

O IMPACTO DA SÍNDROME DE *BURNOUT* NA SAÚDE DO PROFISSIONAL EM ENFERMAGEM

RESUMO

Analisar a produção científica sobre os fatores de risco relacionados à Síndrome de *Burnout* (SB) na equipe de enfermagem e as estratégias de enfrentamento. Revisão Integrativa de Literatura, composta por 11 estudos, realizados com busca de publicações entre 2012 a 2022, através da Biblioteca Virtual em Saúde. A equipe de enfermagem está exposta a inúmeros fatores de risco para a SB, os quais estão associados ao estresse e despersonalização no trabalho bem como a sobrecarga de trabalho, a falta de recursos humanos e materiais, além da desvalorização profissional, trabalho em ambiente insalubre. Portanto, é essencial que sejam tomadas medidas de enfrentamento, tais como: Apoio da equipe Multidisciplinar, a busca de ajuda de especialistas, além da valorização profissional, melhoria das condições de trabalho e atividade física. A Síndrome de *Burnout* é uma doença ocupacional cada vez mais frequente na equipe de enfermagem, uma vez que, essa categoria profissional, está indubitavelmente exposta aos fatores de risco para essa patologia. É essencial que seja direcionado um olhar mais humano e resolutivo a fim de prevenir a síndrome.

Palavras-chave: Esgotamento Psicológico, Esgotamento Profissional, Enfermagem, Fatores de Risco, Adaptação Psicológica.

ABSTRACT

To analyze the scientific production on the risk factors related to *Burnout* Syndrome (BS) in the nursing team and the coping goals. Integrative Literature Review, composed of 11 studies conducted with the search for publications between 2012 and 2022, through the Virtual Health Library. The nursing team is exposed to numerous risk factors for BS, which are associated with stress and depersonification at work as well as work overload, lack of human and material resources, in addition to professional devaluation, work in the environment unhealthy. Therefore, it is essential that they are faced with coping, such as: Support from the Multidisciplinary team, a search for help from specialists, in addition to professional valorization, improvement of working conditions and physical activity. Burnout Syndrome is an occupational disease that is increasingly common in the nursing team, since this professional category is undoubtedly exposed to the risk factors for this pathology. It is essential to direct on a more humane and resolute look in order to prevent the syndrome.

Keywords: Psychological Exhaustion, Professional Exhaustion, Nursing, Risk Factors, Psychological Adaptation.

INTRODUÇÃO

A Síndrome de *Burnout* (SB), também conhecida como Síndrome do Esgotamento Profissional (SEP) é considerada como uma doença do trabalho de caráter psicossocial segundo a Lei nº 3.048/1999, legislação brasileira que regulamenta a Previdência Social. A SB caracteriza-se por altos níveis de estresse no contexto laboral que culmina em grande exaustão física e psicológica dos profissionais, com impactos

que não se limitam apenas ao desempenho profissional, como na relação interpessoal e na qualidade de vida destes (PEREIRA *et al.*, 2019).

Segundo Perniciotti *et al.* (2020), o esgotamento ocupacional ocorre quando o profissional começa a reconhecer o local de trabalho como um ambiente ameaçador à sua saúde física e/ou mental. Quando exposto constantemente a essa situação, é possível que desencadeie a SB. Nesse contexto, os profissionais de saúde são os trabalhadores com mais propensos a apresentar à SEP, pois estes, estão expostos diariamente a ambientes complexos e intensos como os hospitais e outras instituições de saúde.

A SB corresponde ao estresse agravado e não cuidado oriundo de uma situação profissional de extremo esgotamento. Trata-se de um distúrbio psicológico que acomete profissionais submetidos ao trabalho excessivo ou aqueles que se propõe a realizar uma atividade com uma meta muito difícil que surge como resposta aos estressores interpessoais crônicos presentes no trabalho. É a expressão de um processo contínuo, com sentimentos de inadequação em relação ao trabalho e de falta de recursos para enfrentá-lo (FERREIRA, 2015; NASCIMENTO; SILVA, 2019).

Nesse contexto, a Enfermagem se inclui no grupo de profissões que exigem dinamismo, pró-atividade e tomada de decisões que impactam na manutenção da vida de seus pacientes. Por sua vez, toda essa responsabilidade aliada ao mercado de trabalho excessivamente competitivo e mutável denota a necessidade constante de atualização do profissional, o que impõe aos enfermeiros esforços físicos e mentais que tornam, por vezes, o ritmo de trabalho incompatível com bem-estar humano. Assim, a consequência da exaustão contínua é o estresse. Os autores afirmam que nesses casos, se o fator estressor não for cuidado, o estresse, que poderá causar o adoecimento do corpo e da mente, acarretando no desenvolvimento da SB (NASCIMENTO; SILVA, 2019; PAIVA *et al.*, 2019).

Corroborando com o exposto, uma pesquisa realizada em um hospital universitário do Rio Grande do Sul, com uma amostragem de 151 profissionais de enfermagem, evidenciou através do uso da escala *Maslach Burnout Inventory* (MBI) 54 indivíduos (35,7%) com diagnóstico de *Burnout*, confirmando a realidade observável da problemática abordada (BARROCA; MACIEL; MAIA, 2015).

Frenta a relevância da Síndrome de *Burnout* na equipe de enfermagem e sua gravidade, esse estudo pretende desvelar a seguinte questão norteadora: Qual o impacto da Síndrome de *Burnout* na saúde da equipe de enfermagem?

Considerando que o estresse contínuo relacionado ao trabalho é um importante fator na determinação da SB, e que a equipe de enfermagem se constitui de profissionais que estão mais expostos a desenvolver a síndrome, tornam-se essenciais estudos que discutam sobre essa temática, a fim de suscitar discussões e reflexões nesse âmbito, que possam estimular medidas de enfrentamento dessa síndrome.

