave: Esgotamento profissional; Excesso de trabalho, Profissionais da saúde.

SUMÁRIO

Síndrome de Burnout no Âmbito dos Profissionais de Enfermagem: Uma Revisão Sistemática de Literatura

RESUMO

1. Introdução.....	05
2. Métodos.....	06
3. Resultados e Discussão.....	07
4. Conclusões.....	12
REFERÊNCIAS.....	13

1. Introdução

Dentre os profissionais da área de saúde, o enfermeiro é um dos que permanecem por maior período junto ao paciente hospitalizado e sua família, fazendo com quem vivam situações estressantes em diversos momentos difíceis, frequentes à profissão. Além disso, na área hospitalar, o trabalho em turnos é necessário e indispensável para garantir a continuidade dos cuidados prestados aos pacientes (VIDOTTI et al., 2018) aumentando a pressão psicológica sobre esse grupo de profissionais tão importantes e intensamente exigidos.

Todavia, em consequência, essas longas jornadas de trabalho têm sido associadas a diversas alterações nas funções biológicas, que conduzem a agravos físicos e mentais (KOROMPELI et al., 2013; STIMPFEL et al., 2015) Ao exemplo do surgimento da Síndrome de Burnout (SB), ou também conhecida como Síndrome do Esgotamento Profissional (SEP) que vem amplamente sendo investigada no meio acadêmico visto sua importância para os profissionais das diversas áreas. No entanto, pouco se tem aprofundado nas pesquisas sobre a Síndrome de Burnout nos trabalhadores da enfermagem, bem como o que se tem feito para a reabilitação desses profissionais (SILVA et al., 2018).

A Síndrome Burnout (SB) foi primeiramente descrita por Herbert Freudenberg, em 1974, nos Estados Unidos da América (EUA) em estudos referentes a perda de motivação e comprometimento, tendo como outros sintomas psíquicos e físicos perda de energia quando manifestada por voluntários no tratamento de uma instituição de drogados (SARDINHA et al., 2019) ao mesmo momento em que Christina Maslach referiu em seus estudos a expressão Burnout como sendo a carga emocional do trabalho no comportamento de profissionais da saúde (MENEZES et al., 2017).

A síndrome constitui-se de três dimensões: (I) exaustão emocional, entendida como a falta de energia e sentimento de esgotamento dos recursos emocionais; (II) despersonalização, caracterizada por insensibilidade emocional; (III) baixa realização profissional, uma tendência dos indivíduos de autoavaliação negativa do desempenho laboral e insatisfação com o desenvolvimento profissional (MASLACH; JACKSON, 1981). Juntas levam à desmotivação e perda do significado do trabalho, prejudicando diretamente a atuação do enfermeiro tanto em relação aos pacientes quanto aos seus colegas.

No entanto Ferreira et al. (2017) alertam que a SB não deve ser negligenciada de jamais confundida apenas como estresse ao se observar que enquanto este ocorre por meio de reações do organismo às situações que perturbam o equilíbrio do indivíduo, a SB constitui uma resposta ao estresse ocupacional crônico e envolve atitudes e alterações comportamentais negativas relacionadas ao complexo contexto de trabalho (CARVALHO et al., 2017; FERREIRA et al., 2017).

Esse equívoco deve-se a falta de informação sobre essa doença por maior parte da população, inclusive pelos profissionais da saúde, os mais propícios à desenvolvê-la. Sendo que os enfermeiros compõem o grupo de maior risco devido ao ofício que constante com pacientes e, nesse contexto, presenciam frequentemente casos de morte e luto, sendo expostos às tensões emocionais desses eventos, o que pode levar ao aparecimento da SB (CARLOTO, 2011; BARRIOS et al., 2012).

Sabido disso, faz-se essencial maior investigação e difundir sobre a SB na área hospitalar, ao momento que, por lidar diretamente com seres humanos, os profissionais dessa área estão mais expostos aos fatores desencadeantes de estresse. O presente trabalho teve como objetivo uma breve e sistemática revisão na literatura científica, no contexto dos profissionais da enfermagem, a respeito da Síndrome de Burnout.

