

FACULDADE LABORO  
UNIVERSIDADE ESTÁCIO DE SÁ  
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM ENFERMAGEM DO TRABALHO

**PRISCILLA NICOLE SILVA DE SOUSA**

**SÍNDROME DE *BURNOUT* EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM QUE ATUAM  
EM SERVIÇOS HOSPITALARES: uma revisão de literatura**

São Luís  
2015

**PRISCILLA NICOLE SILVA DE SOUSA**

**SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM QUE ATUAM  
EM SERVIÇOS HOSPITALARES: uma revisão de literatura**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Enfermagem do Trabalho da Universidade Estácio de Sá, para obtenção do título de Especialista em Enfermeira do Trabalho.

Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Mestre Cláudia Monteiro de Andrade

São Luís

2015

**PRISCILLA NICOLE SILVA DE SOUSA**

**SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM QUE ATUAM  
EM SERVIÇOS HOSPITALARES: uma revisão de literatura**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao  
Curso de Especialização em Enfermagem do  
Trabalho da Universidade Estácio de Sá, para  
obtenção do título de Especialista em Enfermeira  
do Trabalho.

Aprovada em: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof<sup>a</sup>. Mestre Claudia Monteiro de Andrade (Orientadora)  
Mestre em Biologia Parasitária  
Universidade CEUMA

---

Prof<sup>a</sup>. Mestre Rosemary Ribeiro Lindholm  
Mestre em Enfermagem Pediátrica  
Universidade de São Paulo – USP

## RESUMO

A atividade laboral hospitalar é caracterizada por excessiva carga de trabalho, contato com situações limitantes, altos níveis de tensão e riscos. A equipe de enfermagem, inserida neste contexto, vivencia rotineiramente com altos níveis de estresse, tornando-se vulnerável à cronificação do estresse ocupacional, que se denomina Síndrome de *Burnout* (SB). Este trabalho objetiva identificar e descrever a partir da literatura existente, o processo de ocorrência da Síndrome de *Burnout* em profissionais da área da enfermagem, bem como seu diagnóstico e tratamento. Foram coletadas informações a partir da literatura especializada. Foram incluídos artigos, dissertações e teses que tratavam do assunto, indexadas no banco de dados eletrônico da Biblioteca Virtual em Saúde – Bireme e no Google acadêmico. Foram utilizados os seguintes descritores: enfermagem, síndrome de *Burnout*, esgotamento profissional. Foram selecionados 21 artigos, de acordo com os critérios de inclusão propostos, para a fundamentação deste estudo bibliográfico. Percebeu-se que os profissionais de enfermagem têm predisposição ao desenvolvimento da Síndrome, devido ao estresse laboral durante a assistência hospitalar, característica deste ramo de atividade. Este estudo permitiu concluir a relevância de estudos sobre o esgotamento profissional, especialmente os que apontem a colaboração do Enfermeiro do Trabalho nos tratamentos.

Palavras-chaves: Enfermagem. Esgotamento profissional. Síndrome de *Burnout*.

## ABSTRACT

Hospital labor activity is characterized by excessive workload, contact limiting situations, high stress levels and risks. The nursing staff, inserted in this context, routinely experiences high levels of stress, making it vulnerable to becoming chronic occupational stress, which is called Burnout Syndrome (SB). This study aims to identify and describe from the existing literature, the occurrence process of burnout syndrome in nursing professionals as well as its diagnosis and treatment. Information was collected from the literature. They included articles, dissertations and theses that addressed the subject, indexed in the electronic database of the Virtual Health Library BIREME - and Google Scholar. The following keywords were used: nursing, *Burnout*, *burnout* syndrome. 21 articles were selected, according to the proposed inclusion criteria for the reasoning of this bibliographical study. It was observed that nursing professionals are predisposed to the development of the syndrome, due to work stress during hospital care, characteristic of this type of activity. This study found the relevance of studies on burnout, especially pointing collaboration Labor Nurse in treatments.

Keywords: Nursing. Professional Exhaustion. *Burnout* syndrome.

## SÚMARIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b> .....	<b>7</b>
<b>2</b>	<b>OBJETIVOS</b> .....	<b>9</b>
<b>3</b>	<b>METODOLOGIA</b> .....	<b>9</b>
<b>4</b>	<b>RESULTADOS E DISCUSSÃO</b> .....	<b>9</b>
<b>5</b>	<b>CONCLUSÃO</b> .....	<b>18</b>
	REFERÊNCIAS.....	20
	ANEXO.....	23

## 1 INTRODUÇÃO

Atualmente o mundo encontra-se cada vez mais complexo e nesse contexto há o trabalho, onde manter o bem estar físico, psicológico e social está se tornando uma tarefa difícil, pois manter a vida, uma vez que se luta para ganhá-la, nem sempre é fácil. O trabalho possui significado importante dentro do contexto de vida das pessoas. Mas o mesmo trabalho que dignifica, atribui identidade, crescimento e reconhecimento ao indivíduo, pode ser fonte de sofrimento, assim como de adoecimento físico e mental.

