

## **MOTIVOS QUE LEVAM O PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM A DESENVOLVER A SÍNDROME DE *BURNOUT***

ARAÚJO, Carolina de Paula<sup>1</sup>; RIBEIRO, Beatriz Maria dos Santos Santiago<sup>2</sup>

**Resumo:** O presente trabalho abordará o estudo acerca dos motivos que levam o profissional de enfermagem a desenvolver a síndrome de burnout. O objetivo do presente estudo é escrever as causas e implicações do Burnout, discutindo possíveis consequências para os profissionais de enfermagem. **Método:** Estudo descritivo-exploratório, realizado por meio de revisão literária, abordando as causas e fatores da síndrome de burnout. **Resultados:** A partir da análise dos resultados, percebe-se que o processo está intimamente relacionado a fatores organizacionais, pessoais, individuais e até inerentes à profissão. Os efeitos descritos são numerosos, envolvendo as esferas físicas, mentais, emocionais, organizacionais e familiares. **Conclusão:** Diante deste estudo, é possível perceber a necessidade de atenção a estes profissionais, sendo indispensável o monitoramento da saúde física e mental.

**Palavras-chaves:** Enfermagem, Esgotamento Físico e Psíquico, Esgotamento profissional.

**Abstract:** This paper addresses or studies the reasons that lead nursing professionals to develop a burnout syndrome. The aim of the present study is to write as causes and implications of burnout, discussing possible consequences for nursing professionals. **Method:** Descriptive-exploratory study, conducted through literature review, addressing as causes and factors of burnout syndrome. **Results:** From the analysis of the results, it is clear that the process is closely related to organizational factors, personal, individuals and even inherent to the profession. The effects are numerous, involving the spheres, mental, emotional, organizational and family. **Conclusion:** Given this study, it is possible to realize the need for attention of these professionals, and monitoring of physical and mental health is indispensable.

**Keywords:** Nursing, Physical and Psychic Exhaustion, Professional Exhaustion.

## INTRODUÇÃO

A palavra *burnout* deriva do verbo inglês “to burn out”, que significa “queimar-se” ou “consumir-se”, é um distúrbio psíquico de caráter depressivo, precedido de esgotamento físico e mental intenso. A Síndrome de Burnout foi adotada pela primeira vez pelo psicólogo Herbert Freudenthal ao *Journal of social issues* em 1974, ao utilizar o termo “Burnout” relacionando-o ao stress causado por atividades exercidas durante o dia. Segundo o psicólogo, define-se como um estado de esgotamento físico e mental cuja causa está intimamente ligada à vida profissional. Sendo empregada para caracterizar um conjunto de sintomas predominantemente evidenciados em profissionais que se queixam de sensação de exaustão completa, irritabilidade, perda do interesse pelo trabalho e sentimento de auto desvalorização. No ambiente de trabalho, o estresse é um dos principais problemas psicossociais que afetam a qualidade de vida dos profissionais, ocasionando encargos de cunho sociais e econômicos, devido ao adoecimento do trabalhador, ao absenteísmo e às licenças para tratamento de saúde. Os trabalhadores submetidos ao estresse de maior intensidade e duração e que não apresentam capacidade adaptativa para reagir frente aos agentes estressores, desencadeiam sentimentos de esgotamento emocional tornando-se vulneráveis para o desenvolvimento da síndrome. Trabalhadores com síndrome de burnout acham que o significado de sua relação com o trabalho é perdido; as atividades de trabalho perdem sua importância; e qualquer esforço parece inútil. Entretanto, deve-se considerar que esse profissional pode apresentar fatores predisponentes para o desenvolvimento da síndrome como idade, estado civil, tempo na profissão, tempo na instituição, conflito de papéis e falta de apoio familiar, o que pode aumentar a vulnerabilidade a síndrome de burnout.

