

**FACULDADE LABORO
UNIVERSIDADE ESTÁCIO DE SÁ
CURSO DE UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA**

**CELIA REGINA DA SILVA MATOS
FABIANA ROBSON MARQUES SERRA
TAMYRES DINIZ DANTAS DE ALENCAR ALMEIDA**

**A SÍNDROME DE BURNOUT NA EQUIPE DE ENFERMAGEM EM UNIDADE DE
TERAPIA INTENSIVA**

São Luís
2016

**CELIA REGINA DA SILVA MATOS
FABIANA ROBSON MARQUES SERRA
TAMYRES DINIZ DANTAS DE ALENCAR ALMEIDA**

**A SÍNDROME DE BURNOUT NA EQUIPE DE ENFERMAGEM EM UNIDADE DE
TERAPIA INTENSIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Unidade de Terapia Intensiva da Faculdade Laboro, Universidade Estácio de Sá, para obtenção de título de Especialista.

Orientador(a): Profa. Me. Ludmilla B. Leite Rodrigues
Mestre em Odontologia-UNIRARAS-SP

São Luís
2016

**CELIA REGINA DA SILVA MATOS
FABIANA ROBSON MARQUES SERRA
TAMYRES DINIZ DANTAS DE ALENCAR ALMEIDA**

**A SÍNDROME DE BURNOUT NA EQUIPE DE ENFERMAGEM EM UNIDADE DE
TERAPIA INTENSIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Especialização em Unidade de Terapia
Intensiva da Faculdade Laboro, Universidade
Estácio de Sá, para obtenção de título de
Especialista.

Aprovado em: / /

BANCA EXAMINADORA

Profa. Me. Ludmilla B. Leite Rodrigues
Orientador(a)

1° Examinador

2° Examinador

RESUMO

A Síndrome de Burnout caracteriza-se pela exaustão emocional causada pelo trabalho. O ambiente UTI é um local muito tenso, o que pode pré-dispor ao desenvolvimento da Síndrome. Relacionada ao trabalho, a Síndrome de Burnout ou conhecida por alguns como o esgotamento profissional é caracterizada pelo fato do trabalhador perder o sentido de sua relação com o seu trabalho, o que faz com que as coisas já não tenham significância, tornando assim, qualquer esforço ineficaz. Este estudo propõe identificar as evidências disponíveis na literatura sobre os principais fatores de risco relacionados ao desenvolvimento da síndrome de *Burnout* em profissionais de Enfermagem de UTI. Para subsidiar a pesquisa, foram utilizadas, Biblioteca Científica e Virtual em Linha (SCIELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Literatura Latino Americana em Ciências da Saúde (LILACS). Os artigos nacionais pesquisados foram publicados no período de 2010 a 2016, publicados em língua portuguesa, com textos na íntegra e relacionados restritamente ao tema. Os critérios de exclusão foram: não possuir textos na íntegra, serem de língua estrangeira, não estarem disponíveis em rede on-line e não se enquadrarem ao eixo temático. Observou-se que os fatores de risco mais citados são: Número reduzido de profissionais, Sobrecarga de trabalho, desvalorização profissional, baixos salários, dificuldade em lidar com a morte, falta de recursos de materiais, duplo vínculo empregatício, ambiente hospitalar e dificuldade no relacionamento interpessoal. **Conclusão:** A análise da maioria dos artigos selecionados demonstrou que é de suma importância salientar a detecção precoce do stress dentro do setor de trabalho, para que possa ser minimizada a prevalência desta patologia nova, mas de consequências grandes e que não venha a interferir na rotina da UTI, muito menos no bem-estar dos pacientes.

Palavras-Chaves: Burnout; Terapia Intensiva; Enfermagem no Trabalho.

ABSTRACT

The burnout syndrome is characterized by emotional exhaustion caused by work. The ICU environment is a very tight spot which can pre-dispose the development of the syndrome. Related to work, burnout syndrome or known by some as the burnout is characterized by the worker actually lose the sense of his relationship with his work, which makes things no longer have significance, thus making any effort ineffective. Objective: This study aims to identify the evidence available in the literature about the main risk factors related to the development of burnout in ICU nursing professionals. Method: To support the research, were used, Scientific Library and Virtual in Line (SCIELO), Virtual Health Library (VHL) and Latin American Literature on Health Sciences (LILACS). Respondents national articles were published in the period 2010 to 2016, published in Portuguese, with full texts and related strictly to the theme. Exclusion criteria were: less full texts, are foreign language, are not available in online network and do not fit the main theme. Results: It was observed that the most frequently cited risk factors are: reduced number of professionals, work overload, professional devaluation, low wages, difficulty in dealing with death, lack of material resources, double employment, hospital and difficulty in interpersonal relationships. Conclusion: The analysis of most of the articles showed that it is very important to emphasize early detection of stress in the labor sector, so it can be minimized the prevalence of this new disease, but of great consequence and that will not interfere with routine ICU, much less on the well-being of patients.