Assim o estudo justifica-se na compreensão dos fatores e causas da SB na equipe de enfermagem, pois sabe-se que dentro dessa perspectiva, a sociedade precisa de profissionais de saúde que estejam preparados emocionalmente para lidar com o estresse cumulativo ao longo do processo, para que não haja comprometimento das

suas ações. Para isso, faz-se necessário que os gestores e as organizações de saúde tenham o compromisso de melhorar a qualidade de vida de seus integrantes e trazer melhorias para o ambiente de trabalho como um todo.

Nesse sentido, objetivou-se analisar os impactos relacionados à Síndrome de *Burnout* na equipe de enfermagem.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa, método que tem como finalidade sintetizar resultados obtidos em pesquisas sobre uma determinada temática e proporcionar o direcionamento para a prática clínica, fundamentando-se em conhecimento clínico (CASARIN *et al.*, 2020).

Para o alcance desse objetivo, a construção da revisão foi baseada em seis etapas distintas. Inicialmente, na primeira etapa, foi elaborada uma pergunta norteadora. A definição da pergunta norteadora é considerada a fase mais importante da revisão, pois ela determina quais serão os estudos incluídos, os meios adotados para a identificação e as informações coletadas de cada estudo selecionado (CASARIN *et al.*, 2020). Dessa forma, nessa revisão, foi elaborada a seguinte questão: Qual o impacto da Síndrome de *Burnout* na saúde da equipe de enfermagem?

Na segunda etapa, foi realizada a busca ou amostragem na literatura. A busca em base de dados deve ser ampla e diversificada, buscando abranger a procura em bases eletrônicas, busca manual em periódicos, as referências descritas nos estudos selecionados (CASARIN *et al.*, 2020).

Nesse estudo, a busca bibliográfica foi realizada mediante a questão norteadora e direcionamento dos descritores selecionados previamente no site dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) : “Esgotamento Psicológico”, “Esgotamento Profissional”, “enfermagem” , “Fatores de Risco” , “Adaptação Psicológica”.

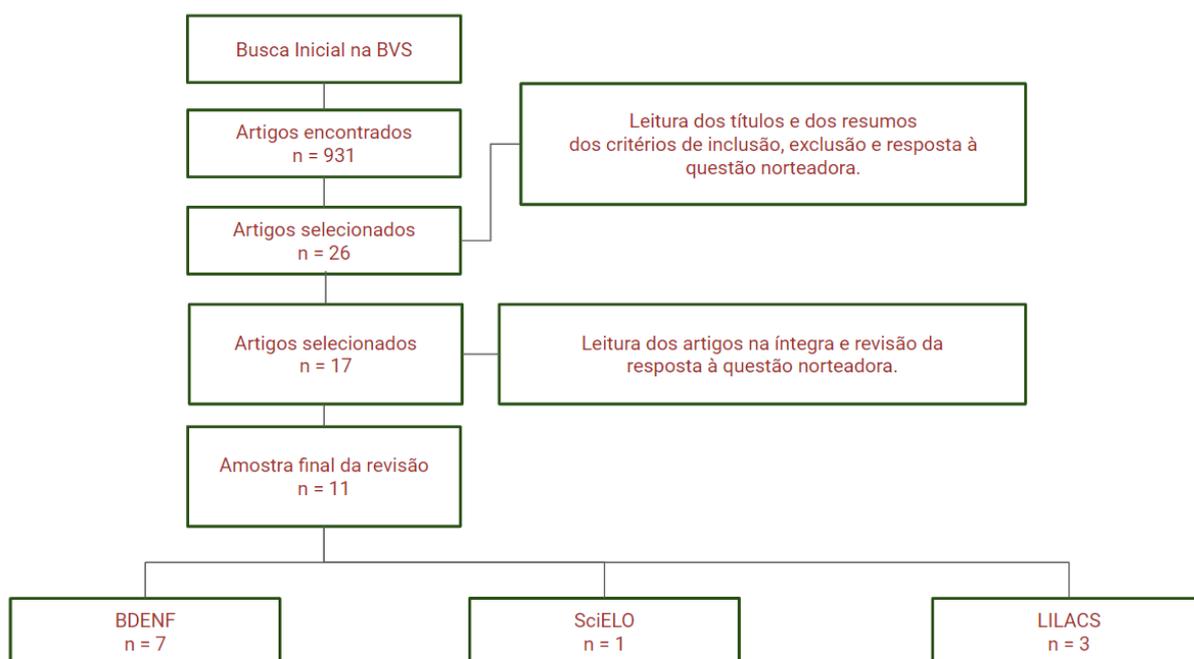
A busca foi realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), nas bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO); Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS); Base de dados de enfermagem (BDENF); Índice Bibliográfico Espanhol de Ciências de Saúde (IBECS). Como estratégia de busca foi adotada a seleção das publicações a partir dos descritores, seleção do período de publicação e idiomas, leitura de títulos e resumos escolhendo-se aqueles que abordassem o tema e que atendessem aos objetivos do estudo e exclusão dos que não atendessem aos critérios descritos posteriormente.

Dessa forma, nessa etapa foram definidos os seguintes critérios de inclusão e exclusão: publicações que abordassem o impacto da Síndrome de *Burnout* na equipe de enfermagem, publicados em português, com textos disponíveis na íntegra e publicados a partir do ano de 2012 até 2022, e que pudessem responder a questão norteadora. Foram excluídos os artigos indexados em base de dados repetidas, em formato de tese, dissertação e monografia e os estudos cuja temática não contemplou a temática definida.

A estratégia de busca foi iniciada na biblioteca virtual BVS, combinando os descritores com os operadores booleanos AND e OR, como descrito a seguir: “Esgotamento Psicológico” AND “Esgotamento Profissional” AND “enfermagem” AND “Fatores de Risco” OR “Adaptação Psicológica”. Inicialmente, foram localizadas 931 publicações, depois foram aplicados os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos, sendo excluídas 853 publicações.

