**SÍNDROME DE BURNOUT: UM RISCO OCUPACIONAL PARA OS TRABALHADORES DE ENFERMAGEM**

BURNOUT SYNDROME AN OCCUPATIONAL HAZARD FOR NURSING WORKERS

Vinícius dos Santos da Silva Pereira[[1]](#footnote-1)

Katiana Lima Vilas Bôas Moreira[[2]](#footnote-2)

**RESUMO**

**Pesquisa bibliográfica de natureza qualitativa que tem como objeto de estudo os fatores de risco da Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem. Teve como cenário de estudo a Biblioteca Virtual de Saúde (BVS). Esta é definida como uma síndrome, na qual o trabalhador perde o sentido da relação com o trabalho, sendo caracterizada por três diferentes componentes que são exaustão emocional, despersonalização e ausência de realização profissional. O objetivo deste estudo foi descrever os principais fatores que podem levar os trabalhadores de enfermagem a adquirir a Síndrome de Burnout. Estudos mostram que sentimentos negativos são desencadeadores para o processo, tendo como sintomas físicos observados: cefaléia, alterações gastrointestinais, absenteísmo, baixa produtividade, aumento da rotatividade, intenção de sair do emprego, diminuição da satisfação com o trabalho, já com os sintomas psíquicos temos a ansiedade, depressão, desmotivação, frustração, medo, raiva, hostilidade, diminuição da auto estima e distúrbios do sono. O hospital como o principal cenário de trabalho da enfermagem passa por mais situações estressantes que nos leva a propor mudanças organizacionais com finalidade de redução dos fatores que interferem a saúde dos trabalhadores de enfermagem.**

**Palavra chaves: 1. Síndrome de Burnout. 2. Síndrome de Burnout em Enfermeiros. 3. Revisão.**

**ABSTRACT**

Literature search of a qualitative nature which has as object of study the risk factors of burnout syndrome in nursing workers, was to study setting the Virtual Health Library (VHL), this is defined as a syndrome in which the worker loses the sense of relationship to work, characterized by three different components that is the emotional exhaustion, depersonalization and lack of professional achievement. The objective of this study was to describe the main factors that could cause nursing staff to acquire the Burnout Syndrome. Studies show that negative feelings are triggers for the process, with the observed physical symptoms: headache, gastrointestinal disorders, absenteeism, low productivity, increased turnover, intention to leave the job, decreased job satisfaction, as with the psychic symptoms have anxiety, depression, discouragement, frustration, fear, anger, hostility, self esteem of low and sleep disorders. The hospital as the main work of the nursing stage goes through most stressful situations that leads us to propose organizational changes with the purpose of reducing the factors that affect the health of the nursing staff.

**Keywords:**1. Burnout Syndrome. 2. Burnout Syndrome in Nurses. 3. Review.

1. **INTRODUÇÃO**

O estudo em tela tem como objeto: os fatores de risco da Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem, esta pesquisa surgiu da necessidade de obter maior compreensão sobre questões acerca da Síndrome de Burnout (S.B) em trabalhadores de enfermagem, no intuito de prevenção do Burnout.

Historicamente, a Síndrome de Burnout foi descrita na década de 70, pelo psiquiatra americano Herbert Freundenberg, a partir de um estudo na área da psicologia, diante de situações observadas em jovens voluntários e idealistas que trabalhavam com toxicômanos na cidade de New York (RISSARDO e GASPARINO, 2013). Em meio à evolução sobre o estresse, surgiram relatos sobre a Síndrome de Burnout, definida como uma síndrome, na qual o trabalhador perde o sentido da relação com o trabalho de modo que as coisas já não tem a mesma importância (FRANÇA e FERRARI, 2012).

Silva et al em 2008 afirma que, o estresse do trabalho é decorrente da inserção do indivíduo neste contexto, pois o trabalho pode representar fonte de satisfação ou insatisfação pessoal.  Isso decorre quando o ambiente de trabalho é percebido como uma ameaça ao indivíduo, repercutindo no plano pessoal e profissional, com demandas maiores do que sua capacidade de enfretamento (MENEGUINI et al, 2008).

O estresse ocupacional é atualmente um dos desdobramentos que mais afeta a saúde dos profissionais de enfermagem, que podem ser causadas pela ruptura da adaptação, redução da realização pessoal e profissional, estresse prolongado e crônico, cujas situações de enfrentamento não foram realizadas, falharam ou não foram suficientes, é caracterizada por três diferentes componentes que é a exaustão emocional, despersonalização e ausência de realização profissional (FRANÇA e FERRARI, 2012 & SCHIMIDT et al, 2013).