Keywords: Burnout; Intensive Care; Nursing at Work.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
1.1. Justificativa	10
2 OBJETIVO	10
3 METODOLOGIA	10
4 SINDROME DE BURNOUT E A ENFERMAGEM	12
4.1 Características e Diagnostico da Síndrome de Burnout	13
4.2 Fatores de Risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout.....	15
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	20
REFERÊNCIAS.....	22

1 INTRODUÇÃO

No contexto da globalização, o trabalho não está necessariamente vinculado ao prazer, ao reconhecimento e crescimento profissional, sendo que este vem sendo percebido como uma fonte de sofrimento e adoecimento do trabalhador, que aparece muitas vezes quando o indivíduo já não passa a modificar sua atividade no sentido de torná-la mais adequada às suas necessidades fisiológicas e a seus desejos (KILIMNIK, 1998).

A síndrome de Burnout é definida por Codo e Menezes (2002) como uma condição na qual o trabalhador perde o sentido da sua relação com o trabalho, de forma que as coisas já não importam mais e qualquer esforço lhe parece ser inútil. De acordo com Maslach e Jackson (1981) a síndrome aparece como uma reação à tensão emocional crônica gerada a partir do contato direto e excessivo com outros seres humanos, particularmente quando estes estão preocupados ou com problemas. Codo e Menezes (2002) também apontam que a síndrome é entendida como um conceito multidimensional que envolve três componentes: (1) exaustão emocional, (2) despersonalização e (3) falta de envolvimento pessoal no trabalho.

A Síndrome de Burnout caracteriza-se pela presença de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional que ocorrem frequentemente em pessoas que executam algum tipo de trabalho em que precisem se relacionar com pessoas de forma próxima e direta (Maslach e Jackson, 1981).

Esta patologia é um processo de enfraquecimento decorrente de um período prolongado de estresse profissional. É uma resposta à tensão crônica no trabalho, gerada a partir do contato direto e excessivo com outras pessoas, devido à tensão emocional constante, atenção concentrada e grande responsabilidade profissional. (AREIAS, 2006)

Para Calais e Inocente (2004), o Burnout é resultante da interação de variáveis psicológicas, biológicas e socioculturais, além de fatores de risco e multi determinantes que aumentam a probabilidade do desenvolvimento e da manutenção da síndrome. Dessa forma, o grau e o tipo de manifestações dependerão da configuração de fatores individuais (predisposição genética, experiências sócio educacionais) e fatores ambientais (locais, pessoas e condições de trabalho).

Segundo Martino (2004) estudos comprovaram, que para os enfermeiros de Unidades de Terapia Intensiva, o local é muito tenso, e que isso poderia interferir no seu estado emocional, levando ao desgaste geral do organismo e, conseqüentemente, provocando estresse. Observa-se também a questão dos baixos salários que os obriga a ter mais de um emprego, resultando em longa e desgastante jornada mensal de trabalho (Murofurose, Abranches, & Napoleão, 2005).

Não são somente os aspectos operacionais que tornam o trabalho de enfermagem desgastante. Observam-se também as exigências relativas à responsabilidade para com seus pacientes, tanto no aspecto físico quanto no aspecto moral, social e psicológico, além do fato da enfermagem possuir pouco status e prestígio numa organização (Dias, Boas, Dias, & Barcellos, 2005). Outro fator é o contato direto com a dor, o sofrimento e a morte, o que exige desse profissional um controle emocional maior se comparado a outras profissões (Benevides- Pereira, 2002). É nesse contexto que Silva, Lima, Farias e Campos (2006, p. 442) afirmam que “os eventos estressantes permeiam os hospitais e levam os enfermeiros, bem como os demais profissionais, ao esgotamento, gerador de profissionais indiferentes, apáticos e cansados, dominados por estresse e desmotivação, com conseqüentes conflitos e insatisfações”.