Segundo Ferreira; Lucca (2015) no setor da saúde e hospitalar nota-se rápido e contínuo desenvolvimento tecnológico, além de subdivisão do trabalho e expansão das especialidades. Há acentuada hierarquia de autoridade, com canais formais de comunicação e um grande conjunto de regras e normas para seu funcionamento. Isso pode desencadear o surgimento de conflitos entre os profissionais do mesmo nível, entre esses e seus gestores e com a própria administração. Esses fatores organizacionais de trabalho dentro do hospital, somados à precariedade das condições de trabalho, podem colocar os profissionais de saúde em situação de risco para a Síndrome de *Burnout* (SB).

Pode-se definir o estresse, como um desgaste do organismo que pode causar alterações psicofisiológicas que ocorrem quando o indivíduo é forçado a enfrentar situações que o excitam, irritam, amedrontam, ou até mesmo o façam imensamente feliz. Outros autores, por sua vez, mencionam que se trata de um termo amplamente empregado como sinônimo de frustrações, cansaço, dificuldades, ansiedade, desamparo e desmotivação, sendo considerado como o responsável por importante parcela dos problemas modernos, principalmente, nos grandes centros urbanos (MENEGHINI, PAZ, LAUTERT; 2011).

Segundo Meneghini, Paz e Lautert, (2011) o labor hospitalar tem como característica, excessiva carga de trabalho, contato com situações limitantes, alto nível de tensão e de riscos tanto para si quanto para os outros. A equipe de enfermagem, por sua própria natureza e características de seu trabalho, revela-se suscetível ao fenômeno da responsabilidade pela vida e a proximidade com os clientes para os quais o sofrimento é quase inevitável. Exige-se, destes profissionais a dedicação no desempenho de suas funções, o que aumenta a possibilidade de

ocorrência de desgastes emocionais em altos níveis de estresse, tornando-os vulneráveis à cronificação do estresse ocupacional que se denomina de Síndrome de *Burnout* (SB).

Segundo (Ritter, Stumm e Kircher 2009) quando se reporta ao dia a dia dos profissionais da saúde em uma Unidade de Emergência, o mesmo é permeado de situações de conflitos, tensões, passíveis de gerarem estresse. Exige-se conhecimento técnico, científico, habilidades e competências que, muitas vezes vão além de suas próprias formações.

No caso de trabalhadores de enfermagem, a Síndrome de *Burnout* atinge os pacientes, organização e o próprio trabalho quando os métodos de enfrentamento falham ou são insuficientes (MENEGAZ, 2005; MUROFUSE *et al.*, 2005).

A enfermagem foi classificada pela *Health Education Authority* como a quarta profissão mais estressante, no setor público, que vem tentando profissionalmente afirmar-se para obter maior reconhecimento social (MUROFUSE *et al.*, 2005 )

A prevenção da Síndrome de *Burnout* desde sua formação é importante, pois, por prestar cuidado de saúde direto a outras pessoas, o profissional de enfermagem está constantemente sujeito a uma enorme variedade de fontes de estresse. Por esta razão, pode ser considerado particularmente afetado pelo estresse ocupacional e, conseqüentemente, pela Síndrome de *Burnout*.

Face ao exposto, vale ressaltar a crescente preocupação com as condições de trabalho de enfermagem em hospitais atraindo a atenção de estudiosos nessa área, a fim de investigar os riscos que este ambiente oferece e as atividades peculiares à assistência de enfermagem. Assim, a motivação principal, é que trabalhadores de enfermagem participem ativamente na identificação de problemas existentes, a fim de reconhecer os agentes estressores próprios da profissão; bem como consigam descrever os fatores que contribuem para o surgimento desta síndrome.

Diante dessas considerações a relevância do estudo surge da necessidade de obter um maior esclarecimento sobre estresse e à Síndrome de *Burnout*, considerando ambas mais um desafio aos que desenvolvem estudos na área da saúde dos trabalhadores.



## **2 OBJETIVO**

Estudar a partir da literatura existente, a ocorrência da Síndrome de Burnout em profissionais da área da enfermagem, seus diagnósticos e possíveis terapêuticas.

## **3 METODOLOGIA**

Nesse estudo, foram utilizados trabalhos publicados base de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), na Biblioteca Virtual em Saúde ([www.bireme.br](http://www.bireme.br)) e no Google acadêmico, utilizando-se os seguintes descritores: “enfermagem”, “esgotamento profissional”, “Síndrome de *Burnout*”.

Para seleção dos estudos utilizou-se os seguintes critérios de inclusão: Abordar o tema do estudo; texto disponível na íntegra; ter sido redigido em forma de artigo; ser redigido ou traduzido no português; ter sido publicado entre 2000 e 2015. Como critérios de exclusão foram usados: textos incompletos, falta de relação com o objeto de estudo.

