

SÍNDROME DE BURNOUT NOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

SILVA, Felipe Pereira da; ANJOS, Izabella Lais Silva dos; MOTA, Mariana Danielle dos Santos; OLIVEIRA, Natália Santos de; TRAVASSOS, Patrícia Caires Damasceno; JUNIOR, Paulo César Magri; CRUZ, Sara Santos da.

RESUMO

O estudo em questão tem como objetivo analisar e descrever as situações de vida e ambiente hospitalar que podem acarretar o profissional a Síndrome de Burnout. Este trabalho baseia-se na leitura e avaliação de 6 artigos científicos com abordagens em diferentes estados brasileiros e comparação com países como Espanha e Portugal para melhor análise. É possível compreender que existem determinantes em comum para o desenvolvimento do Burnout, como por exemplo: situações de grande e contínuo estresse, tomada de decisões difíceis, ambiente de trabalho desestimulante e com baixo reconhecimento de importância, dentre outros fatores que serão citados. Diante disso, torna-se necessário a vigilância da gestão para pontos de fragilidade dentro de cada instituição, oferecendo e estimulando a procura por auxílio psicológico, oferta de um ambiente de trabalho mais saudável e pacífico onde seja possível cada profissional atuar em sua melhor forma.

Palavras-chave: Burnout. Sobrecarga de trabalho. Exaustão. Enfermagem. Estresse.

1. INTRODUÇÃO

No decorrer das últimas décadas o crescimento de profissionais da enfermagem recebendo o diagnóstico de Síndrome de Burnout (SB) vêm se tornando cada vez maior. Perante essa informação podemos visualizar também o crescimento de estudos voltados para tal situação.

Esta síndrome é um distúrbio psicológico desencadeado pela exposição crônica ao estresse no trabalho. Em 1981, uma definição consensual dessa condição foi apresentada, identificando-a como uma síndrome tridimensional em que o trabalhador apresenta sinais de exaustão emocional (sente-se impotente para continuar a ajudar os outros), despersonalização (atitude cínica e antipática para com pacientes) e baixa realização pessoal (sentimento de inadequação pessoal e profissional).

A enfermagem e seus profissionais se mostram a cada dia mais como sendo a base da assistência seja ela na atenção primária, secundária ou terciária. Seus serviços são de extrema importância, logo, possuem alta demanda. Com isso, neste trabalho o objetivo é avaliar os fatores consequentes da alta demanda de capacidade das equipes de enfermagem.

No Brasil, diversos estudos têm sido desenvolvidos para avaliar o desempenho profissional e os fatores associados ao burnout em profissionais de saúde, a prevalência de preditores de burnout em enfermeiros de unidade de terapia intensiva, a relação entre burnout e sintomas depressivos em enfermeiros de unidade de terapia intensiva, a associação entre burnout e turnos de trabalho da equipe de enfermagem de um hospital e burnout e os ambientes de trabalho entre enfermeiros que atuam em instituições públicas de saúde.

Diante do impacto do estresse e do Burnout, três níveis de intervenções preventivas efetivas podem ser destacados: estratégias organizacionais, que são aplicadas ao ambiente de trabalho; estratégias individuais, focadas nas respostas pessoais e na autorregulação emocional em situações estressantes; e estratégias combinadas, que focam na interação entre os contextos ocupacional e individual.

2. ANÁLISE E COMENTÁRIO DO CONTEÚDO

Através dos estudos constatou-se elevada prevalência da SB na situação de alta exigência, confirmando a principal predição do modelo, que o trabalho em alta exigência (alta demanda e baixo controle) apresenta maior risco à saúde mental dos trabalhadores. A elevada prevalência da SB na situação de trabalho ativo (alta demanda e alto controle) foi um achado inesperado, tendo em vista que se observa, na maioria dos estudos, prevalência mais elevada na situação de trabalho passivo. Esses achados sugerem que, embora o profissional considere que o seu trabalho apresente alto controle, a alta demanda parece estar mais associada com o sofrimento mental.

Para lidar com os problemas que surgem no trabalho e na instituição, o enfermeiro precisa gerenciar as diferentes funções que exerce dentro de um mesmo serviço, ponderando, delegando e estabelecendo prioridades para resolver diferentes situações. Segundo Silva e cols. existem estratégias possíveis para reduzir o burnout entre enfermeiros: discussão sobre carga de trabalho e carga horária; melhores salários; acompanhamento psicológico para trabalhadores que lidam com dor, sofrimento e morte; promoção de apoio emocional entre colegas de trabalho; e análise das condições de saúde mental relacionadas ao estresse no trabalho nos

exames periódicos. Essas estratégias serão viáveis quando o Burnout deixar de ser encarado como uma responsabilidade individual ou um problema relacionado apenas à relação profissional-usuário, e passar a ser reconhecido como um problema da relação indivíduo-processo de trabalho-organização.