As grandes exigências do trabalho, somadas com a falta de experiência de alguns profissionais, acabam por desencadear sintomas de estresse e distúrbios psíquicos menores entre aqueles profissionais que não conseguem responder à grande demanda do serviço hospitalar (ARAUJO *et al.*, 2003; FAGNANI NETO *et al.*, 2004).

Segundo França & Rodrigues (1997) o estresse está relacionado ao trabalho quando o ambiente de trabalho se torna ameaçador em questões de realização pessoal, profissional, saúde física ou mental ao trabalhador, prejudicando assim a sua interação com o ambiente de trabalho já que a pessoa não possui recursos de enfrentamento para as situações. E segundo eles a Síndrome de Burnout é considerada uma das principais conseqüências do estresse profissional.

Diante do exposto anteriormente, é de extrema relevância os estudos sobre medidas preventivas, a identificação precoce dos fatores de risco, bem como a

promoção à saúde que sejam implementadas, a fim de reduzir a incidência e minimizar os efeitos da síndrome de Burnout.

A adoção de estratégias individuais e organizacionais são fundamentais para combater a síndrome e/ou minimizar seus efeitos sobre os trabalhadores.¹³ Nessa perspectiva, no que se refere às intervenções a nível individual, várias estratégias cognitivo-comportamentais parecem úteis para melhorar as habilidades de enfrentamento e redução de burnout. Tais estratégias envolvem programas de prevenção do burnout que ajudam os indivíduos não só lidar com o estresse, mas para desenvolver qualidades mais positivas, tais como um senso de significado, gratidão e satisfação no trabalho, sendo áreas especialmente importantes para futuras pesquisas.

1.1. Justificativa

Este é um trabalho sobre a síndrome de Burnout, o qual busca mostrar de forma clara e objetiva a importância da saúde do trabalhador, sempre observando o estado físico, psíquico e emocional do profissional e digno para que este possa prestar uma assistência mais eficiente, tanto de forma técnica como humanizada apresentando um bom desempenho dentro das organizações.

Os profissionais da saúde podem estar mais suscetíveis ao Burnout, uma vez que vivenciam uma dualidade de papéis e enfrentam uma série de cobranças por parte de seus empregadores e chefias, dos pacientes e de si próprios. A Síndrome de Burnout ainda é desconhecida por grande parte dos profissionais da saúde. É necessária uma maior divulgação, pois se os profissionais desconhecem as suas possíveis manifestações e causas, não podem buscar formas efetivas de tratamento, bem como medidas de prevenção.

Portanto, um estudo sobre fatores de risco específicos que desencadeiam o desenvolvimento do desgaste e que poderão dar suporte a uma nova estruturação de estratégias preventivas e necessárias, desperta o interesse por se tratar de ambiente propício ao desenvolvimento da síndrome e suas consequências negativas tanto para a assistência aos pacientes, como também para a saúde da enfermagem. A continuidade de pesquisas em relação à saúde do trabalhador poderá fornecer dados que elucidem outros interesses e melhoria da qualidade da saúde.

2 OBJETIVO

Identificar as evidências disponíveis na literatura sobre os principais fatores de risco relacionados ao desenvolvimento da síndrome de Burnout em profissionais de Enfermagem de UTI.

3 METODOLOGIA

Este trabalho baseia-se em um estudo bibliográfico, documental, exploratório de abordagem qualitativa.

A pesquisa bibliográfica é o fator principal em todo trabalho científico, onde compõe o levantamento, seleção, fichamento e arquivamento de informações relacionadas à pesquisa. Já a pesquisa documental é toda fonte de informação verídica que pode servir para consulta, podendo ser escrita ou não escrita, tais como filmes, sites, slides, fotografias ou pôsteres entre outras (RUIZ, 2007). O mesmo autor ressalta que a pesquisa exploratória é utilizada para realizar um estudo preliminar do principal objetivo da pesquisa que será realizada e quanto à abordagem qualitativa é caracterizada.

Consideram-se como referencial para estruturação da presente revisão os passos propostos por Castro (2001).