2. Métodos

Nesse trabalho buscou-se uma realizar uma Revisão Sistemática de Literatura por meio de agrupamento, análise e síntese dos resultados das pesquisas a cerca do tema proposto de maneira sistemática e ordenada, a fim de apresentar, discutir e aprofundar conhecimentos. Percorreu-se seis fases para a elaboração da revisão integrativa: elaboração da pergunta norteadora, busca ou amostragem na literatura, coleta de dados, análise crítica dos estudos incluídos, discussão dos resultados e apresentação da revisão integrativa (SOUZA et al., 2010; FERREIRA et al., 2017) conforme apresentado na figura 1.

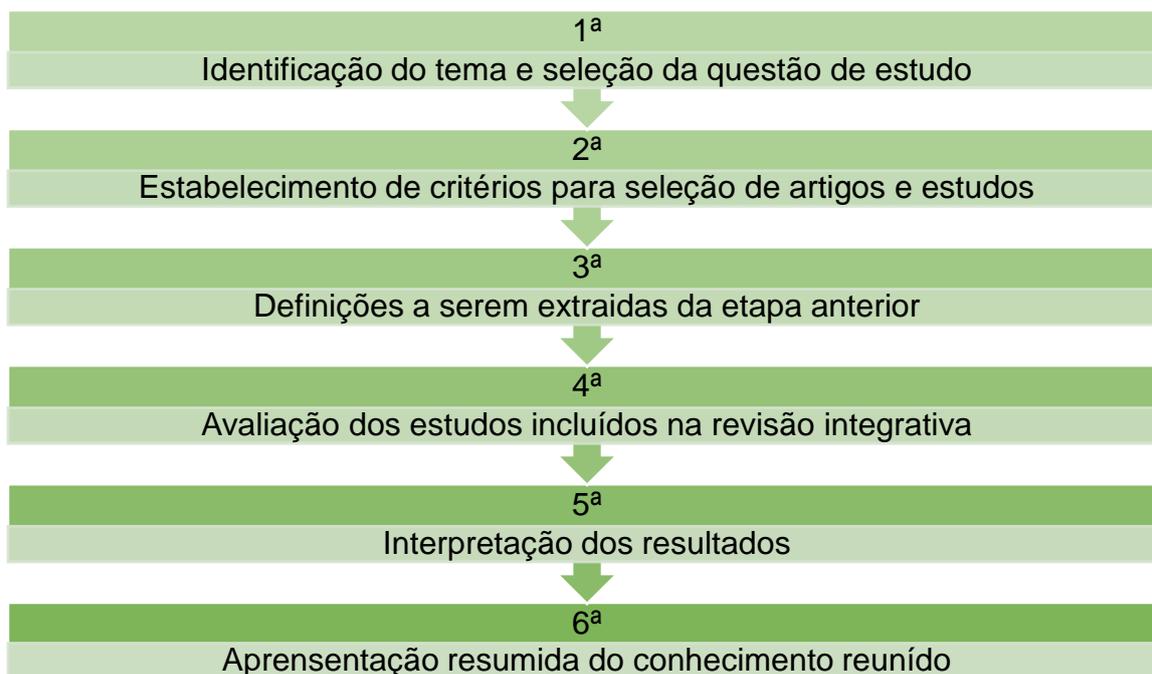


Figura 1. Organograma apresentando as etapas da pesquisa 11/2019 a 02/2020 (CAETITÉ, 2020).

Os materiais foram selecionados e posteriormente lidos entre os meses de novembro de 2018 a fevereiro de 2020, buscando trabalhos recentes no meio virtual em bases de dados científicas (Base de Dados de Enfermagem – BDEFN, Índice Bibliográfico Espanhol de Ciências da Saúde – IBECS, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde – LILACS, Literatura Internacional em Ciências da Saúde – MEDLINE, Scientific Electronic Library Online – SciELO e Google Scholar), garantindo dessa maneira a confiabilidade das informações coletadas.