Ao final, foram selecionadas 26 publicações para leitura na íntegra visando garantir maior confiabilidade e validação do material selecionado a ser analisado nesta revisão. Nesse processo de seleção, foram refinados os textos que realmente respondiam à questão de interesse, que possuíam adequação metodológica e com discussão consistente da temática proposta. Após a leitura, as publicações que apresentaram alguma discordância de sua aceitação para compor a amostra final foram novamente analisadas, sendo excluídas ou não. Cessada a etapa de pré-seleção e seleção do material, permaneceram 11 publicações, que contemplam a amostra final que compõem esta revisão (Figura 1).

Figura 1 – Identificação, seleção e inclusão das publicações que constituíram a revisão integrativa. Belo Horizonte, 2022.



Posteriormente na terceira fase foi realizada a seleção das informações mais importantes dos estudos. Logo após, foi realizada a quarta fase da revisão (análise crítica dos estudos incluídos), com a categorização dos estudos selecionados. Análoga à análise dos dados das pesquisas convencionais, esta fase requer uma abordagem organizada para avaliar o rigor e as características de cada estudo. Para auxiliar na escolha da melhor evidência possível, foi utilizado uma hierarquia das

evidências, segundo o delineamento da pesquisa, que foi um dos itens analisados nesta fase.

Quadro 1 - Hierarquia de Nível de Evidências.

Nível de Evidência	Definição
Nível I	Evidências resultantes da meta-análise de múltiplos estudos clínicos controlados e randomizados
Nível II	Evidências obtidas em estudos individuais com delineamento experimental
Nível III	Evidências de estudos quase-experimentais
Nível IV	Evidências de estudos descritivos ou com abordagem qualitativa
Nível V	Evidências provenientes de relatos de caso/experiência
Nível VI	Evidências baseadas em opiniões de especialistas

Fonte: CASARIN *et al.*, 2020

Os estudos selecionados foram analisados também, em relação à Qualis das revistas das quais foram publicados. Para analisar a qualidade da produção científica utilizou-se a avaliação por meio da QUALIS/CAPES. Através desta ferramenta os periódicos foram analisados e enquadrados em estratos que indicam qualidade, sendo A1, o nível mais elevado seguido de A2, B1, B2, B3, B4, B5 e C o nível mais baixo (BRASIL, 2022).

Ao final da trajetória metodológica, as publicações foram analisadas exaustivamente, sintetizadas em um quadro sinóptico, com a descrição das características do título, ano, objetivos, principais resultados, conclusões ou recomendações finais (QUADRO 2).

Na quinta etapa, realizou-se a discussão dos resultados a partir da interpretação e síntese dos resultados, comparando-se os dados evidenciados na análise dos artigos ao referencial teórico. Além de identificar possíveis lacunas do conhecimento, é possível delimitar prioridades para estudos futuros. Contudo, para proteger a validade da revisão integrativa, o pesquisador deve salientar suas conclusões e inferências, bem como explicitar os vieses (CASARIN *et al.*, 2020).

Além disso, os estudos foram categorizados a partir do seu tema central (Síndrome de *Burnout*), e discutidos a partir das seguintes categorias e suas respectivas subcategorias:

1) Fatores de risco para Síndrome de *Burnout*.

- 1.1 Sobrecarga, pressão e Jornada Excessiva de Trabalho;
- 1.2 Falta de recurso material e Trabalho em Ambiente Insalubre;
- 1.3 Desvalorização profissional e baixa remuneração;

2) Estratégias de enfrentamento para SB.

- 2.1 Apoio da equipe Multidisciplinar e manter um ambiente de trabalho harmônico;
- 2.2 Busca de ajuda de especialistas;
- 2.3 Valorização profissional;

2.4 Melhoria das condições de trabalho;

Finalmente, na sexta fase, realizou-se a apresentação da revisão integrativa de modo a permitir ao leitor avaliar criticamente os resultados, contendo, informações pertinentes e detalhadas, baseadas em metodologias contextualizadas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Apresenta-se, no quadro 2, a síntese dos estudos incluídos nesta revisão integrativa, os quais constituíram o corpo do estudo e representam a essência para a elaboração dos resultados, discussão e conclusão sobre a temática dos impactos da síndrome de *Burnout* na saúde da equipe de enfermagem.

Quadro 2 - Caracterização dos artigos que fizeram parte da amostra do estudo, segundo título autores, bases de dados, objetivos e principais resultados. Belo Horizonte, 2022.

ID/Título/Autor	Base de dados	Objetivo do estudo	Principais resultados
1 Condições de trabalho de Técnicas de Enfermagem de um Hospital Particular BARROCAS, Paula Herbster Nogueira; MACIEL, Regina Heloisa; MAIA, Luciana Maria	LILACS	Identificar as condições de trabalho de técnicas de enfermagem e o impacto para a saúde desses profissionais, principalmente em relação ao contato com o paciente em sofrimento e seus familiares.	Os resultados do estudo mostraram que as condições de trabalho interferem no nível de estresse das profissionais de enfermagem e que algumas destas entrevistadas apresentam sinais de <i>Burnout</i> .
2 Estresse Ocupacional em Profissionais de Enfermagem LLAPA-RODRIGUEZ <i>et al.</i>	BDENF - Enfermagem	Analisar os fatores de estresse em enfermeiros de um hospital universitário da cidade de Aracaju, Sergipe, Brasil.	Na pesquisa, a enfermagem revelou-se como uma profissão de risco para o estresse ocupacional, sofrendo diversas influências relacionadas à organização e ao processo de trabalho, incluindo a SB.
3 O Trabalho de Enfermagem em Centro de Tratamento de Queimados: Riscos Psicossociais OLIVEIRA, Elias Barbosa <i>de et al.</i>	BDENF - Enfermagem	Identificar os riscos psicossociais e as recompensas no trabalho de enfermagem em centro de tratamento de queimados, verificando a possível associação com o estresse ocupacional.	O estudo mostra que os trabalhadores de enfermagem enfrentam inúmeros riscos psicossociais tais como: a pressão do tempo, as interrupções no trabalho, o duplo e triplo vínculo empregatício, o regime de trabalho em turnos, a carga horária extensa, o alto grau de responsabilidade no trabalho, e desvalorização profissional, os quais estão associados ao estresse no trabalho, caracterizado pela SB.