- **Formulação da Pergunta:** quais os principais fatores de risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em UTI.
- **Localização e seleção dos estudos:** Foram utilizadas as seguintes bases de dados: Biblioteca Científica e Virtual em Linha (SCIELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Literatura Latino Americana em Ciências da Saúde (LILACS).
- **Período dos trabalhos pesquisados:** 2006 a 2016
- **Coleta de Dados:** Para o levantamento do estudo, foi realizada uma busca por artigos que contemplavam a temática estudada, onde os critérios de inclusão dos artigos definidos para a presente revisão integrativa foram: artigos publicados em português ou inglês, com os resumos disponíveis nas bases de dados selecionadas.
- **Análise e apresentação dos dados:** Para estabelecer compreensão e visualização dos resultados encontrados os dados subjetivos foram agrupados em categorias analíticas, sendo elas: Burnout; Terapia Intensiva; Enfermagem no Trabalho.

4 SINDROME DE BURNOUT E A ENFERMAGEM

O conceito de Burnout surgiu nos Estados Unidos para dar explicações ao processo de deterioração nos cuidados e atenção profissional nos trabalhadores de organizações (VARGAS e BRAGA, 2008).

Silva (2006) relata que o Burnout é formado por diversos estados sucessivos que ocorrem em um tempo e representam uma forma de adaptação às fontes de estresse. Assim, Burnout e estresse são fenômenos que expressam sua relevância na saúde do indivíduo e da organização.

A definição de Burnout mais comumente encontrada na literatura sobre o assunto compreende esse fenômeno como uma síndrome psicológica, que surge da tensão emocional crônica demonstradas por aqueles profissionais atuantes em funções que exigem contato direto e excessivo com pessoas necessitadas de cuidados (MASLACH, 1993) citado por Oliveira et al (2006).

Percebe-se que um dos grandes problemas, tanto para o estresse como para o Burnout, é a dificuldade em se estabelecer um consenso entre os autores quanto à definição e modelos explicativos.

Segundo Morofuse et al (2005) o termo Burnout foi utilizado, primeiramente, em 1974, por Feudenberger que o descreveu como sendo um sentimento de fracasso e exaustão causados por um excessivo desgaste de energia e de recursos, observado como sofrimento existente entre os profissionais que trabalhavam diretamente com pacientes dependentes de substâncias químicas. Esses trabalhadores reclamavam que já não conseguiam ver seus pacientes como pessoas que necessitavam de cuidados especiais, uma vez que estes não se esforçavam em parar de usar drogas. Relatavam que, devido à exaustão, muitas vezes desejavam nem acordar para não ter que ir ao trabalho. Ainda pela impossibilidade de alcançar os seus objetivos, sentiam-se incapazes de modificar a realidade, sentiam-se derrotados.

Atualmente existe uma maior preocupação com a saúde dos indivíduos que exercem suas atividades em organizações de saúde. A instituição hospitalar é um destes contextos de risco à saúde ocupacional, pois possui uma estrutura organizacional complexa quanto aos profissionais, papéis, estrutura, divisão de trabalho, metas hierarquia e normas que a regulam. Há uma prática profissional voltada, quase que exclusivamente para a eficácia do atendimento ao paciente, e

muitas vezes, percebe-se uma menor valorização das condições de trabalho essenciais para a saúde do trabalhador, que permanecem expostos por um período prolongado a situações que exigem alta demanda emocional. (Maslach & Jackson, apud Carlotto & Rosa, 2003).

O trabalho desenvolvido em hospitais requer que todos os profissionais tenham que enfrentar tomadas de decisões difíceis, geralmente com implicações éticas e morais. Segundo Benvides-Pereira (2002), o desempenho destes profissionais envolve uma série de atividades que necessitam forçadamente de um controle mental e emocional muito maior que outras profissões.

Segundo Martino (2004) estudos comprovam que para os Enfermeiros de Unidade Intensiva (UTI) o local é muito tenso, e que isso poderia interferir no seu estado emocional, levando ao desgaste geral do organismo, e conseqüente, provocando estresse.

4.1 Características e Diagnostico da Síndrome de Burnout

O Burnout é um fenômeno psicossocial relacionado ao contexto laboral e que acomete trabalhadores que desenvolvem suas atividades de forma direta e emocional com o público. A Síndrome de Burnout é uma experiência subjetiva de caráter negativo constituída de cognições, emoções e atitudes negativas com relação ao trabalho e com as pessoas, as quais tem que se relacionar em função do mesmo. É uma resposta ao estresse laboral crônico (CARLOTTO, 2013).