Segundo pesquisa realizada com profissionais de nove países pela International Stress Management Association (ISMA), o Brasil está em segundo lugar no ranking de trabalhadores mais estressados no mundo perdendo apenas para o Japão. (LINS, 2008; RODRIGUES, 2009). Apesar de haver uma quantidade significativa de estudos sobre burnout em trabalhadores, há escassez de estudos sobre burnout em profissionais de enfermagem. Destaca-se a relevância da escolha desse campo, frente à importância de se investigar os aspectos laborais

que podem comprometer a saúde do profissional, principalmente pelo fato de o enfermeiro encontrar-se mais exposto à SB. Estes profissionais praticam uma profissão voltada para cuidar ajudar os outros, sendo também um elemento que pode levar a intenso sofrimento psicológico, pois significa lidar com dor, sofrimento, morte e infelicidade, bem como com as preocupações e problemas de outras pessoas. Nesse contexto, múltiplos fatores atuam como possíveis agentes agravantes da síndrome.

## **OBJETIVOS**

Objetivou-se identificar sua ocorrência nos profissionais da área da saúde e quais os motivos que levam os profissionais de saúde a desenvolverem a Síndrome de Burnout.

## **MÉTODOS**

Trata-se de um estudo descritivo-exploratório, realizado por meio de revisão literária, realizada no período de setembro a outubro de 2019 onde se realizou um levantamento nas publicações no Google Acadêmico e ScIELO (Scientific Electronic Library Online). Para o refinamento de busca, utilizou-se como critérios de inclusão dos artigos na revisão, artigos completos disponíveis eletronicamente/ internet, no idioma português, que abordaram a temática sobre burnout.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Os resultados revelam que muitos são as consequências que levam o profissional de enfermagem a desenvolver a síndrome. Consequências sobre a saúde física, mental e psicossocial do profissional de enfermagem, entre elas alterações cardiovasculares, insônia, dores musculares ou articulares, ansiedade, depressão, irritabilidade, fadiga, cefaléias, enxaqueca, úlcera péptica, entre outras. O estresse, decorrente da longa jornada de trabalho, a baixa remuneração, o contato constante com o sofrimento de pacientes e familiares o contato com a morte, estruturas físicas precária, falta de materiais, equipamentos e relacionamento interpessoal prejudicado, tudo isso leva o profissional de enfermagem a uma constante sobrecarga emocional, contribuindo para o seu adoecimento.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Diante deste estudo, é possível perceber a necessidade de atenção a estes profissionais, sendo indispensável o monitoramento da saúde física e mental, buscando desenvolver estratégias que diminuam as fontes de estresse, com o objetivo de amenizar o desgaste destes cuidadores. Por fim, pode-se sugerir a adoção de práticas laborais alternativas com finalidade de redução dos agentes causadores de estresse, como, fazer intervalos durante a jornada de trabalho, ouvir música, sair para tomar um café e dar uma volta, afim de usar a pausa para recarregar as energias e retomar as atividades com mais ânimo e concentração. A implementação de uma equipe de apoio para monitorar e garantir a prevenção desta doença, também é uma medida alternativa a fim de garantir profissionais saudáveis e em condições de promover uma assistência de qualidade à toda população.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

TAVARES, Kelly Fernanda Assis et al . Ocorrência da síndrome de Burnout em enfermeiros residentes. **Acta paul. enferm.**, São Paulo , v. 27, n. 3, p. 260-265, Jun 2014.

FORESTO, D. R; SOUZA, J.L.E. **Síndrome de Burnout: Indicadores em Enfermeiros da Atenção Primária.** Revista Funec Científica – Multidisciplinar, Santa Fe do Sul (SP), v.3, n.5,p.110-21, 2014.

VALERETO, F.A; ALVES, D.F. **Fatores Desencadeantes do Estresse Ocupacional e da Síndrome de Burnout em Enfermeiros.** Revista Saúde Física e Mental – UNIABEU, vol.3, n.2, Ago, 2013.

CAMPOS, J. F.; DAVID, H. M. S. L.; SOUZA, N. V. D. O. **Prazer e sofrimento: avaliação de enfermeiros intensivistas à luz da psicodinâmica do trabalho.** Escola Anna Nery Revista de Enfermagem. v.18, n.1, 2014. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.5935/1414-8145.20140013>>. Acesso em: 13 out 2019.

FRANÇA FM, FERRARI R. **Síndrome de Burnout e os aspectos sociodemográficos em profissionais de enfermagem.** Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010321002012000500015&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010321002012000500015&script=sci_arttext)>. Acesso em 13 out 2019.

OLIVEIRA, Elias Barbosa. et al. **Revista Enfermagem UERJ**, Rio de Janeiro, 2017. p.3.