<p>4 Incidência da Síndrome de <i>Burnout</i> em Profissionais de Enfermagem Atuantes em Unidade de Terapia Intensiva</p> <p>SILVA, Ana Paula Farias da; CARNEIRO, Lucilla Vieira; RAMALHO, Juliana Paiva Góes.</p>	<p>BDENF - Enfermagem</p>	<p>Avaliar a incidência da síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais de enfermagem que atuam em unidade de terapia intensiva de um hospital público de João Pessoa, e analisar os principais fatores que ocasionam esta síndrome.</p>	<p>A pesquisa evidenciou que o trabalho da equipe de enfermagem revela um alto nível de estresse que pode levar a uma queda drástica na qualidade e humanismo do atendimento prestado aos pacientes, configurando-se na SB.</p>
<p>5 Impactos da Síndrome de <i>Burnout</i> na Qualidade de Vida dos Profissionais de Enfermagem da Atenção Básica à Saúde</p> <p>RAMOS, Carlos Eduardo Barbosa <i>et al.</i></p>	<p>LILACS</p>	<p>Identificar o impacto da Síndrome de <i>Burnout</i> (SB) na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da Atenção Básica à Saúde</p>	<p>O estudo concluiu que os profissionais da saúde, em especial os da equipe de enfermagem, são expostos diariamente a fatores estressores em seu ambiente de trabalho, como: desvalorização profissional, relações conflituosas com os profissionais da equipe, podendo desenvolver nesses trabalhadores a SB.</p>
<p>6 Síndrome de <i>Burnout</i> e Fatores de Estresse em Enfermeiros Nefrologistas</p> <p>MORENO, Juliany Kelly <i>et al.</i></p>	<p>BDENF - Enfermagem</p>	<p>Identificar os riscos da Síndrome de <i>Burnout</i> e fatores de estresse em enfermeiros nefrologistas.</p>	<p>A existência de sinais e sintomas da Síndrome de <i>Burnout</i> e fatores de estresse foram identificados nas enfermeiras principalmente, fatores estressores, como: tensão, medo e cansaço; sendo eles decorrentes da sobrecarga de trabalho e da convivência diária com situações conflituosas.</p>
<p>7 Estresse e Estratégias de Enfrentamento em Trabalhadores de Enfermagem de uma Unidade de Saúde da Família</p> <p>FERREIRA, Jéssica da Silva <i>et al.</i></p>	<p>BDENF - Enfermagem</p>	<p>Determinar a presença de Hardiness em enfermeiros gestores de instituições hospitalares</p>	<p>O estudo mostrou que os profissionais de enfermagem se consideram estressados, devido a diversos fatores de risco que podem desencadear a SB, tais como: sobrecarga de atividades; condições de trabalho precárias; prazos curtos para realizar as atividades; relação conflituosa.</p>
<p>8 Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais do serviço de atendimento móvel de urgência</p> <p>LUZ, Laiana Maria <i>et al.</i></p>	<p>BDENF - Enfermagem</p>	<p>Analisar a prevalência da Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência</p>	<p>Para a equipe como um todo, houve escores altos para Desgaste Emocional (28,1%), Despersonalização (21,9%) e Incompetência Profissional (28,1%) (escore reverso)</p>

9 Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva FERNANDES, Larissa Santi; NITSCHKE, Maria José Trevizani; GODOY, Ilda.	SciELO	Avaliar o nível da Síndrome de <i>Burnout</i> nos profissionais de enfermagem na Unidade de Terapia Intensiva	74,5% dos profissionais obtiveram um alto nível para exaustão, 93,7% baixo nível para realização profissional e 93,7% alto nível para despersonalização.
10 A Enfermagem na Urgência e Emergência: entre o Prazer e o Sofrimento KOLHS, Marta <i>et al.</i>	BDEF - Enfermagem	Compreender as práticas exercidas pelos enfermeiros, na Unidade de Terapia Intensiva (UTI), em situações de final de vida, e relacioná-las ao sofrimento moral.	O estudo identificou os fatores geradores de estresse que podem desencadear a SB, tais como: sobrecarga de trabalho, Desvalorização profissional, pressão no trabalho e as estratégias de enfrentamento desenvolvidas para amenizar seus efeitos, como: apoio da equipe multidisciplinar, ambiente de trabalho harmônico, a busca de ajuda de especialistas, e a atividade física.
11 O Estresse em Profissionais de Enfermagem: uma Revisão Sistemática RATOCHINSKI, Cláudia Mara Witt <i>et al.</i>	LILACS	Realizar uma revisão sistemática da produção científica realizada acerca do tema estresse em enfermeiros.	O estudo demonstrou que o enfermeiro em sua atividade laboral enfrenta diversos fatores de risco que podem alterar seu nível de estresse, podendo desenvolver a SB, estes são: sobrecarga de Trabalho, falta de recursos humanos e materiais, ambiente insalubre no trabalho, relações conflituosas e jornada dupla.

Desenvolveu-se, a partir da análise dos resultados dos 11 artigos selecionados, uma análise dos estudos quanto ao ano de publicação; sua metodologia e nível de evidência, bem como, a qualificação da qualis do periódico, representados a seguir.

Tabela 1. Distribuição dos artigos analisados por ano de publicação, Belo Horizonte, 2022.