Apesar de utilizar descritores e palavras-chave, poucos estudos se enquadraram nos critérios estabelecidos pela pesquisa. Ao final, foram utilizados 21 artigos. Todos foram analisados segundo o ano e a fonte de publicação, considerando-se os principais resultados apresentados.

## **4 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

### **4.1 Síndrome de Burnout (SB) em trabalhadores de enfermagem**

A enfermagem é uma das profissões da área da saúde onde a Síndrome de *Burnout* tem forte indicativo de agravos à saúde devido aos enfermeiros vivenciar um cenário de instável, assim como insegurança; além de ter que conviver com

ausência de horas adequadas de repouso e simultaneamente com a falta de tempo para a realização de outras atividades heterogênicas do cotidiano (MENEZHINI, PAZ e LAUTERT 2011).

Conforme Portela *et. al.* (2015) à Síndrome de Burnout afeta principalmente, profissionais da área de serviços ou cuidadores, quando em contato direto com os usuários, em que se destaca o profissional de enfermagem o qual está frequentemente exposto à sobrecarga física e mental nas demandas de seu trabalho, jornada extensa, duplicada e às vezes, acompanhada de plantões, trazendo problemas para o profissional e para a instituição como um todo, pois esta síndrome envolve a causa de absenteísmo, o que gera prejuízos financeiros e organizacionais a instituição.

Alguns componentes são conhecidos como ameaçadores ao meio ambiente ocupacional do enfermeiro, entre os quais o número reduzido de profissionais de enfermagem no atendimento em saúde, em relação ao excesso de atividades que eles executam, as dificuldades em delimitar os diferentes papéis entre enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem, e a falta de reconhecimento nítido entre o público em geral de quem é o enfermeiro, elevando a despersonalização do trabalhador em relação à profissão (STACCIARINI e TRÓCCOLI, 2001). Além disso, a situação de achatamento de salários agrava a situação, obrigando os profissionais a ter mais de um vínculo de trabalho, resultando numa carga mensal extremamente longa e desgastante.

Para França e Ferrari (2012) à Síndrome de *Burnout* foi reconhecida como um risco ocupacional para as profissões que envolvem cuidados com saúde, educação e serviços humanos, ou seja, afetam principalmente profissionais da área de serviços ou cuidadores, quando em contato direto com usuários. Dessa forma, destaca-se o trabalho dos profissionais de enfermagem.

A Síndrome de *Burnout* é um processo iniciado com excessivos e prolongados níveis de estresse (tensão) no trabalho. Para o diagnóstico, existem quatro concepções teóricas baseadas na possível etiologia da síndrome: clínica, sociopsicológica, organizacional, sociohistórica (MUROFUSE *et al.*, 2005). A mais utilizada nos estudos atuais é a concepção sociopsicológica. Nela, as características individuais associadas às do ambiente e às do trabalho propiciariam o aparecimento dos fatores multidimensionais da síndrome: exaustão emocional (EE),

distanciamento afetivo (despersonalização – DE), baixa realização profissional (RP) MUROFUSE *et al.*, 2005).

A exaustão emocional abrange sentimentos de desesperança, solidão, depressão, raiva, impaciência, irritabilidade, tensão, diminuição de empatia; sensação de baixa energia, fraqueza, preocupação; aumento da suscetibilidade para doenças, cefaléias, náuseas, tensão muscular, dor lombar ou cervical, distúrbios do sono. O distanciamento afetivo provoca a sensação de alienação em relação aos outros, sendo a presença destes, muitas vezes desagradável e não desejada. Já a baixa realização profissional ou baixa satisfação com o trabalho pode ser descrita como uma sensação de que muito pouco tem sido alcançado e o que é realizado não tem valor (BORGES *et al.*, 2002).

A enfermagem foi classificada pela Health Education Authority como a quarta profissão mais estressante, no setor público, que vem tentando profissionalmente afirmar-se para obter maior reconhecimento social. Existem, porém, alguns componentes conhecidos como ameaçadores ao meio ambiente ocupacional do enfermeiro, entre os quais o número reduzido de profissionais de enfermagem no atendimento em saúde, em relação ao excesso de atividades que eles executam, as dificuldades em demarcar os diferentes papéis entre enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem, assim como a falta de reconhecimento nítido entre o público em geral de quem é o enfermeiro (MUROFUSE, ABRANCHES, NAPOLEÃO; 2005).

De acordo com Ritter, Stumm e Kircher (2009) o alvo preferencial da Síndrome de *Burnout* tende a serem os trabalhadores motivados, visto que se entregam totalmente ao trabalho como reação ao estresse laboral e acabam por entrar em colapso. Eles investem muito mais energia do que recebem em termos de reconhecimento e resultados. Os profissionais do setor de emergência são submetidos constantemente a sobrecargas de trabalhos mentais, psíquicas e físicas, além da pressão para tomada de decisões rápidas, fundamentais no atendimento de emergência.