Portanto, quando essas situações ocupacionais são persistentes, é possível o desenvolvimento da Síndrome de Burnout nesses profissionais. Neste estudo, será utilizada a definição de Síndrome de Burnout (SB) proposta por Maslach e Jackson (1981) por ser considerada uma das definições mais aceitas na literatura (Carlotto, 2002; Carlotto & Câmara, 2008a). De acordo com Maslach e Jackson (1981), a SB caracteriza-se pela presença de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional que ocorrem frequentemente em pessoas que executam algum tipo de trabalho em que precisem se relacionar com pessoas de forma próxima e direta.

A Exaustão Emocional (EE) se refere à sensação de esgotamento tanto físico como mental, ao sentimento de não dispor mais de energia para

absolutamente nada, de haver chegado ao limite das possibilidades. Logo (Benevides-Pereira, 2002a) diz que é uma das consequências mais marcantes do estresse profissional, caracterizando-se pela exaustão emocional, avaliação negativa de si mesmo, depressão e insensibilidade com relação a quase tudo e todos (até como defesa emocional). Alguns pesquisadores dão dicas para identificar o Burnout:

- Só de pensar em trabalhar, você já começa a passar mal;
- Seja por falta ou excesso de competência, você se sente violentado ao realizar as atividades que lhe passam;
- Exausto o tempo todo, você está sempre a ponto de explodir ou de chorar;
- Conviver com certas pessoas do trabalho lhe incomoda demais;

A Despersonalização (DE) não significa que o indivíduo deixou de ter sua personalidade, mas que esta sofreu ou vem sofrendo alterações, levando o profissional a um contato frio e impessoal com os usuários de seus serviços (alunos, pacientes, clientes, etc.), passando a denotar atitudes de cinismo e ironia em relação às pessoas e indiferença ao que pode vir a acontecer aos demais. É uma tentativa de colocar distância entre si e as pessoas com quem se relaciona no trabalho, como os clientes e os colegas. Nessa situação, o distanciamento é uma reação imediata à exaustão, havendo uma forte relação com esse fator (Maslach et al., 2001). A Despersonalização refere-se ao desenvolvimento de atitudes negativas e insensíveis para com as pessoas com quem se trabalha.

Com o tempo, à medida que a Despersonalização vai progredindo, os trabalhadores reduzem a quantidade de tempo que passam no trabalho e a quantidade de energia despendida na realização do mesmo, interferindo na qualidade de seu desempenho. Conseqüentemente, o indivíduo passará a ter sensações de incompetência, falta de realização e produtividade no trabalho, que é a terceira dimensão da síndrome, a Realização Profissional diminuída (Maslach, 2005).

A reduzida Realização Profissional (rRP) evidencia o sentimento de insatisfação com as atividades laborais que vem realizando, sentimento de insuficiência, baixa autoestima, fracasso profissional, desmotivação, revelando baixa

eficiência no trabalho. Por vezes, o profissional apresenta ímpetos de abandonar o emprego. A Realização Profissional diminuída parece surgir de forma mais clara a partir da falta de recursos relevantes, enquanto a Exaustão Emocional e a Despersonalização derivam da sobrecarga de trabalho e dos conflitos sociais (Maslach et al., 2001).

Pode-se dizer então que a Síndrome de Burnout é uma mistura de um estado individual (Exaustão Emocional), de uma estratégia de enfrentamento (Despersonalização) e de uma consequência (Realização Pessoal diminuída), que podem ser estudadas conjuntamente ou separadamente (Schaufeli & Taris, 2005).

4.2 Fatores de Risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout

O avanço tecnológico possibilitou a estruturação das Unidades de Terapia Intensiva (UTI), reunindo em um mesmo espaço os recursos imprescindíveis a uma assistência contínua ao paciente crítico. Em contrapartida, os profissionais que atuam nesse espaço passaram a conviver com uma série de riscos relacionados às condições e ao ambiente de trabalho nem sempre considerados na gênese das desordens físicas e psíquicas (SANTOS, 2006 *et al*).

Entre os ambientes hospitalares, a UTI é conceituada como o mais tenso, traumatizante e agressivo, em decorrência da rotina de trabalho intensa; dos riscos constantes à equipe de enfermagem por contágio (pacientes em isolamento), exposição a Raios X, acidentes com perfuro-cortantes; das situações de crises frequentes; dos ruídos intermitentes de monitores, bombas de aspiração, respiradores, gemidos, gritos de dor, choro, telefone, conversas paralelas da equipe, circulação de grande número de profissionais, fax e impressoras. (CHEREGATTI, 2010).