O estresse laboral refere-se à falta de capacidade do trabalho de (re) adaptar as demandas existentes no trabalho, pode ainda dar alusão ao conjunto de perturbações de cunho psicológico e ao sofrimento psíquico associados às experiências de trabalho cujas demandas ultrapassam as capacidades físicas ou psíquicas dos trabalhadores da área de enfermagem, que está sujeito a enfrentar as solicitações do meio ambiente laboral (LIMA; et al, 2007 & ANDRADE e CARDOSO, 2012).

Na Síndrome de Burnout estão envolvidas atitudes e condutas negativas com a relação aos usuários, clientes, organização e trabalho. É um processo gradual, de uma experiência subjetiva, envolve atitudes e sentimentos que acarretam problemas de ordem prática e emocional ao trabalhador e à organização ocorre quando o lado humano do trabalho não é considerado; já no estresse, não estão envolvidas tais atitudes e condutas; pois se trata de um esgotamento pessoal com interferência apenas da vida do indivíduo, e não necessariamente na sua relação com o trabalho (SCHMIDT et al, 2009).

Diante do exposto, o presente estudo tomou como objetivo: descrever os principais fatores que podem levar os trabalhadores de enfermagem a adquirir a síndrome de Burnout.

Justifico a escolha da temática, por acreditar, na possibilidade de conhecer melhor os processos e mecanismos desencadeadores do estresse ocupacional nos trabalhadores de enfermagem e ajudar a compreender melhor alguns dos problemas enfrentados na tentativa de buscar soluções para estes.

Com este estudo, entende-se ser necessária a realização de estudos que colaborem para intervenção nos problemas de saúde dos trabalhadores de enfermagem, aprimorando as temáticas do estresse e a Síndrome de Burnout, as quais não são muito abordadas nas produções científicas realizadas por enfermeiros. Contudo este estudo não se encerra, havendo necessidade de novas investigações para melhorar a abordagem do tema referido.

1. **METODOLOGIA**

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica de natureza qualitativa, mediante busca eletrônica, em que utilizamos a Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), para a consulta das seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Literatura Internacional em Ciências da Saúde (MEDLINE) e Scientific Eletronic Library Online (SCIELO).

Como localizadores dos artigos, foram utilizados os Descritores que tiveram relação mais próxima, com a temática estudada, que foram: Síndrome de Burnout e Síndrome de Burnout em Enfermeiros.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Descritores | Lilacs | Scielo | Medline | Total |
| Síndrome de Burnout em Enfermeiros | 15 | 05 | 00 | 20 |
| Síndrome de Burnout | 305 | 74 | 378 | 757 |
| Total | 320 | 79 | 378 | **777** |