Portanto, evidencia-se que o profissional de enfermagem que atua nas unidades de emergência, sofre um desgaste emocional bastante considerável, visto que, a sobrecarga de trabalho vem aumentando cada vez mais, bem como as demandas de atividades levam a saturação do estado psicológico do mesmo, deste jeito é importante considerar as diversas variáveis estressoras do meio ambiente

que o cerca, a fim de delimitá-las, considerando o limite pessoal de trabalho de cada profissional (PORTELA, et.al. 2015).

Observa-se que o trabalho de enfermagem tem causado um grande desgaste físico e psicológico aos trabalhadores; e os mesmos, por vezes não consegue identificar o que está acontecendo, por isso reagem faltando ao serviço, em muitos casos. Refere-se a um sentimento de sobrecarga emocional, traço este fundamental da síndrome, caracterizado pela perda de energia, esgotamento e sentimento de fadiga constante, podendo esses sintomas afetar o indivíduo fisicamente ou psiquicamente ou de ambas as formas (LEMOS, BRASILEIRO; 2012).

Ainda de acordo com o autor anteriormente citado o trabalho da enfermagem caracteriza-se por excessiva carga de trabalho, contato com situações limitantes, alto nível de tensão e de riscos para si e para outros. Inclui problemas de relacionamento interpessoal aos que prestam assistência direta aos clientes e preocupações com demandas institucionais. A equipe de enfermagem, por sua própria natureza e característica de trabalho, revela-se suscetível ao estresse ocupacional, uma vez que é responsável por várias vidas e a proximidade com os clientes para os quais o sofrimento é quase inevitável. Dessa forma, exige-se desses profissionais a dedicação no desempenho de suas funções, aumentando a chance de ocorrer desgastes emocionais em altos níveis de estresse, tornando-os vulneráveis à cronificação do estresse ocupacional, o qual se denomina de Síndrome de *Burnout*.

Sabe-se que alto nível de estresse continuamente, além da possibilidade de desencadear doenças físicas, pode gerar um quadro de esgotamento emocional, caracterizado por sentimentos negativos, como pessimismo, atitudes desfavoráveis em relação ao trabalho, mudança de comportamento com os colegas, ignorando novas informações, tornando-se insubordinado e resolvendo os problemas de forma cada vez mais superficial (PAFARO, 2002; LIPP, 2002).

Portela *et. al.* (2015) afirmam que à Síndrome de *Burnout* não pode ser confundida com o estresse; uma vez que o estresse ocorre devido às agressões que perturbam o equilíbrio interno do ser humano e à Síndrome de *Burnout* é a resposta ao estresse laboral crônico, ocasionando alterações e atitudes comportamentais negativas em relação ao contexto do trabalho, podendo, no caso da equipe de enfermagem, atingir pacientes, familiares, organização e o próprio trabalho, quando não são realizadas estratégias de enfretamento ou quando estas falham.

Os sinais e sintomas dessa síndrome demonstram exaustão física, psíquica e emocional, com redução da realização pessoal no trabalho e despersonalização, que são observadas quando há exigência de grande qualificação intelectual, com importantes decisões a serem tomadas, de peso emocional intenso, principalmente em indivíduos que exercem sua profissão durante muitos anos, com carga horária excessiva e em ambiente potencialmente estressante (BORGES *et al.*, 2002).

Por ser o esgotamento profissional, uma condição clínica mental extrema do estresse, não isentaram as atividades de enfermagem na Atenção Básica à Saúde, pois são caracterizadas como desafiadoras e de intenso contato interpessoal, o que proporciona um ambiente propício ao desenvolvimento da Síndrome de *Burnout* (MERCES *et. al.* 2015).

A classe de Enfermagem tem em sua essência o cuidado, e por grande parte da carga de trabalho ser o contato direto com pacientes e familiares. Entre os diferentes fatores que podem comprometer a saúde do trabalhador, aponta-se o ambiente de trabalho como gerador de conflito quando o indivíduo percebe o hiato existente entre o compromisso com a profissão e o sistema em que está inserido. Fatores como não definição do papel profissional; a sobrecarga de trabalho frequentemente justificada por falta de pessoal; a falta de autonomia e autoridade na tomada de decisões, entre outras, geram um estresse crônico identificando como uma das profissões de maior incidência de Síndrome de *Burnout* (CARVALHO, MAGALHÃES; 2011).

Sabe-se que a SB caracteriza-se por esgotamento físico e emocional do trabalhador, que ocorre quando o indivíduo não possui mais estratégias para enfrentar as situações e conflitos no trabalho. Assim, os trabalhadores que exercem a função de assistencialista à saúde, principalmente aqueles que desempenham suas funções em Centro Terapia Intensivas (CTI), também ficam expostos à realidade das mudanças que ocorrem no comportamento e nos fatores psicológicos do trabalhador de saúde.