Periódico	Ano de publicação
1 O Público e o privado	2015
2 Revista enfermagem UERJ	2018
3 Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online	2015
4 Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online	2020
5 Revista Brasileira de Ciências da Saúde	2019
6 Rev enfermagem UFPE	2018
7 Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online	2017

8 Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online	2017
9 Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online	2017
10 Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online	2017
11 Revista Brasileira de Ciências da Saúde	2016

A Tabela 1. mostra a distribuição dos estudos em relação ao seu ano de publicação. No ano de 2017 foram publicados 4 artigos, correspondendo a 36,7% (n=4) da amostra, já nos anos de 2015 e 2018, foram publicados 2 artigos, correspondendo a 18,2% (n=4/36,3%) da amostra, bem como, nos anos de 2016, 2019 e 2020 foram publicados somente 1 periódico, equivalente a 18,2% (n=3/27,3%). Nos anos de 2012, 2013, 2014, 2021 e 2022 não foram publicados estudos acerca do tema. Isso mostra, que a síndrome de *Burnout* ainda é um tema que precisa ser muito estudado, e que vem ganhando destaque no meio acadêmico nos últimos 10 anos, evidenciando assim, maior interesse pelos profissionais, demonstrando a importância da discussão do assunto, à medida que os anos passam.

Tabela 2 - Distribuição dos artigos segundo a Qualis dos periódicos, Belo Horizonte, 2022.

Título dos Artigos	Metodologia	Nível de Evidência	Classificação
1 Condições de trabalho de Técnicas de Enfermagem de um Hospital Particular	Estudo descritivo	IV	B5
2 Estresse Ocupacional em Profissionais de Enfermagem	Estudo descritivo	IV	B1
3 O Trabalho de Enfermagem em Centro de Tratamento de Queimados: Riscos Psicossociais	Estudo descritivo	IV	B2
4 Incidência da Síndrome de <i>Burnout</i> em Profissionais de Enfermagem Atuantes em Unidade de Terapia Intensiva	Estudo descritivo	IV	B2
5 Impactos da Síndrome de <i>Burnout</i> na Qualidade de Vida dos Profissionais de Enfermagem da Atenção Básica à Saúde	Estudo descritivo	IV	B3
6 Síndrome de <i>Burnout</i> e Fatores de Estresse em Enfermeiros Nefrologistas	Estudo descritivo	IV	B1
7 Estresse e Estratégias de Enfrentamento em Trabalhadores de Enfermagem de uma Unidade de Saúde da Família	Estudo descritivo	IV	B2
8 Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais do serviço de atendimento móvel de urgência	Estudo descritivo	IV	B2

9 Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva	Estudo descritivo	IV	B2
10 A Enfermagem na Urgência e Emergência: entre o Prazer e o Sofrimento	Estudo descritivo	IV	B2
11 O Estresse em Profissionais de Enfermagem: uma Revisão Sistemática	Revisão Sistemática	IV	B3

Através da tabela 2 é possível analisar os estudos conforme seu nível de evidência. Todos os estudos possuem a classificação de nível IV, representados por 10 artigos de estudo descritivo (90,9%) e 1 artigo de estudo de revisão sistemática (9,1%).

Ainda na Tabela 2, é possível verificar a análise conforme a qualis do periódico. O periódico que obteve maior número de estudos publicados possui Qualis B2 (n=6/54,3%), considerada adequada no meio científico. Seguida da Qualis B1 e B3 com 2 estudos presentes (n=4/36,6%), e da Qualis B5 com apenas 1 estudo presente (n=1/9,1%). Diante disso, fica evidente que os periódicos selecionados neste estudo possuem uma Qualis aprovada, o que aumenta a veracidade dessa revisão.

CATEGORIA 1: IMPACTOS RELACIONADOS À SÍNDROME DE *BURNOUT* NA EQUIPE DE ENFERMAGEM

1.1 SOBRECARGA, PRESSÃO E JORNADA EXCESSIVA DE TRABALHO

Dentre os fatores de risco, citados nos estudos analisados, verifica-se que a maioria dos autores revela que o principal fator que causa a SB é a sobrecarga de trabalho. Estes, afirmam que o tempo é uma ferramenta escassa da equipe de enfermagem, tendo em vista que a maioria possui um mínimo período para que seja feita a realização das muitas atividades dentro do período laboral, o que muitas das vezes acaba desencadeando a sobrecarga. Associa-se que, muitas vezes, estes profissionais acabam executando tarefas que não estão no seu contexto profissional, pois a sobrecarga de trabalho acontece certamente sobre a carga que ultrapassa as competências dos trabalhadores, uma vez que, a enfermagem é uma profissão que acumula inúmeras responsabilidades, atribuições e tarefas com variadas complexidades que exigem demanda física e psicológica, que muitas vezes excedem o suportado por estes profissionais, podendo acarretar na SB (FERREIRA *et al.*, 2017; KOLHS *et al.*, 2017; RATOCHINSKI *et al.*, 2016; MORENO *et al.*, 2018; SILVA; CARNEIRO; RAMALHO, 2020; LUZ *et al.*, 2017).

Os autores ainda relatam que a sobrecarga, o ritmo de trabalho, as dobras de plantões podem afetar o desempenho físico, mental e emocional dos profissionais, resultando em exaustão e despersonalização desse profissional, fazendo com que sintam frustração profissional, influenciando diretamente na qualidade assistencial e no desempenho diário, uma vez que, estes sentimentos acarretam na SB (BARROCAS PHN; MACIEL RH; MAIA LM, 2015; LLAPA-RODRIGUEZ *et al.*, 2018; FERNANDES; NITSCHKE; GODOY, 2017).

Um estudo realizado em clínicas de nefrologia em Fortaleza no ano de 2018 evidenciou que grande parte da equipe de enfermagem relatou que se encontrava sobrecarregada, cansada, fatigada e sem energia para realizar suas atividades e

ofertar uma assistência eficaz, o que demonstra que esses fatores impactam diretamente não somente a saúde do trabalhador, mas também e consequentemente na qualidade assistencial ofertada, uma vez que, um profissional frustrado ou até mesmo com a SB, não consegue desenvolver plenamente suas funções (MORENO *et al.*, 2018).