Mediante a um número elevado de 777 artigos encontrados, utilizamos critérios de inclusão, que abrangeram: artigos na integra em português, no recorte temporal correspondente a 2007 a 2013, relacionado à temática. Já, nos critérios de exclusão eliminamos: todos em língua inglesa e espanhola, os que não eram relacionados a temática e os que não estavam disponibilizados na íntegra, localizando assim 11 artigos à composição deste estudo científico.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Periódico | Bases | Ano | Título | Objetivo |
| Esc. Anna Nery | Scielo | 2013 | Exaustão emocional em enfermeiros de um hospital público | Identificar o nível de burnout nos enfermeiros de um hospital público do interior do estado de São Paulo. |
| Revista Brasileira de Enfermagem | Scielo | 2013 | Qualidade de Vida no trabalho e Burnout em trabalhadores de enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva. | Avaliar a Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) e a presença da Síndrome de Burnout entre profissionais de enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva. |
| Acta Paulista de Enfermagem | Scielo | 2012 | Síndrome de Burnout e os aspectossócio demográficos em profissionais de enfermagem. | Demonstrar a incidência da Síndrome de Burnout (SB) de acordo com os aspectos sociodemográficos dos profissionais de enfermagem que atuam em dois hospitais regionais |
| Revista Saúde e Sociedade | Scielo | 2012 | Prazer e dor na docência: Revisão Bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout | Apresentar algumas reflexões acerca dos principais fatores de risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout entre os docentes, a fim de compreendê-los dentro de um processo de desgaste físico-emocional em decorrência do trabalho. |
| Texto contexto Enfermagem | Scielo | 2011 | Fatores ocupacionais associados aos componentes da Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem. | Identificar os fatores ocupacionais associados com os três componentes da Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem que atuam em assistência hospitalar. |
| Rev.  Esc.de  Enfermagem | Scielo | 2011 | Burnout em residentes de enfermagem. | Determinar a incidência do Burnout em Residentes de Enfermagem. |
| Texto contexto Enfermagem | Scielo | 2009 | Estresse ocupacional entre profissionais de enfermagem do bloco cirúrgico. | Avaliar a presença de estresse ocupacional entre os profissionais de enfermagem do bloco cirúrgico e possíveis associações entre o estresse ocupacional e as características profissionais. |
| Revista Brasileira de Psicologia Hospitalar | Scielo | 2008 | Síndrome de Burnout em trabalhadores e de enfermagem em um hospital geral. | Verificar a existência de associação entre a Síndrome de Burnout e variáveis demográficas, profissionais e psicossociais em 131 profissionais da enfermagem de um hospital geral de Porto Alegre. |
| Psicologia Hospitalar | Scielo | 2008 | Burnout em profissionais de enfermagem no contexto hospitalar. | Avaliar a ocorrência de burnout em profissionais de enfermagem e delinear seus possíveis fatores associados em termos sócio-demográficos e ocupacionais. |
| Revista Brasileira de educação médica | Lilacs | 2007 | Síndrome de Burnout em residentes da Universidade Federal da Uberlândia. | Avaliar a incidência do desgaste identificado pela sintomatologia da Síndrome de Burnout em médicos residentes do Hospital de Clínicas da Universidade Federal de Uberlândia em 2004 |
| Revista Psiquiátrica clínica | Lilacs | 2007 | Síndrome de Burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. | Realizar uma revisão bibliográfica a respeito da síndrome no Brasil e em outros países, considerando sua prevalência, possíveis fatores de risco para seu desenvolvimento, sua associação com outros transtornos psiquiátricos e conseqüências para o indivíduo e a organização em que trabalha. |

No quadro supracitado temos como periódicos dez revistas com temática relacionada a Síndrome de burnout, sendo elas: Escola Anna Nery; Revista Brasileira de Enfermagem; Acta Paulista de Enfermagem; Revista Saúde e Sociedade; Texto Contexto Enfermagem; Revista Escolar de Enfermagem; Revista Brasileira de Psicologia Hospitalar; Psicologia Hospitalar; Revista Brasileira de Educação Médica e Revista Psiquiátrica Clínica. Na categoria de base de dados foram utilizados a Scielo e LILACS. Na categoria de ano de publicação temos um artigo para o ano de 2009 e dois artigos para cada ano referente a 2007, 2008, 2011, 2012 e 2013. Sobre a temática dos artigos temos: Exaustão emocional em enfermeiros de um hospital público; Qualidade de Vida no trabalho e Burnout em trabalhadores de enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva; Síndrome de Burnout e os aspectossócio demográficos em profissionais de enfermagem; Prazer e dor na docência: Revisão Bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout; Fatores ocupacionais associados aos componentes da Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem; Burnout em residentes de enfermagem; Estresse ocupacional entre profissionais de enfermagem do bloco cirúrgico; Síndrome de Burnout em trabalhadores e de enfermagem em um hospital geral; Burnout em profissionais de enfermagem no contexto hospitalar; Síndrome de Burnout em residentes da Universidade Federal da Uberlândia e Síndrome de Burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos.

1. **DISCUSSÃO**

Em 1976, a psicóloga Christina Maslach, ao estudar as reações emocionais de profissionais de ajuda, usou o termo para narrar, na linguagem coloquial, o que advogados californianos, descreviam sobre seus companheiros que perdiam gradualmente o interesse e a responsabilidade profissional (SCHMIDT, 2009).

Já no Brasil desde maio de 1996, as regulamentações da previdência Social, consideram a Síndrome de Burnout como um dos “agentes patogênicos causadores de doenças profissionais” no grupo das doenças consideradas de etiologia múltipla (SILVA e CARLOTTO, 2008).

Quando o organismo é exposto a um esforço, desencadeia um estímulo percebido como ameaça ao equilíbrio hemostático, seja um agente físico, químico, biológico ou psicossocial, o organismo se organizará para responder sob forma de adaptação. Tais agentes foram denominados de estressores por suas características de gerar estresse, os quais podem ser internos ou externos. Os externos referem-se às situações vivenciadas no cotidiano, e os internos a própria personalidade, características pessoais, valores, crenças, a forma de se enfrentar e interpretar a diversidade de situações.(SCHIMIDT et al, 2013)

O ser humano está sujeito a diversas situações de estresse que ao surgirão longo da vida. A equipe de enfermagem rotineiramente é exposta a sobrecarga física e mental nas demandas de seu trabalho, como em situações de emergência que impõem tarefas que sobrecarregam o profissional. Ainda esta situação é potencializada com a jornada de trabalho, freqüentemente, extensa, duplicada e às vezes, acompanhada de plantão (FRANCO et al, 2011).