#### **4.2 Características da Síndrome de *Burnout***

Caracteriza-se à Síndrome de *Burnout* em três diferentes componentes: exaustão profissional, despersonalização e ausência de realização profissional. A dimensão da exaustão emocional (EE) representa o componente básico individual do estresse na Síndrome de *Burnout*, refere-se às sensações de estar além dos limites e exaurido de recursos físicos e emocionais. Os trabalhadores sentem-se fatigados, esgotados, sem qualquer fonte de reposição. Falta-lhes energia suficiente para enfrentar mais um dia, ou outro problema. Conflito pessoal no trabalho e sobrecarga de trabalho são as principais fontes de exaustão (FRANÇA; FERRARI, 2012).

Para Trigo, Teng e Hallak (2012) o distanciamento afetivo provoca a sensação de alienação em relação aos outros, sendo a presença destes muitas vezes desagradáveis e não desejada. Enquanto a baixa realização profissional ou baixa satisfação com o trabalho pode ser descrita como uma sensação de que pouco tem sido alcançado e o que é realizado não tem valor.

A Síndrome de *Burnout* é um conseqüente processo crônico de estresse que aparece como um dos fatores mais importantes em relação à diminuição da qualidade de vida. Em estudo de equipe pertencente à OMS, considerou-se à Síndrome de *Burnout* como uma das principais doenças dos europeus e americanos, ao lado do diabetes e das doenças cardiovasculares. No Brasil, a literatura encontrada nos bancos de dados utilizados não é vasta em relação à Síndrome de *Burnout* e sua prevalência (TRIGO; TENG; HALLAK, 2012).

Os autores anteriormente citados ainda relatam que para a enumeração dos fatores de risco para o desenvolvimento dessa síndrome são: a organização, o indivíduo, o trabalho e a sociedade. Em relação aos fatores relacionados à organização que influenciam o desenvolvimento da SB do esgotamento profissional citam-se: burocracia, comunicação ineficiente, normas institucionais rígidas, entre outras; quanto ao indivíduo são autoestima, autoconfiança, auto eficácia, gênero, estado civil, etc. Os fatores laborais têm-se sobrecarga, expectativas profissionais, tipo de ocupação, conflitos de papel; por fim aos fatores relacionados à sociedade: falta de suporte social e familiar; valores e normas culturais.

De acordo com Moreno et al. (2010) considera-se à Síndrome de *Burnout* como evento psicossocial ligado diretamente à situação laboral em que o sujeito busca a realização pessoal através do seu trabalho. No entanto, a atividade

produtiva não se desenvolve de forma individual, mas sim num contexto social, em que deve haver o equilíbrio da saúde mental individual e coletiva.

Com a Síndrome de *Burnout* o indivíduo perde a capacidade de compreender o sentimento ou a reação da outra pessoa e ainda a faculdade de compreender emocionalmente o outro. Não se deixa, portanto, envolver com os problemas e as dificuldades dos outros e as relações interpessoais são cortadas, como se ele estivesse em contato apenas com objetos, ou seja, a relação se torna desprovida de empatia (CARVALHO, MAGALHÃES; 2011).

A Síndrome de *Burnout* possui consequências físicas e mentais à saúde dos trabalhadores, dentre as quais alterações cardiovasculares, fadiga crônica, cefaleias, enxaqueca, úlcera péptica, insônia, dores musculares ou articulares, ansiedade, depressão, irritabilidade, entre outras. Também pode interferir na vida pessoal, como nas relações familiares, ressentindo-se da falta de tempo para o cuidado com os filhos e o lazer. O contexto do trabalho é afetado pelo absenteísmo, pela rotatividade de emprego, pelo aumento de condutas violentas e pela diminuição da qualidade do trabalho (SILVA, et. al. 2015).

De acordo com Lemos e Brasileiro, 2012 o desenvolvimento da Síndrome de *Burnout* envolve vários fatores individuais e laborais, sendo, desta forma considerada, multicausal. São identificados aspectos relacionados às relações e condições do trabalho que desencadeiam a doença, sendo avaliados três componentes: exaustão emocional, despersonalização e a realização profissional.

Portanto, a Síndrome de *Burnout* traz consequências indesejáveis tanto para o profissional quanto para o cliente e a instituição. É importante que sejam desenvolvidas manobras de enfrentamento com a finalidade de atenuar os problemas existentes no ambiente de trabalho, diminuir as dificuldades, dar suportes aos trabalhadores, propiciar-lhes melhores condições de vida dentro e fora da organização e, conseqüentemente, melhorar a qualidade do cuidado prestado ao indivíduo.

A Síndrome de *Burnout* não aparece repentinamente como resposta a um estressor determinado, mas emerge de uma sequência determinada de fatores desencadeantes. O sofrimento surge assim que a relação do homem com a organização do trabalho é permanentemente bloqueada.