Buscou-se para análise apenas artigos que tinham como foco os profissionais de enfermagem, professores e estudantes dos cursos de enfermagem, nos quais fosse discutida e/ou investigada a SB. Os artigos deveriam estar redigidos na língua portuguesa, inglesa ou espanhola e seus textos completos deveriam ser de acesso livre, com preferencialmente menos de 10 anos de publicação.

Posterior leitura integral das publicações, as informações mais relevantes de cada um foram extraídas e reagrupadas nos Resultados desse artigo. Os resultados são apresentados prioritariamente de forma descritiva, destacando os fatores relacionados à ocorrência de SB em profissionais de enfermagem.

3. Resultados e Discussão

Historicamente o termo trabalho se originou do latim “tripalium” significando tortura para punição dos indivíduos que, ao perderem o direito à liberdade, foram subjugados ao trabalho forçado (JANTSCH et al., 2018). Na visão religiosa, o trabalho era considerado como forma de castigo no momento em que Adão e Eva cometeram o pecado e eles foram forçados ao trabalho para que pudessem, com o próprio esforço, conseguir o alimento para a sobrevivência (SILVA et al., 2015).

Recentemente o trabalho é visto como forma de dar significado à vida do homem moderno sendo algo que deva ser satisfatório, sadio e que agregue algo na trajetória de vida do indivíduo, refletindo em qualidade de vida, já que o trabalho é uma dos meios de formação de identidade do indivíduo (SILVA et al., 2015; JANTSCH et al., 2018). Ainda segundo Silva et al. (2015) na atualidade, existem empresas concentradas na saúde ocupacional para alcançar mais rentabilidade do seu funcionário, em compensação diversas empresas atuam de forma oposta ao pressionar o indivíduo, não proporcionando um ambiente sadio o que desencadeia instabilidade que podem gerar cenários patológicos.

A terminologia “burnout” é originária do inglês pela junção de duas palavras *burn* (queima) e *out* (exterior) se referindo ao processo que leva ao não funcionamento por total falta de energia (SILVA et al., 2012; JANTSCH; COSTA, 2018). É um reflexo à tensão crônica no trabalho, ocasionada a partir do contato direto e excessivo com outras pessoas, devido à tensão emocional constante, atenção concentrada e grande responsabilidade profissional (TRIGO et al., 2007). Levando a transtornos mentais que resultam em prejuízos pessoais, organizacionais e familiares (SILVA, 2018).

Ao se fazer uma revisão na literatura se observa que os enfermeiros são o grupo que mais apresenta altas taxas de desenvolvimento dessa síndrome, em particular nos ambientes hospitalares, com profissionais em elevados níveis de exaustão emocional e desmotivação (FRANCO et al., 2011; TAVARES, 2014; SILVA, 2018). Trabalho em excesso adicionado com a tensão emocional gerada pelo contato direto com o paciente assistido, suas dores, perdas e sofrimentos, geram (consequentemente) descontentamento e insatisfação profissional, desejos de abandonar o emprego, sentimentos de desconforto, e outros tantos fatores importantes no surgimento da SB (SILVA et al, 2015), como desvalorização salarial e profissional.

Os enfermeiros estão a todo tempo susceptíveis às tensões físicas e emocionais, reflexo das grandes responsabilidades e o desgaste energético decorrente da própria natureza do trabalho, dentre outros fatores de risco (FIGRA 2), intrínseco à esses profissionais, que, devido a SB passam a ter uma percepção de não possuir mais condições de aplicar mais energia para o atendimento do seu paciente ou lidar com demais pessoas de sua equipe de trabalho, gerando um ciclo infundável (SILVA, 2018).