Segundo Rissardo e Gasparino em estudo recente realizado no ano de 2013, afirma que os primeiros sentimentos negativos são direcionados aos desencadeantes do processo, ou seja, clientes e colegas de trabalho, posteriormente atingem amigos e familiares e por último, o próprio profissional. Como sintomas físicos e possíveis conseqüências dessa síndrome, podem ser observados: cefaléia, alterações gastrointestinais, absenteísmo, intenção de sair do emprego, baixa produtividade, aumento da rotatividade, diminuição da satisfação com o trabalho e com sintomas psíquicos como a ansiedade, depressão, desmotivação, frustração, medo, raiva, hostilidade, diminuição da auto-estima e distúrbios do sono(RISSARDO e GASPARINO, 2011 & TRIGO et al, 2007).

França e Ferrari realizaram em 2012 uma pesquisa sobre os aspectos sócio demográficos em profissionais de enfermagem, que evidenciaram que a Síndrome de Burnout tem uma maior porcentagem no gênero feminino, na faixa etária de 41 à 60 anos, com a situação conjugal solteira, profissionais sem filhos, com ensino superior completo e com renda familiar entre 5 e 10 salários mínimos (FRANÇA e FERRARI, 2012).

Silva et al em 2008, tendo em vista a classificação dos resultados obtidos por dimensão de burnout em função do setor de trabalho, eles observaram que os profissionais de enfermagem lotados na emergência eram mais suscetíveis ao burnout, apresentando uma maior freqüência registrada.

Menighini et al em 2011, após um estudo sobre os fatores ocupacionais associados a Síndrome Burnout, puderam afirmar que os profissionais que trabalham no turno diurno sofre mais com a Síndrome Burnout em relação aos trabalham no noturno, isto se deve a organização do trabalho da enfermagem, a qual aloca a maioria dos cuidados de enfermagem no turno diurno, ficando prescritos para noite os procedimentos específicos a este turno, de forma a não interromper o sono do paciente, para um procedimento que poderia ser realizado em outro turno.

Lima et  al, publicaram em 2007 um artigo que relata sobre a escolha da profissão que também pode gerar duvidas e ansiedades e com o ingresso ao curso da área da saúde é sempre difícil e que há uma grande sobrecarga de trabalho, carga horária, grande investimento pessoal, com sacrifício de tempo com familiares, amigos, lazer  e pode ser desencadeantes do desgaste, podendo propiciar a instalação da Síndrome de Burnout.

Quanto a sobrecarga de trabalho, Franco, Barros et al em 2011 , faz referencia aos residentes que assumem a assistência de enfermagem direta a  mais de um paciente por turno de plantão,diferente do que os enfermeiros das unidades o fazem. O fato é que os residentes ainda não estão totalmente familiarizados e instrumentalizados para assumir uma demanda maior de pacientes e, por isso,  se sentem sobrecarregados. Muitas vezes para evitarem situações de desconforto, acabam assumindo o cuidado dos pacientes mais graves, e ainda gerenciando a unidade. Mas apesar disso, ao ascenderem no programa e através da rotina e das vivencias diárias em cada unidade∕especialidade por onde passam, esses sentimentos se minimizam e são trocados por maior autoconfiança e habilidade técnica. (FRANCO et al, 2011).

Em 2014, Andrade e Cardoso, sugeriu que houvesse o aprofundamento de pesquisas sobre a manifestação do estresse ocupacional, a fim de auxiliar na compreensão e na elucidação de alguns problemas enfrentados, como por exemplo a insatisfação profissional, baixo rendimento no trabalho, absenteísmo, algumas doenças ocupacionais.(ANDRADE e CARDOSO, 2011).

Schmidt, et al, em estudo publicado em 2009, afirmaram que os enfermeiros apresentam maior media para as dimensões  de demanda e controle quando comparados aos profissionais não enfermeiros, o que pode ser justificados pelo fato que os enfermeiros serem responsáveis pela administração e gestão de pessoal, pelo gerenciamento dos conflitos e insatisfação e ainda encontrarem-se em nível superior, na hierarquia institucional, aos demais trabalhadores da enfermagem.