#### 4.2.1 Exaustão Emocional

Para (Meneghini, Paz e Lautert 2011) atribui-se à Síndrome de *Burnout* a discrepância entre o que o trabalhador dá, ou seja, o que ele investe no trabalho e aquilo que recebe, ou seja, reconhecimento de superiores e colegas, bons resultados nos desempenhos. Também, por outro lado a sobrecarga no trabalho tem sido uma das variáveis mais apontadas como predisponentes à SB.

Ainda de acordo com os autores anteriores, os diversos estudos apresentam dados semelhantes aos achados da investigação, evidenciando que a enfermagem hospitalar é uma atividade complexa e exigente de demandas elevadas. A sobrecarga diz respeito tanto à quantidade, assim como à qualidade excessiva de demandas.

#### 4.2.2 Despersonalização

Tratar os clientes, os colegas e a organização como objeto, de uma certa forma “coisificando” a relação, é uma das dimensões da despersonalização; onde há um endurecimento afetivo ou a insensibilidade emocional, por parte do trabalhador, prevalecendo cinismo e a dissimulação afetiva. São manifestações comuns, a ansiedade, o aumento da irritabilidade, a perda de motivação, a redução de metas de trabalho e comprometimento com os resultados, além da redução do idealismo, alienação e a conduta voltada para si (MUROFUSE; ABRANCHES; NAPOLEÃO, 2005).

Alguns autores consideram essa característica exclusiva da Síndrome de *Burnout*. Ocorre quando o trabalhador adota uma atitude negativa especialmente com os beneficiários de seu próprio trabalho, sendo acompanhada por ansiedade, irritabilidade e falta de motivação (MENEGHINI; PAZ; LAUTERT, 2011).

#### 4.2.3 Realização profissional



Com a diminuição da realização e produtividade profissional, o trabalhador pode ser conduzido a uma avaliação negativa e baixa de si mesmo. A falta de realização profissional, além de pessoal chega a ser uma tendência desses profissionais avaliando-se de forma negativa, e de maneira especial, isso afeta na realização do trabalho e a relação com as pessoas que atendem. Desta maneira, os trabalhadores sentem-se descontentes consigo mesmos e insatisfeitos no seu trabalho.

Logo, diversos estudos mostram que a sobrecarga de trabalho tem sido uma das variáveis mais apontadas como predisponentes à Síndrome de *Burnout*, o que pode influenciar negativamente a realização profissional. De outra parte, a falta de atividades ou a ociosidade também pode trazer conseqüências negativas ao trabalhador. Poucas tarefas rotineiras e aborrecidas em relação às habilidades e destrezas do trabalhador podem ser causa de estresse ocupacional (LEMOS, BRASILEIRO; 2012).

### **4.3 Atuação do enfermeiro do trabalho**

Sabe-se que o enfermeiro do trabalho estuda as condições de segurança e periculosidade de empresas, hospitais, efetuando observações nos locais de trabalho e discutindo-as em equipe, a fim de identificarem as necessidades no campo da segurança, higiene e melhoria do trabalho (BATISTA; BIANCHI, 2006).

De acordo com Brasil (2001) faz-se necessário procedimentos de vigilância dos transtornos mentais e do comportamento relacionado ao trabalho. Devem ser feitos uma série de identificações tais como: reconhecer previamente atividades e locais de trabalho (identificando riscos); identificar o problema ou dano potencial para a saúde do trabalhador; implantação de medidas a serem adotadas para eliminar os fatores de risco; realizar campanhas no sentido de educar e informar o trabalhador sobre a síndrome.

O tratamento da Síndrome de *Burnout* é realizado de forma individualizada de acordo com cada caso, porém em geral consistem em psicoterapia, tratamento farmacológico e intervenções psicossociais, podendo o enfermeiro do trabalho

acompanhar nessas intervenções. Mas, devido ao comprometimento do desempenho profissional do desempenho profissional, intervenções psicossociais devem ser realizadas de acordo com avaliação médica, no qual deverá indicar o afastamento ou não do paciente e/ou cliente do trabalho, bem como as atividades ocupacionais (ABREU et. al., 2015).

Para (Castro, Sousa e Santos 2010) o profissional enfermeiro do trabalho, especialista em saúde ocupacional que presta assistência de enfermagem aos trabalhadores promove e zela pela saúde, contra os riscos ocupacionais, atendendo os doentes e acidentados, visando seu bem-estar físico e mental, como também gerenciando a assistência, sendo o responsável técnico pelas ações e pela equipe de enfermagem.

De acordo com Batista; Bianchi (2006) para os profissionais de enfermagem do trabalho o ato de ensinar, constitui-se de peculiaridades gerador de estresse e de alterações de comportamento daqueles que executam, de forma que expõe os enfermeiros a uma degeneração progressiva da saúde mental em que os profissionais de enfermagem estão entre as principais categorias atingidas pela SB, podendo dessa forma o enfermeiro do trabalho concretizar e divulgar melhorias no âmbito profissional.