É comum o pensamento de que os únicos fatores estressantes numa UTI são as responsabilidades clínicas, o trato frequente com a morte e as características do ambiente (GOODFELLOW; VARMAM; REES; SHELLY, 1997). No entanto, como Rees e Cooper (1992) demonstraram em sua pesquisa, médicos e enfermeiras relatam que os fatores mais estressantes para eles são os organizacionais e

interpessoais. Boumans e Landeweerd (1994) reforçaram essa hipótese ao demonstrar em seu trabalho que o estresse relacionado com as atividades de trabalho não apresenta diferenças significativas entre enfermeiras de UTI e de outras unidades.

A categoria profissional de enfermagem é marcada por componentes ameaçadores do ambiente ocupacional, tais como o número reduzido de profissionais para fazer o atendimento em saúde, o excesso de atividades que executa e a falta de reconhecimento (Stacciarini&Tróccoli, 2001), além de o hospital ser reconhecido como um ambiente insalubre, penoso e perigoso (Elias & Navarro, 2006). Observa-se também a questão dos baixos salários que os obriga a ter mais de um emprego, resultando em longa e desgastante jornada mensal de trabalho (Murofurose, Abranches, & Napoleão, 2005).

Observam-se também as exigências relativas à responsabilidade para com seus pacientes, tanto no aspecto físico quanto no aspecto moral, social e psicológico, além do fato da enfermagem possuir pouco status e prestígio numa organização (Dias, Boas, Dias, & Barcellos, 2005). Outro fator é o contato direto com a dor, o sofrimento e a morte, o que exige desse profissional um controle emocional maior se comparado a outras profissões (Benevides- Pereira, 2002). É nesse contexto que Silva, Lima, Farias e Campos (2006, p. 442) afirmam que “os eventos estressantes permeiam os hospitais e levam os enfermeiros, bem como os demais profissionais, ao esgotamento, gerador de profissionais indiferentes, apáticos e cansados, dominados por estresse e desmotivação, com consequentes conflitos e insatisfações”.

De acordo com a revisão bibliográfica realizada, foi possível constatar que, dos 39 artigos selecionados, 27 (vinte e sete) afirmam que os aspectos psicossociais e organizacionais são fatores determinantes para o desenvolvimento dos sinais sugestivos da Síndrome de Burnout, pois a escassez de recursos humanos, as condições inadequadas de trabalho, a sobrecarga de trabalho, a desvalorização profissional aliados a um funcionamento organizacional precário das instituições de saúde levam ao surgimento de fatores estressantes. Estes relacionados com outros contribuem para o surgimento dessa doença, tanto devido ao desgaste físico quanto ao mental.

Dentre os fatores que desencadeiam o estresse nos profissionais de Enfermagem durante suas atividades laborais estão os altos níveis hierárquicos de gerenciamento, falta de espaço nas unidades, condições trabalhistas impróprias, ausência de autonomia, forte pressão emocional, sobrecarga e acúmulo de atividades, cansaço físico e mental, ausência de organização, insatisfação profissional, falta de material, recursos humanos escassos, pessoal não treinado e remuneração inadequada. É fato que, quando em alto grau, o estresse pode evoluir para o *burnout*. Guido (2012), constataram que enfermeiros envolvidos nas questões gerenciais apresentavam seis vezes mais chances de desenvolver altos níveis de estresse quando comparados a outros enfermeiros que não atuavam nessa área.

Portanto, quando essas situações ocupacionais são persistentes, é possível o desenvolvimento da Síndrome de Burnout nesses profissionais

O trabalho intensivo vivenciado pelos Profissionais de Saúde faz com que parte deles apresente as sintomatologias da Síndrome de Burnout ou do esgotamento profissional BENEVIDES (2001). Os profissionais de saúde que atuam na UTI lidam diariamente com sentimento de perda, dor e sofrimento, que apesar de estarem capacitados para essas situações, podem os levar a um alto nível de estresse. Aliados a esses fatores, vem a falta de reconhecimento da sociedade, dos gestores no ambiente de trabalho, a escassez nos equipamentos e a falta de apoio psicológico, tornam alvos vulneráveis. Tudo isso os leva a um esgotamento físico e mental intenso, acarretando um estresse que, ao longo de um processo, pode desencadear a Síndrome de Burnout (SB). A síndrome está vinculada ao trabalho causada por repetitivas pressões emocionais sofridas pelos profissionais ao longo do tempo (LIPP, 2001).