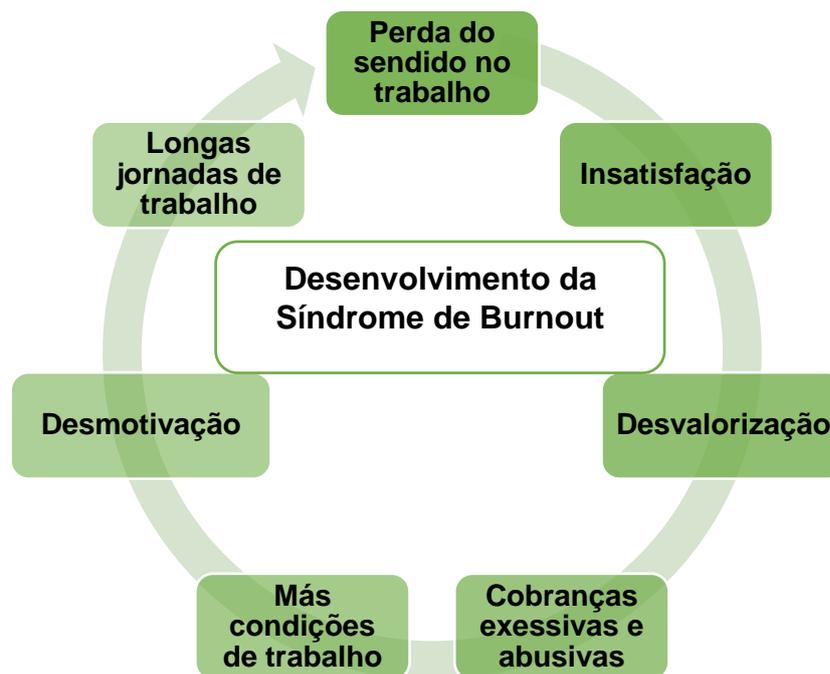


Figura 2. Fatores de risco para Síndrome de Burnout em enfermeiros (CAETITÉ, 2020).

Além disso, como alertam França e Ferrari, (2012), toda essa exaustão física e emocional leva a outros problemas físicos como gastrites nervosas, insônia, dores crônicas de cabeça e queda na imunidade facilitando o surgimento de gripes e resfriados. Os sintomas e ou sinais da SB possuem uma grande variedade, diferindo do contexto ao qual o enfermeiro está inserido, podendo associar-se a sensações de exaustão, insônia, cefaleia, fadiga, tensão muscular, problemas cardiovasculares, depressão, ansiedade e aumento do consumo de medicamentos antidepressivos (PALAZZO et al., 2012).

Outro agravante, porém, pouco notado, para o surgimento desses transtornos são as longas jornadas que os enfermeiros costumam enfrentar ao longo de toda sua carreira. O regime de 12 horas de trabalho, tão comum, pode influenciar o desenvolvimento, uma vez que a excessiva carga de trabalho leva a sentimentos de

não conseguir um trabalho efetivo e desapego do paciente, essa sobrecarga de trabalho também se deve à insuficiência de número de profissionais em escala em relação à mão de obra necessária demanda (OLIVEIRA et al., 2006; JODAS et al., 2009; FERNANDES et al., 2017).

Fernandes et al. (2017) estudando a SB em profissionais de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva observaram que houve correlação significativa entre o regime de 12 h e o surgimento da Síndrome, notaram também que quando maior o nível de escolaridade, maiores as propensões ao desenvolvimento da Burnout o que levou os autores a questionar se a “sensação de pertencer a uma classe profissional inferior”, com muita demanda de trabalho e com baixos salários além de receber ordens frequentemente, pode influenciar a aquisição da Síndrome.

De acordo uma pesquisa com graduandos em enfermagem, observa-se que a o enfermeiro já vem com um excesso de carga estressora desde o fim da graduação, devido a uma quantidade elevada de conteúdo programático para desenvolver, grande carga horaria de atividades acadêmicas sejam elas teóricas ou práticas, o relacionamento interpessoal entre os estudantes, expectativas e preocupações com o mercado de trabalho, dentre outras questões acabam levando a conflitos internos e um amadurecimento significativo em pouco espaço de tempo, sendo que, infelizmente, nem todos os estudantes possuem o psicológico pronto para superar esta etapa de forma tranquila e sadia (SILVA et al., 2012).