Logo, o enfermeiro do trabalho deve contribuir com atividades básicas e prioritárias em todo o cotidiano do emprego e lazer. Com certas atividades realizadas no dia a dia a SB pode minimizar fatores emocionais e psíquicos dos enfermeiros, de maneira que proporciona melhoria no emprego e na saúde.

## **5. CONCLUSÃO**

A Síndrome de *Burnout* é uma doença ocupacional que pode se desenvolver em qualquer profissional, no entanto, os profissionais de enfermagem são um dos mais susceptíveis a esta doença, principalmente, aqueles que trabalham nos serviços hospitalares, expostos a situações estressantes.

Esta Síndrome é uma resposta do organismo a um estímulo mediado cognitivamente pela pessoa e apreciado como ameaçador, sendo assim, multicausal. Dessa forma, os componentes organizacionais constituirão estressores

laborais na medida em que estiverem em desacordo com os objetivos e expectativas dos trabalhadores e estes não possuírem mecanismos capazes de enfrentá-los.

A Síndrome de *Burnout* manifesta-se a partir de sintomas específicos e pode ser concebida por três fatores: exaustão emocional (EE), despersonalização (DE) e sentimentos de reduzida realização profissional. Dentre esses fatores, podemos encontrar vários sintomas tais como: esgotamento emocional, cansaço, mal estar geral, irritabilidade, despersonalização, problemas com o sono, úlceras digestivas, perda de peso, dores musculares e de coluna, alergias, entre outras.

Visto que à Síndrome de *Burnout* apresenta sintomas que ora passam despercebidos, ora se assemelham aos de outras doenças mentais, faz-se necessário uma busca cuidadosa dos mesmos, para que haja um diagnóstico real, voltado para a necessidade do paciente. O diagnóstico diferencial realizado pelo psicólogo e psiquiatra otimiza o tratamento, levando a uma diminuição dos gastos com saúde e, em contrapartida, melhora a qualidade de vida destes profissionais de enfermagem.

O diagnóstico adequado necessita de avaliação correta dos sintomas, sua intensidade e frequência. As intervenções para à Síndrome de *Burnout* e/ou sua prevenção, devem focalizar tanto o trabalhador quanto o ambiente de trabalho, para que ocorram mudanças no processo de trabalho e conseqüente equilíbrio entre as expectativas do indivíduo e as exigências da organização.

As estratégias para o enfrentamento da Síndrome de *Burnout* variam de acordo com o objetivo desejado, incluindo intervenções focadas no indivíduo, como as baseadas em habilidades comportamentais e cognitivas de *coping*, meditação, educação em saúde e atividade física; na relação indivíduo-organização, compreendendo as ações para melhoria da comunicação e trabalho em equipe, entre outras. Logo, as propostas de enfrentamento da Síndrome de *Burnout* devem ser elaboradas de acordo com a necessidade individual de cada acometido pela SB.

A temática é abrangente, o que incita reflexões futuras. Reconhece-se a necessidade de desenvolver estudos voltados para as condições de trabalho dos profissionais de saúde, que favoreçam a reflexão e contribuam para a área ocupacional. Existe escassez no que concerne ao tema, o que dificulta identificar e descrever outros tipos de diagnóstico, tratamentos e reabilitação direcionados a estes profissionais em seu meio laboral.

## REFERÊNCIAS

ABREU, Simone Aparecida *et al.* Determinação dos Sinais e Sintomas da Síndrome de *Burnout* através dos profissionais da saúde da Santa Casa de Caridade de Alfenas Nossa Senhora do Perpétuo Socorro. **Rev. Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações**, v. 13, n.1, p.204-238, 2015.

BATISTA, Karla de Melo; BIANCHI, Estela Regina Ferraz. Estresse do Enfermeiro em Unidade de Emergência. **Rev. Lat. Americ. Enfermagem**, v.14, n. 4, p. 534-539, 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v14n4/v14n4a10.pdf> Acesso em 22 set. 2015.

BORGES, Livia Oliveira *et al.* A síndrome de Burnout e os valores organizacionais: um estudo comparativo em hospitais universitários. **Rev Psicol: Reflex Crit**, v.15 n.1 p.189-200, 2002. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/prc/v15n1/a20v15n1.pdf> Acesso em 02 set. 2015.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Doenças relacionadas ao trabalho**. Manual de procedimentos para os serviços de saúde. Série A. Normas e manuais técnicos, nº 114. Brasília: MS, 2001.

CARVALHO, Clecilene Gomes; MAGALHÃES, Sérgio Ricardo. Síndrome de *Burnout* e suas conseqüências nos profissionais de enfermagem. **Revista da universidade Vale do Rio Verde**, v.9, n.1, p. 200-210, 2011. Disponível em: <http://revistas.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/86> Acesso em 02 set. 2015.