No atendimento assistencial da enfermagem os profissionais precisam lidar com conhecimento técnico qualificado, habilidades específicas, elevada concentração, raciocínio rápido e controle emocional, tais situações podem gerar uma elevada carga mental que associadas a fatores estressantes do dia a dia resultam diretamente em síndromes psicológicas, como no caso desse estudo, a Síndrome de Burnout.

As mulheres têm maior vulnerabilidade ao burnout, visto que possuem um forte predomínio do sexo feminino nessa categoria profissional, somado isso também a dupla jornada de trabalho considerando os serviços de casa ou até mesmo a maternidade. Fatores como esses podem conter um teor sexista, porém não se pode encobrir a influência das questões de gênero sobre o burnout.

O turno de trabalho foi considerado como um fator preditor do burnout, uma pesquisa feita com médicos residentes da Sociedade Americana de Cirurgiões Plásticos revelou que os plantões noturnos são considerados como fator de risco significativo para o burnout.

O trabalho é uma das formas de atendimento das diversas necessidades humanas, como a autorrealização, a manutenção das relações interpessoais e a sobrevivência. A subescala profissional é o fator que mais se associa ao Burnout percebido e atenção especial deve ser dada às fases iniciais da carreira profissional, pois esse período está associado a maiores índices de Burnout, e com intenção precoce de mudança de serviço, instituição e mesmo profissão.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a realização deste estudo foi possível compreender melhor as relações entre a segurança do paciente-estresse-Síndrome de Burnout no contexto hospitalar dos profissionais de enfermagem.

De acordo com os estudos analisados fatores que contribuem para o estresse e Síndrome de Burnout dos profissionais de enfermagem são: o ambiente laboral com precárias condições de trabalho e a carga de trabalho excessiva desses trabalhadores.

Somado a isso, a exaustão emocional foi mais intensa em enfermeiros que trabalhavam no grupo de instituições que apresentou as piores condições de trabalho quanto à autonomia,

suporte organizacional e controle sobre o ambiente, do que no grupo que apresentou os mais favoráveis atributos para o exercício da enfermagem.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aragão, Núbia Samara Caribé de et al. Burnout Syndrome and Associated Factors in Intensive Care Unit Nurses. *Revista Brasileira de Enfermagem* [online]. 2021, v. 74, suppl 3 [Acessado 05 de novembro 2022], e20190535. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0535> . Epub 20 Jan 2021. ISSN 1984-0446. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0535>.

Borges, Elisabete Maria das Neves et al. Burnout among nurses: a multicentric comparative study. *Revista Latino-Americana de Enfermagem* [online]. 2021, v. 29 [Acessado 05 de novembro 2022], e3432. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.4320.3432> . Epub 28 Jun 2021. ISSN 1518-8345. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.4320.3432> .

BORGES EMN, Queirós CML, Abreu MSN, Mosteiro-Diaz MP, Baldonado-Mosteiro M, Baptista PCP, et al. Burnout among nurses: a multicentric comparative study. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. 2021;29:e3432. [Access 05/11/2022]; DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.4320.3432>.

Nobre, Daniela Filipa Rocha et al. Burnout assessment in nurses from a general emergency service. *Revista Brasileira de Enfermagem* [online]. 2019, v. 72, n. 6 [Accessed 05 de novembro 2022], pp. 1457-1463. Available from: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0870> . Epub 21 Oct 2019. ISSN 1984-0446. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0870> .

Nogueira LS, Sousa RMC, Guedes ES, Santos MA, Turrini RNT, Cruz DALM. Burnout and nursing work environment in public health institutions. *Rev Bras Enferm* [Internet]. 2018;71(2):336-42. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0524>

Rodrigues CCFM, Santos VEP, Sousa P. Patient safety and nursing: interface with stress and Burnout Syndrome. *Rev Bras Enferm* [Internet]. 2017;70(5):1083-8. [Thematic Edition “Good Practices: Fundamentals of Nursing work in the construction of a democratic society”] DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0194>

Vasconcelos EM, De Martino MMF. Preditores da síndrome de burnout em enfermeiros de unidade de terapia intensiva. *Rev Gaúcha Enferm*. 2017;38(4): e65354. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2017.04.65354>.