Em posterior, após a formação e atuando, se observa vários componentes desencadeantes da síndrome, como a falta de autonomia, mudanças constantes de organização do trabalho, problemas de relacionamento com colega, comunicação falha, pouco reconhecimento e valorização (JANTSCH; COSTA, 2018). Além de atividades excessivas para realizar num curto espaço de tempo e com um número reduzido de pessoas, trabalho repetitivo favorecendo erros e posturas incorretas, ambiente insalubre e riscos operacionais, e uma remuneração abaixo do ideal, forçando, por diversas vezes que o profissional tenha mais de um emprego, acrescentando-se um outro fator estressante devido a uma jornada semanal desgastante e o excesso de trabalho (EZAIAS, et al., 2010; SÁ et al., 2014).

Mas síndrome de Burnout não pode, jamais, ser confundida com o estresse (PORTELA et al., 2015). Visto que o estresse ocorre devido aos acometimentos que perturbam o equilíbrio interno do ser humano, o Burnout é a resposta ao estresse

laboral crônico, que ocasiona atitudes e alterações no comportamento prejudiciais em relação ao contexto do trabalho, podendo, no caso da equipe de enfermeiros, refletir nos pacientes, familiares, organização e o próprio trabalho, quando não são realizadas estratégias de enfrentamento ou quando estas falham (JODAS;HADDAD, 2009). Por isso é essencial ficar atento aos sintomas ou sinais da Síndrome, evitando que seja confundida e negligenciada (FIGURA 3).

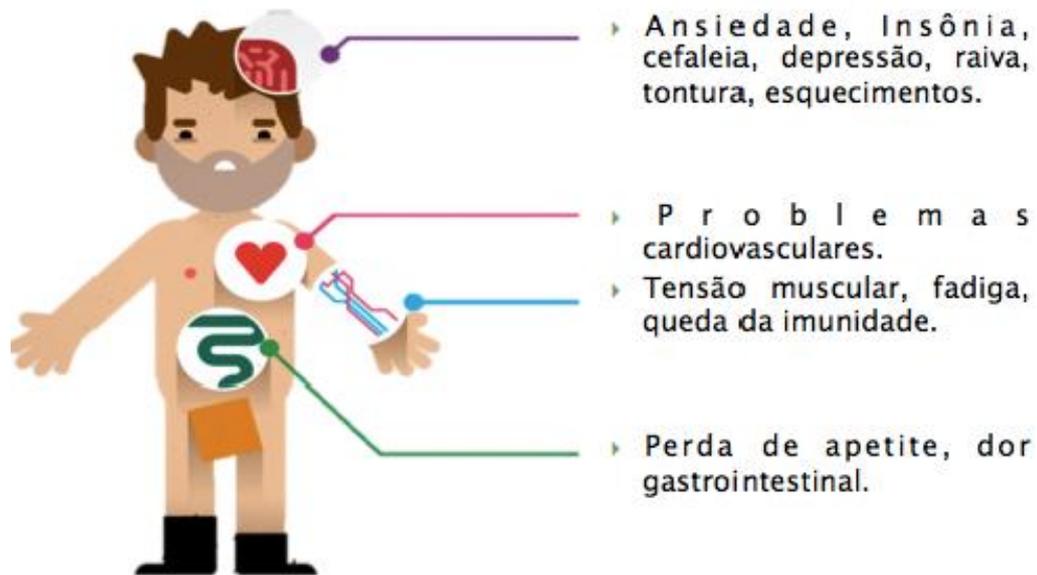


Figura 3. Sintomas e sinais da Síndrome de Burnout (Fonte: SILVA, 2018).

A SB pode ser reflexo também de uma baixa autoestima do profissional por meio autoavaliação negativa está associada à insatisfação e ao desânimo do trabalho com o próprio desempenho profissional, cuja sensação de mau resultado leva a um sentimento de incompetência. Extrapolando para além do ambiente de trabalho à medida que costuma correr também a perda do interesse pelas atividades diárias dentro de casa, pelo lazer e pela interação com os amigos (FERREIRA; LUCCA, 2015; TEIXEIRA et al., 2010).

Por fim, apesar de diversas abordagens teóricas confirmem que o Burnout seja uma resposta ao estresse crônico ocupacional, é muito importante que não se confunda este agravo com o estresse biológico no qual não há existência de atitudes e condutas negativas com o trabalho e com as pessoas envolvidas no processo. A síndrome é um processo gradual de esgotamento pessoal que ocasiona problemas mentais e físicos na vida familiar e laboral, já o estresse agudo pode advir de outras causas que não o trabalho (SÁ et al., 2014) e não costuma ser acumulativo ao ponto de se tornar uma patologia.