Os estudos demonstram que a equipe de enfermagem está mais propensa ao estresse, e por isso, torna-se necessário, levantar um alerta de preocupação com qualidade de vida no trabalho desses profissionais. Visto que, há sobrecarga de atividades que podem ser causadoras de esgotamento físico e/ou mental, e o profissional inserido nesse ambiente de trabalho desgastante, pode desenvolver a SB (FERREIRA *et al.*, 2017; KOLHS *et al.*, 2017; SILVA; CARNEIRO; RAMALHO, 2020; LUZ *et al.*, 2017).

1.2 FALTA DE RECURSO MATERIAL E TRABALHO EM AMBIENTE INSALUBRE

Outro fator de risco para SB identificado nos estudos relaciona-se às condições de trabalho precárias em que o trabalhador está exposto. As pesquisas mostram que, em um ambiente de trabalho inapropriado, o trabalhador tende a desenvolver sinais de estresse, com consequências visíveis na atuação profissional, podendo comprometer a qualidade do processo de trabalho. Em ambientes assim, os profissionais ficam sujeitos a uma realidade nas quais os recursos são escassos para atender as difíceis demandas, e a sentimentos de frustração e impotência, além de intensa pressão sobre este, acarretando no estresse. A presença desses sinais são evidências para um possível surgimento de doenças ocupacionais, dentre elas a SB (FERREIRA *et al.*, 2017).

O estresse ocupacional decorrente de um processo de trabalho em ambientes insalubres e sem o devido recurso material para o desenvolvimento das devidas tarefas tem importantes repercussões no cotidiano profissional e pessoal da equipe de enfermagem. Assim, torna-se um grande desafio proporcionar qualidade de vida no ambiente de trabalho desses trabalhadores em seus diferentes campos de atuação profissional, uma vez que, quando prejudicada, pode provocar o surgimento da Síndrome de *Burnout* (RAMOS *et al.*, 2019; SILVA; CARNEIRO; RAMALHO, 2020).

Silva, Carneiro e Ramalho (2020), relatam em seu estudo, que as condições de trabalho a que estão expostos a equipe de enfermagem, favorecem o estresse ocupacional, pelas características inerentes à profissão e natureza do trabalho, constituindo-se como importante causa de doenças ao trabalho, resultando em SB. Isso ocorre pois, a partir do estímulo gerado pelo meio ambiente, o ser humano pode ser influenciado por reações de ordem física e psíquica. Por isso, os autores dizem que, a falta de recursos e o ambiente insalubre, são fatores potencializadores de estresse trazendo sérios riscos para a saúde (MORENO *et al.*, 2018; SILVA; CARNEIRO; RAMALHO, 2020).

Portanto, é possível verificar que a estrutura organizacional da instituição hospitalar na qual a equipe de enfermagem está exposta, contribui para ocorrência de estresse e, consequentemente, para o desenvolvimento da SB, tanto interferindo na vida pessoal quanto na profissional. E ainda, o trabalho quando realizado em condições insalubres e inseguras, influencia diretamente o bem-estar físico e psíquico do profissional (FERREIRA *et al.*, 2017; MORENO *et al.*, 2018).

Frente a isso, uma pesquisa realizada em uma Unidade de Saúde da Família, no Rio de Janeiro, mostrou que muitas vezes, os profissionais se deparam com ambientes insalubres, perigosos, e propícios a riscos à saúde, adicionado às pressões e exigências do próprio trabalho favorecendo assim o desenvolvimento da SB (FERREIRA *et al.*, 2017).

Sabe-se que os profissionais destas unidades estão expostos a realidade destas pessoas, e muitas vezes com raros recursos para o atendimento das demandas requer do profissional um gasto de energia e adaptação para lidar com o contato direto a realidade, anseios e aflições, além de saber estabelecer um relacionamento interpessoal com o próximo. E por isso, as situações cotidianas somadas às características individuais de cada trabalhador podem levá-lo a desenvolver estresse (FERREIRA *et al.*, 2017).

Por outro lado, o trabalho pode ser a gênese de realização e de prazer, o meio da pessoa desenvolver-se individual e coletivamente, sendo considerado fator essencial para o equilíbrio e crescimento deste, o que possibilita manter a saúde e estabilidade mental (BARROCAS; MACIEL; MAIA, 2015).

1.3 DESVALORIZAÇÃO PROFISSIONAL E BAIXA REMUNERAÇÃO

Sabe-se, que desde o surgimento da profissão até os dias atuais, a equipe de enfermagem tem buscado uma auto definição acerca de seu papel e tem se empenhado em construir sua identidade profissional e obter reconhecimento. Estar em uma profissão não reconhecida ou em que as expectativas não foram superadas como esperado, no decorrer dos anos, impactam no desenvolvimento de sentimentos de frustração e desânimo, e isso acaba gerando sentimentos negativos a esses profissionais, como frustração, despersonalização, e tudo isso pode corroborar a surgimento da SB (MORENO *et al.*, 2018; CARNEIRO; RAMALHO, 2020).

A pesquisa de Oliveira *et al.* (2015), revela que o lugar que o trabalho ocupa na vida dos indivíduos em termos de organização psíquica e social, constitui-se na satisfação do trabalho, que é a somatória de diferentes elementos que compõem o mundo pessoal e profissional, e tem como resultado a avaliação que o trabalhador tem acerca de seu trabalho. Na medida em que o trabalhador não tem concretizadas ou atendidas as suas necessidades ou expectativas em relação ao trabalho, surge o componente de insatisfação, sendo que esta, pode gerar inúmeros outros sentimentos com a frustração e a despersonalização, estas como já é de conhecimento são geradoras da SB.

Outro estudo apresentado por Moreno *et al.* (2018) evidenciou a falta de reconhecimento profissional em seu estudo como fator para o desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*, pois esta causa a frustração, uma vez que, quando o homem busca, por meio de sua atividade laboral, promover a si e aos seus familiares as condições dignas de vida, ele está em busca do reconhecimento e estima social, em seu ambiente de trabalho. Quando este, se depara em um ambiente de trabalho, na qual não encontra o devido reconhecimento e valorização, acaba tendo tais sentimentos, que acarretam em patologias ocupacionais.