CASTRO, Angélica Borges Sousa de; SOUSA, Josie Teixeira Costa de; SANTOS, Anselmo Amaro dos. Atribuições dos enfermeiros do trabalho na prevenção de riscos ocupacionais. **J. Health SciInst.**, v. 28, n. 1, p. 5-7, 2010. Disponível em: [http://www.unip.br/comunicacao/publicacoes/ics/edicoes/2010/01\\_jan-mar/V28\\_n1\\_2010\\_p5-7.pdf](http://www.unip.br/comunicacao/publicacoes/ics/edicoes/2010/01_jan-mar/V28_n1_2010_p5-7.pdf) Acesso em 02 set. 2015.

FERREIRA, Naiza do Nascimento; LUCCA, Sergio Roberto de. Síndrome de *Burnout* em técnicos de enfermagem de um hospital público do Estado de São Paulo. **Rev. Bras Epidemiol.**, v.18, n.1, p. 68-79, 2015. Disponível em: <http://www.scielo.org/pdf/rbepid/v18n1/1415-790X-rbepid-18-01-00068.pdf> Acesso em 04 set. 2015.

FRANCA, Flávia Maria de; FERRARI, Rogério. Síndrome de *Burnout* e os aspectos sócio-demográficos em profissionais de enfermagem. **Acta paul. enferm.** vol.25, n.5, p. 743-748, 2012. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-21002012000500015&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-21002012000500015&script=sci_abstract&tlng=pt). Acesso em 02 set. 2015.

LIPP MEN, Tanganelli MS. *Stress e qualidade de vida em magistrados da Justiça do trabalho: diferenças entre homens e mulheres. Psicol: Reflex Crit.*; v.15, n.3, p.537-548, 2002.

LEMOS, Tays Castro Melo; BRASILEIRO, Marislei Espíndula. Síndrome de *Burnout* em trabalhadores de enfermagem: quando abrimos mão de nossa saúde para cuidar da sua. **Rev. Eletrônica de Enfermagem do Centro de Estudos de Enfermagem e de Nutrição**, v.1, n.1, p. 1-16, 2012.

MENEGAZ, Flavia Dutra Lima. **Características da incidência de *Burnout* em pediatras de uma organização hospitalar pública [dissertação]**. Florianópolis: Centro de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal de Santa Catarina; 2004.

MENEGHINI, Fernanda; PAZ, Adriana Aparecida; LAUTERT, Liana. Fatores ocupacionais associados aos componentes da Síndrome de *Burnout* em trabalhadores de enfermagem. **Texto e Contexto enferm.** v. 20, n. 2, p. 225-233, 2011.

MERCES, Magno da Conceição et. al. Síndrome de *Burnout* em Enfermeiras da Atenção Básica à Saúde: uma revisão integrativa. **Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção.** v. 5, n. 2, 2015.

MIRANDA AF. Estresse ocupacional: inimigo invisível do enfermeiro [dissertação]. Ribeirão Preto: Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo; 1998.

MUROFUSE, NeideTiemi; Abranches, Sueli Soldati; Napoleão, Anamaria Alves. Reflexões sobre estresse e *Burnout* e a relação com a enfermagem. **Rev. Latino-Am. Enfermagem** v.13, p. 255-261, 2005.

MORENO, Fernanda Novaes *et al.* Estratégias e intervenções no enfrentamento da Síndrome de *Burnout*. **Rev. Enferm. UERJ**, v. 19, n. 1, p.140-145, 2011. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v19n1/v19n1a23.pdf>. Acesso em 02 set. 2015.

PAFARO RC. **Estudo do stress do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas [dissertação]**. Campinas: Universidade Estadual de Campinas; 2002.

PORTELA, Nytale Lindsay Cardoso et. al. Síndrome de *Burnout* em profissionais de enfermagem de serviços de urgência e emergência. **J. res.: fundam. care. Online** v. 7, n.3, p. 2749-2760, 2015. <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IscScript=iah/iah.xis&src=google&base=BDENF&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=26898&indexSearch=ID>

STACCIARINI, Jeane Marie R., Tróccoli, Bartholomeu T. O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. **Rev Latino-am Enfermagem** v.9, n.2, p.17-25, 2001.

SILVA, Jorge Luiz Lima *et. al.* Fatores psicossociais e prevalência da Síndrome de *Burnout* entre trabalhadores de enfermagem intensivistas. **Rev. Bras. Ter. Intensiva**, v. 27, n. 2, p.125-133, 2015.

TRIGO, Telma Ramos; TENG, Chei Tung; HALLAK, Jaime Eduardo Cecílio. **Rev. Psiq. Clín.**, v. 34, n. 5, p. 223-233, 2007. Disponível em:  
[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0101-60832007000500004&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0101-60832007000500004&script=sci_abstract&tlng=pt). Acesso em 02 set. 2015.

ANEXO