4. Conclusões

Concluiu-se que para o desenvolvimento SB, existem fatores associados, como: carga horária extensa de trabalho, falta de tempo para lazer e família, ambiente hostil e trabalha sob pressão. Demonstrando que a Síndrome de Burnout é desencadeada por fatores relacionados especificamente as atividades cotidianas dos profissionais enfermeiros, sendo um resultado que se apresenta como um alerta para a atenção a saúde dessa categoria.

As diferenças nos níveis da síndrome de Burnout e dos fatores associados entre os turnos indicam que as estratégias de prevenção e redução devem ser individualizadas por período, podendo ser focadas no incentivo à atividade física e, principalmente, na promoção do apoio social no trabalho. Pretende-se com esse estudo a divulgação ao público alvo, como também da demais grupos da poluição, em relação à essa Síndrome, objetivando o estímulo ao autocuidado dos próprios enfermeiros e reconhecimento deste profissional em relação a todos os fatores que o mesmo enfrenta em seu cotidiano profissional.

É possível concluir também que há, nos últimos anos, o aumento do interesse científico pelos trabalhos referentes a SB e seus efeitos, em especial entre profissionais da saúde, devido aos graves reflexos que podem produzir na eficiência dos cuidados aos pacientes, sendo essa uma problemática comum em diversos países.

Entretanto, o Brasil ainda precisa progredir nos estudos sobre essa doença ocupacional, pois é observado vulnerabilidade entre os profissionais da saúde quanto à SB. É essencial disseminar, entre os profissionais de saúde, informações e orientações sobre Burnout e seus prejuízos para o indivíduo e para a organização a qual ele integra, bem como esclarecer o papel das estratégias de combate bem como medidas de enfrentamento da Síndrome.

REFERÊNCIAS

- BARRIOS, A. S.; ARECHABALA, M. M. C.; VALENZUELA, P. V. Relación entre carga laboral y burnout en enfermeras de unidades de diálisis. **Enfermagem em Nefrologia**, v.15, n.1, p.46-55, 2012.
- CARLOTTO M. S. O impacto de variáveis sociodemográficas e laborais na síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem. **Revista SBPH**, v.14, n.1, p.165-85, 2011.
- CARVALHO, D. P.; ROCHA, L. P.; TOMASCHEWSKI-BARLEM, J. G.; BARLEM, E. L. D.; CECAGNO, D.; DALMOLIN, G. L. A produtividade versus cargas de trabalho no ambiente laboral da enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v.51, p.1-8, 2017.
- EZAIAS, G. M.; GOUVEA, P. B.; HADDAD, M. C. L. V.; ANNUCHI, M. T. O.; SARDINHA, D. S. S. Síndrome de Burnout em trabalhadores de saúde em um hospital de média complexidade. **Revista de Enfermagem da UERJ**, v.18, n.4, p.524-529, 210.
- FERNANDES, L. S.; NITSCHKE, M. J. T.; GODOY, I. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva. **Cuidado é Fundamental**, v.9, n.2, p.551-557, 2017.
- FERREIRA, N.N; LUCCA, S.R. Síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de um hospital público do Estado de São Paulo. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v.18, n.1, p.68-79, 2015.
- FRANÇA, F.M.; FERRARI, R. Síndrome de Burnout e os aspectos sócio-demográficos em profissionais de enfermagem. **Acta Paulista de Enfermagem**, v.25, n. 5, p. 743-748, 2012.
- FRANCO, G.P. et al. Burnout em residentes de enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 45, n.1, p.12-18, 2011.
- JANTSCH, N.; COSTA, A. L. K. **Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem: Revisão Integrativa**. Artigo (Graduação) - Curso de Enfermagem, Universidade do Vale do Taquari, 2017, 24p.
- JODAS, D. A.; HADDAD, M. C. L.; Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um pronto socorro de hospital universitário. **Acta Paulista de Enfermagem**, v.22, n.2, p.192-197, 2009.
- KOROMPELI, A.; CHARA, T.; CHRYSOULA, L.; SOUTTZI, P. Sleep disturbance in nursing personnel working shifts. **Nurs Forum**, v.48, n.1, p.45-53, 2013.
- MASLACH, C.; JACKSON, S. E. **Maslach Burnout Inventory**. Palo Alto: Consulting Psychologist Press, 1981.
- MENEZES, P. C. M. et al. Síndrome de Burnout: avaliação de risco em professores de nível superior. **Revista de Enfermagem UFPE online**, v.11, n.11, p.4351-4359, 2017.
- OLIVEIRA, P. R.; TRISTÃO, R. M.; NEIVA, E. R. Burnout e suporte organizacional em profissionais de UTI-Neonatal. **Educação Profissional: Ciência e Tecnologia**, v.1, n.1, p.27-37, 2006.