Os enfermeiros como público alvo, cuidam de pacientes e familiares e, às vezes, pelas contingências do cotidiano, esquecem de se preocupar com sua qualidade de vida e devido o baixo salário esse funcionário possui duplo vínculo empregatício (MONTANHOLI, et al). Esse profissional está mais sujeito ao estresse por ter que sair de uma instituição para outra, muitas vezes sem uma pausa necessária. A carga horária de 12 horas contínuas é vista como excessiva (SANTOS, et al), pois é configurada como excessiva pelo nível de atenção exigida no trabalho devido ser esse um local de alta complexidade, gerando assim uma forte

pressão pelo cumprimento das atividades, criando situações imprevisíveis e aumentando o estresse e frustração desses trabalhadores. O fator que gera maior estresse é a dificuldade para se trabalhar em equipe, a falta de coleguismo, ausência de cooperação, comunicação, e o compromisso com o grupo não somente gera estresse mais dificulta a assistência prestada (CORONETTI, et al).

Muitos profissionais cumprem carga horária excessivas, muitas vezes tem outros empregos fazendo duas escalas de trabalho. Com intuito de aumentar a renda familiar. Como evidenciou Afecto e Teixeira (2009) onde na população estudada 42,3% tinham dois empregos.

Verificou que a maioria dos enfermeiros possui outro vínculo empregatício, o que significa que esses indivíduos podem estar trabalhando 80 horas por semana. Essa jornada de trabalho excessiva tem impacto no tipo de assistência prestada e também contribui para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout (MASLACH, 2005; WRIGHT & BONETT, 1997).

A falta ou diminuição da realização profissional é a dimensão na qual existe um sentimento complexo de inadequação pessoal e profissional ao posto de trabalho. Apresentando, conseqüentemente, uma série de respostas negativas para consigo e sua atividade laboral, típicas da depressão, moral baixo, redução de relações interpessoais, baixa produtividade, incapacidade para suportar as pressões e baixa autoestima (LAUTERT, 1997).

A exaustão emocional é um elemento importantíssimo na avaliação do Burnout, configura um fator de alerta. Consiste em um esgotamento da energia física e mental, que surge da experiência de demasiado envolvimento emocional com o trabalho, o que torna o profissional intolerante, irritável, nada generoso, insensível, comportamento rígido e isolado. (SILVA, 2006)

A dificuldade que se tem em lidar com a morte é outra dificuldade encontrada, pois a mesma dá a ideia de impotência, sofrimento e perda, fazendo com que os mesmos tenham a concepção de que falharam como profissionais. Profissionais com mais de dez anos de profissão apresentaram um nível de estresse mais elevado que profissionais com cinco anos (GUERRER-2008).

A falta de recursos de materiais também entra nessa listagem, sendo reconhecida como um fator condicionante. Essa escassez de material implica na

necessidade pela busca, gerando um desgaste físico e mental, criando assim um sentimento de impotência e frustração, pois ocasiona uma perda do tempo que deveria ser destinado à assistência (CORONETTI, 2006).

No estudo desenvolvido por Skoreket al (2013) fatores como ausência de materiais, sobre carga de tarefas, deficiência de profissionais e os sons e ruídos foram agravantes para produzir estresse na equipe e elevar em 75% o risco de desenvolver Burnout. Os ruídos afetam positivamente os indivíduos com grandes impactos negativos, desenvolvendo níveis de ansiedade, e ocasionando riscos ocupacionais.

A falta de recursos humanos implica nas exigências físicas e emocionais devido ao número insuficiente de enfermeiros e auxiliares de enfermagem, esse fator causa uma sobrecarga de trabalho, gerando uma forte pressão pelo cumprimento dessas atividades, criando situações imprevisíveis como cansaço físico e emocional desses trabalhadores (CORONETTI, 2006).