Atrelado a isso, diversos estudos apontam a insatisfação da equipe de enfermagem em relação a sua remuneração e os baixos salários como um fator de desenvolvimento da SB, tendo em vista, que os profissionais não se sentem valorizados do ponto de vista econômico, o que gera desgaste profissional, impactando em sua saúde. Por isso, os salários aparecem como um fator desfavorável à permanência na profissão da equipe de enfermagem e isso afeta também os profissionais com ou sem sintomas de exaustão emocional, fazendo com que os profissionais que não possuem SB possam desenvolver a SB, visto que, se não for identificado e corrigido esses fatores, mais profissionais estarão expostos a eles, tornando assim, susceptíveis a desenvolver a SB (BARROCAS; MACIEL; MAIA, 2015; FERREIRA *et al.*, 2017; SILVA; CARNEIRO; RAMALHO, 2020).

Portanto, é fundamental que os profissionais recebam a devida valorização profissional, com salários dignos, e que permitam-lhes ter maior qualidade de vida e melhores condições laborais (MORENO *et al.*, 2018).

CATEGORIA 2: ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DA SÍNDROME DE BURNOUT

A Síndrome de *Burnout*, tem sido amplamente motivo de estudo mundial, uma vez que, esta afeta relações socioculturais, administrativas e econômicas, não sendo apenas um problema psicológico (RAMOS *et al.*, 2019).

2.2 BUSCA DE AJUDA DE ESPECIALISTAS

A identificação do estresse ocupacional corresponde a um dos grandes agentes de mudança para o quadro atual. A visão da SB como sendo multicausal, traz uma reflexão sobre a magnitude do estresse e o impacto à saúde do trabalhador, quer seja de ordem física, quer seja de ordem mental. Para tal são necessárias a aplicação de estratégias de enfrentamento para a problemática envolvida. Diante disso, Kolhs *et al.* (2017) trazem em seu estudo como estratégias de enfrentamento para SB, o conversar sobre o ocorrido com um profissional especialista, a fim de buscar informações sobre o acontecido, pedir orientações, e realizar o devido acompanhamento psicológico dos colaboradores que lidam com a SB (SILVA; CARNEIRO; RAMALHO, 2020).

Diante disso, fica evidente, que o enfermeiro enquanto líder de equipe, busque ter uma visão sobre o problema da SB, objetivando à promoção da qualidade de vida no ambiente de trabalho, além de, buscar reconhecer os sinais e sintomas em sua equipe a fim de direcionar aos especialistas, caso seja necessário. Evitando observar somente a doença, ou a visão da patologia ocupacional, uma vez que, a profissão deve trazer prazer e satisfação pessoal, impedindo o desenvolvimento da síndrome de *Burnout* (LLAPA-RODRIGUEZ *et al.*, 2018; SILVA; CARNEIRO; RAMALHO, 2020).

2.3 VALORIZAÇÃO PROFISSIONAL

Para que se tenha um bom resultado na elaboração de estratégias, é preciso saber, que estas devem ser elaboradas individual e coletivamente. Uma vez que, o sofrimento, o prazer e os desejos são vivências subjetivas de cada ser humano, e diante disso, o reconhecimento do trabalho prestado também pode se constituir em

uma estratégia de enfrentamento para a SB, este podendo vir a ser da equipe, dos pacientes e até mesmo dos seus acompanhantes (BARROCAS; MACIEL; MAIA, 2015; KOLHS *et al.*, 2017).

Dito isso, a cooperação se torna efetiva apenas quando a equipe de enfermagem confirma o seu desejo, ambição e cooperação coletiva, tornando-se assim, uma motivação que deve ser de extrema importância para a contribuição para um ambiente de trabalho que proporcione ao colaborador qualidade de vida (KOLHS *et al.*, 2017).

Segundo Kolhs *et al.* (2017), o reconhecimento se dá por meio das atividades realizadas com prazer pelo profissional, sendo elas mais eficientes e de qualidade, trazendo melhor resultado para o paciente assim como para a assistência prestada, quando este recebe o devido reconhecimento, seja ele pelo paciente/familiar, ou pela equipe multidisciplinar e seus demais superiores.

Haja vista, diante da magnitude do problema, os autores sugerem que é necessário que se tenham formas para que o colaborador se sinta, realizado e receba o devido reconhecimento, pois esta estratégia desempenha um papel relevante na capacidade de desenvolver resistência aos fatores de sofrimento, fazendo com que não se instale e o mesmo não venha a adoecer (BARROCAS; MACIEL; MAIA, 2015; KOLHS *et al.*, 2017).

2.4 MELHORIA DAS CONDIÇÕES DE TRABALHO E CLIMA ORGANIZACIONAL

As estratégias de enfrentamento organizacionais são extremamente relevantes, pois a SB está no contexto laboral, e por isso, é necessário o desenvolvimento de medidas de prevenção para melhorar o clima organizacional, tais como, terapia ocupacional, ginástica laboral, aumento do número de funcionários e, conseqüentemente, melhores condições de trabalho (SILVA; CARNEIRO; RAMALHO, 2020).

Llapa-Rodriguez *et al.* (2018), diz que para a melhoria da organização do trabalho, é necessário, basicamente, um tempo mínimo para execução de ações de enfermagem, para que possam ser realizadas sem sentimentos geradores de pressão e estresse. Ademais, o autor também reafirma, que para proporcionar essa melhoria laboral, é essencial a adequação dos recursos humanos com o intuito de evitar que o profissional de enfermagem, tenha uma carga de trabalho muito desgastante e se sobrecarregue.