- PALAZZO, L.S.; CARLOTTO, M.S.; AERTS, D.R.G.C. Síndrome de Burnout: estudo de base populacional com servidores do setor público. **Revista de Saúde Pública**, v. 46, n. 6, p.1066-1073, 2012.
- PORTELA, N. L. C.; PEDROSA, A. O.; CUNHA, J. D. S.; MONTE, L. R. S.; GOMES, R. N. S.; LAGO, E. C. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de serviços de urgência e emergência. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental**, v.7, n.3, p.2749-2760, 2015.
- SÁ, A.M.S.; MARTINS-SILVA, P.O. Burnout: o impacto da satisfação no trabalho em profissionais de enfermagem. **Psicologia & Sociedade**, v. 26, n.3, p.664-674, 2014.
- SARDINHA et al. A síndrome de Burnout em profissionais docentes: uma revisão integrativa da literatura. *Brazilian Journal of Health Review*, v.2, n.6, p.4964-4978, 2017.
- SILVA, C. C. S. **Auriculoterapia e a Síndrome de Burnout em enfermeiras da atenção primária à saúde**. Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 2018, 109p.
- SILVA, S. C. P. S.; NUNES, M. A. P.; SANTANA, V. R.; REIS, F. P.; MACHADO, N. J.; LIMA, S. O. A síndrome de Burnout em profissionais da Rede de Atenção Primária à Saúde de Aracaju, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**. v.20, n.10, p.3011-3020, 2015.
- SILVA, S.C.P.S. et al. A síndrome de Burnout em profissionais da Rede de Atenção Primária à Saúde de Aracaju, Brasil. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 20, n. 10, p. 3011-3020, 2015.
- SILVA, V. L. S.; CHIQUITO, N. C.; ANDRADE, R.; BRITO, M. F. P.; CAMELO, S. H. H. Fatores de estresse no último ano do curso de graduação em enfermagem: percepção dos estudantes. **Revista de Enfermagem da UERJ**, v.19, n.1, p.121-134, 2012.
- STIMPFEL, A. W.; BREWER, C. S.; KOVNER, C. T. Scheduling and shift work characteristics associated with risk for occupational injury in newly licensed registered nurses: an observational study. **Int J Nurs Stud**. v.2, n.11, p.1686-1693, 2015.
- TAVARES, K.F.A. Ocorrência da síndrome de Burnout em enfermeiros residentes. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 27, n. 3, p. 260-265, 2014.
- TEIXEIRA, F.G.; SILVA, M.R.S.; MEDEIROS, G.L. Síndrome de Burnout - a interface entre o trabalho na área da educação e na enfermagem. **Revista de Enfermagem Referência**, v. 3, n. 2. p.101-109, 2010.
- TRIGO, T. R.; TENG, C. T.; HALLAK, J. E. C. Síndrome de Burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Revista Psiquiatria Clínica**, v.34, n.5, p.223-233, 2007.
- VIDOTTI, V.; RIBEIRO, R. P.; GALDINO, M. J. Q.; MARTINS, J. T. Burnout Syndrome and shift work among the nursing staff. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v.26, 3022-3032, 218.