Os fatores relacionados entre a enfermagem e ao Burnout parecem ser numerosos, considera-se que os profissionais com mais de 10 anos de profissão são os menos vulneráveis, pois a inexperiência pode acarretar sentimentos de ansiedade e insegurança. Podemos destacar que algumas características comportamentais, ocupacionais e sociodemográfica variam de acordo com o indivíduo frente a situações que o leva ao stresse.

A maioria dos artigos selecionados demonstraram preocupação em descrever os problemas da saúde dos trabalhadores de enfermagem, demonstrando uma atenção cada vez maior dos pesquisadores. O remate do estudo nos traz grande preocupação visto que possivelmente demonstra a existência de muitos profissionais com adoecimento psíquico relacionado ao assédio moral, exigência de produtividade, excesso de carga horária, atuando no campo de trabalho.

1. **CONCLUSÃO**

Considerando que a Sìndrome de Burnout decorre de altos níveis de tensão e desgaste no trabalho, os quais, por sua vez, conduzem a inadequadas atitudes de enfrentamento das situações de conflito. Neste sentido é importante destacar que a maioria dos profissionais de enfermagem identificou tanto a sobrecarga de trabalho quanto a existencia de conflitos entre valores pessoais e laborais como fatores geradores de estresse laboral e a possibilidade de progresso e recompensas como fator de proteção contra o estresse. Apesar dos enfermeiros apresentar um menor envolvimento com os pacientes , elea apresentam uma intensa sobrecarga emocional em seu cotidiano de terabalho, pois são responsáveis pelo bom funcionamento do serviço assistencial a saúde, que passa por situações estresantes que assegura a necessidae de propor mudanças organizacionais no ambiente de trabalho a fim de diminuir estes fatores que acabam por interferir na saúde dos trabalhadores.

1. **BIBLIOGRAFIA**

Andrade OS; Cardoso TAO. Prazer e dor na docência: Revisão Bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. Saúde Soc. São Paulo, n.21, n1. P.129-140. 2012.

Franco GP; Barros ALBL; Martins LAN; Zeitour SS. Burnout em residentes de enfermagem. Rev Esc Enferm. USP 2011; 45 (1): 12-8.

França F.M; Ferrari R. Síndrome de Burnout e os aspectos sócio demográficos em profissionais de enfermagem. Acta Paul Enferm. 2012; 25 (5): 743-8

Lima FD; Buunk AP; Araújo MBI; Chaves IGM; Muniz DLO; Queiroz LB. Síndrome de Burnout em residentes da Universidade Federal da Uberlândia  2004. Rev.bras. educ. méd. 2007 mais/ago; 31 (2):137-46

Meneguini F; Paz AA; Lauteri L. Fatores ocupacionais associados aos componentes da Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem. Texto contexto Enferm. Florianópolis ,2011 Abr-Jun; 20(2):225-33.

Rissardo MP, Gasparino Rc. Exaustão emocional em enfermeiros de um hospital público . Esc. Anna Nery (impr) 2013 Jan-Mar ; 17 (1) : 128-132

Schmidt DRC; Dantas RAS; Marzuale MHP; Laus AM. Estresse ocupacional entre profissionais de enfermagem do bloco cirúrgico. Texto contexto Enferm. 2009. Abr-Jun ; 18(2): 330-7

Schimidt DRC; Paladini M; Biato C; Pais  ID; Oliveira AR . Qualidade de Vida no trabalho e Burnout em trabalhadores de enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva. Rev. Bras. Enferm, Brasília 2013 Jan-Fev, 66 (1): 13-7

Silva DCM; Loureiro MF; Peres RS. Burnout em profissionais de enfermagem no contexto hospitalar. Psicol. Hosp. 2008, Abr; 6(1). 39-51

Silva T; Carlotto MS. Síndrome de Burnout em trabalhadores e de enfermagem em um hospital geral. Rev. Bras. Psicologia  v.11 n.1 Rio de Janeiro jun. 2008

Trigo TR; Teng Ct; Hallak JEC. Síndrome de Burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. Rev. Psiquiátrica clínica . 2007;34 (5): 223-33

1. Enfermeiro. Aluno do Curso de Pós Graduação em Enfermagem do Trabalho, UNIG.

   Endereço para correspondência: [qbicudo@gmail.com](mailto:qbicudo@gmail.com) [↑](#footnote-ref-1)
2. Enfermeira. Aluna do Curso de Pós Graduação em Enfermagem do Trabalho, UNIG.

   Endereço para correspondência: katvilasboas@yahoo.com.br [↑](#footnote-ref-2)