Portanto, os estudos evidenciaram que estando o profissional satisfeito com seu ambiente de trabalho, nas relações com os colegas, entre outras variáveis de satisfação, há probabilidade de que estas situações positivas transformem as pressões em fonte de crescimento emocional e profissional, diminuindo assim, as probabilidades do desenvolvimento da SB (LLAPA-RODRIGUEZ *et al.* 2018; LUZ *et al.*, 2017).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo evidenciou, que a equipe de enfermagem está exposta a inúmeros fatores de risco para a SB, os quais estão associados ao estresse no trabalho, bem como, a sobrecarga de trabalho, a falta de recursos humanos e materiais, além da desvalorização profissional, trabalho em ambiente insalubre. Diante dessa série de fatores de risco, é necessário que se tenham estratégias para enfrentá-los, com isso, este estudo também demonstrou que as principais estratégias utilizadas foram: o apoio da equipe multidisciplinar, a presença de um ambiente de trabalho harmônico, além da valorização profissional e melhorias das condições de trabalho. A Síndrome de *Burnout* é uma doença ocupacional que está cada vez mais frequente na equipe de enfermagem, uma vez que, essa categoria profissional, está indubitavelmente exposta aos fatores de risco para essa patologia. Dito isso, torna-se essencial que se trabalhe em cima disso, através de medidas preventivas e também com estratégias de enfrentamento, a fim de proporcionar a estes profissionais, qualidade de vida e profissional. Ademais, ressalta-se a necessidade de se atentar para esse problema de saúde laboral, e para tal, sugerimos novos estudos acerca da temática para que sejam estudados e identificados todos os fatores de risco para o surgimento desta, e para que estratégias de enfrentamento sejam criadas.

REFERÊNCIAS

BARROCAS, P.; MACIEL, R.; MAIA, L. Condições de trabalho de técnicas de enfermagem de um hospital particular. **O público e o privado**, vol. 25, p. 77-100. Ceará. 2015.

BRASIL. Ministério da Educação. Plataforma Sucupira. Brasília: Ministério da Educação. 2022. [Acesso em: 5 nov. 2022] Disponível em: <<https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/public/index.xhtml>>

CASARIN, S.; PORTO, A.; GABATZ, R.; BONOW, C.; RIBEIRO, J.; MOTA, M.. Tipos de revisão de literatura: considerações das editoras do Journal of Nursing and Health. **J. nurs. health**. vol.10 n.e2010403. Pelotas. 2020.

FERNANDES, L.; NITSCHKE, M.; GODOY, I. Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva. **Rev Pesqui Cuid é Fundam Online**. vol. 9, n.2, p. 551-557. Rio de Janeiro. 2017

FERREIRA, J. *et al.* Estresse e estratégias de enfrentamento em trabalhadores de enfermagem de uma unidade de saúde da família. **Rev Pesqui Cuid é Fundam Online**. vol. 9, n. 3, p. 818-823. Rio de Janeiro. 2017

FERREIRA, N.; LUCCA, S. Síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de um hospital público do Estado de São Paulo. **Rev. bras. epidemiologia**, vol. 18, n. 1, p. 68-79. São Paulo. 2015.

KOLHS, M. *et al.* A enfermagem na urgência e emergência: entre o prazer e o sofrimento. **Rev Pesqui Cuid é Fundam Online**, vol. 9, n. 2, pag. 422-431. Rio de Janeiro. 2017.

LLAPA-RODRIGUEZ, E. *et al.* Estresse ocupacional em profissionais de enfermagem. **Rev enferm UERJ**, vol. 26, n. e19404, pag. 1-5. Rio de Janeiro. 2018.

LUZ, L.; BARBOSA, R.; SARMENTO, K.; SALES, J.; FARIAS, K.; MARQUES, M. Síndrome de burnout em profissionais do serviço de atendimento móvel de urgência Burnout Syndrome in urgency mobile service professionals. **Rev Pesqui Cuid é Fundam Online**. vol. 9, n. 1, pag. 238-246. Rio de Janeiro. 2017.

MORENO, J. *et al.* Síndrome de Burnout e fatores de estresse em Enfermeiros Nefrologistas. **Rev enferm UFPE on line**., vol. 12, n. 4, pag. 865-71. Recife. 2018

NASCIMENTO e SILVA, G. (Re) Conhecendo o Estresse no Trabalho: uma Visão Crítica. Gerais: **Revista Interinstitucional de Psicologia**, vol. 12, n. 1, pag. 51-61. Minas Gerais, 2019.

OLIVEIRA, E. O trabalho de enfermagem em centro de tratamento de queimados: riscos psicossociais. **Rev Pesqui Cuid é Fundam Online**., vol. 7, n. 4, pag. 3317-3326. Rio de Janeiro. 2015.

PAIVA, J. et al. Fatores desencadeantes da síndrome de Burnout em enfermeiros. **Rev enferm UFPE on line.**, vol. 13, n. 1, pag. 483-90. Recife. 2019

PEREIRA, L.; SOUZA, S.; MORAES, S.; BARBOSA, J. Síndrome de burnout na enfermagem no contexto da pandemia de COVID-19: revisão da literatura. **Rev Bras Interdiscip Saúde - ReBIS.** vol. 3, n. 4, pag.109-15. Distrito Federal. 2021

PERNICIOTTI, P. et al. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. **Rev. SBPH.**, vol. 23, n. 1. Rio de Janeiro. 2020

RAMOS, C. et al. Impactos da Síndrome de Burnout na Qualidade de Vida dos Profissionais de Enfermagem da Atenção Básica à Saúde. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, vol. 23, n. 3, pag. 285-296. João Pessoa. 2019.

RATOCHINSKI, C. et al. O Estresse em Profissionais de Enfermagem: Uma Revisão Sistemática. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, vol. 20, n. 4, pag. 341-346. João Pessoa. 2016.

SILVA, A.; CARNEIRO, L; RAMALHO, J. Incidência da síndrome de burnout em profissionais de Enfermagem Atuantes em Unidade de Terapia Intensiva. **R. pesq.: cuid. fundam. online**, vol. 1, n. 12, pag. 915-920. Rio de Janeiro. 2020.