Mas o fator mais intrigante encontrado foi que apesar da enfermagem ser uma das profissões mais antigas, altruístas e que forçam esses profissionais a procurarem mais especialização pelo nível exigido de conhecimento, não é bem valorizado e respeitado por outras profissões, e até mesmo pela clientela que muitas vezes nem reconhece função que o profissional exerce e nem sabe reconhecer a diferença entre enfermeiros, técnico e auxiliares de enfermagem. A luta pelo reconhecimento profissional gera estresse e esse sentimento de desvalorização é um dos maiores estressores encontrados (MONTANHOLI; SANTOS, 2006).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Evidenciou-se através deste estudo bibliográfico, considerável relação entre a Síndrome de Burnout e a realidade da equipe interdisciplinar que trabalham em UTI, em foco a enfermagem. Contudo apesar do avanço das pesquisas nessa temática, ainda existe fatores deixados pelos estudos que merecem ser descobertos e discutidos.

É de suma importância salientar a detecção precoce do stress dentro do setor de trabalho, para que possa ser minimizado a prevalência desta patologia nova, mas de consequências grandes e que não venha a interferir na rotina da UTI, muito menos no bem estar dos pacientes.

Os estudos reforçam a tese que o ambiente de terapia intensiva é propício para o desenvolvimento de estresse e assim submeter os profissionais a alterações psicológicas graves como a síndrome de Burnout. Não somente o Burnout mais outras modificações foram evidenciadas na vida desses profissionais como nível de ansiedade, baixa auto estima, pouca realização com alterações na qualidade de vida. Há a necessidade de mais pesquisas envolvendo as características do trabalho da equipe interdisciplinar das UTI's e relacionado a síndrome de Burnout no Brasil, pois as transformações do mundo moderno do trabalho são rápidas e dinâmicas, fato que pouco se nota no que se refere ao surgimento de novas patologias relacionadas ao trabalho.

O profissional de enfermagem da UTI e a instituição hospitalar o qual está inserido devem em conjunto, reconhecer os fatores estressantes que estão presentes no trabalho e procurar mecanismos e estratégias de enfrentamento individual e grupal para diminuir a ocorrência de estresse profissional.

A prevenção da síndrome de esgotamento profissional envolve mudanças na cultura da organização do trabalho, estabelecimento de restrições à exploração do desempenho individual, diminuição da intensidade de trabalho, diminuição da competitividade, busca de metas coletivas que incluam o bem-estar de cada um. A prevenção desses agravos requer uma ação integrada, articulada entre os setores assistenciais e os de vigilância. É importante que o paciente seja cuidado por uma

equipe multiprofissional, com abordagem interdisciplinar, que dê conta tanto dos aspectos de suporte ao sofrimento psíquico.

De acordo com Jodas e Haddad, a síndrome de burnout pode ser evitada, desde que a cultura da organização laboral favoreça a execução de atividades preventivas do estresse.

Para realizar a prevenção de burnout, é necessário que a instituição adote algumas medidas, tais como: aumentar a variedade de rotinas, para evitar a monotonia; prevenir o excesso de horas extras; dar melhor suporte social às pessoas; melhorar as condições sociais e físicas de trabalho; investir no aperfeiçoamento profissional e pessoal dos trabalhadores.

A Síndrome de Burnout é uma patologia nova, com muitos fatores que facilitam o seu surgimento e sintomas que muitas vezes os profissionais desconhecem, deste modo não percebe quando estão desenvolvendo-a. Sabemos que essa síndrome hoje, está presente em todas as profissões, sendo necessários mais estudos a seu respeito para entendê-la melhor, possibilitando assim, condições de trabalho mais adequadas para que todos os profissionais, quer da área da saúde sentiam satisfação no trabalho que estão desenvolvendo.

REFERÊNCIAS

AFFECTO, M et al. **Evaluation of occupational stress and burnout syndrome in nurses of anintensive care unit: a qualitative study.** Online Brazilian Journal of Nursing, Niterói (RJ), v. 8,n.1, p. Feb 2009. Disponível em: <<http://www.objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/j.16764285.2009.2107/453>>. Acesso em: 09 abr. 2014.

AREIAS MEQ, Comandule AQ. **Qualidade de vida, estresse no trabalho e Síndrome de Burnout** [Internet]. In: Vilarta R. et al. Qualidade de vida e fadiga institucional. Campinas: IPES Editorial; 2006 [cited 2013 Apr 02]:183-202. Available from: http://fefnet172.fef.unicamp.br/departamentos/deafa/qvaf/livros/foruns_interdisciplinares_saude/fadiga/fadiga_cap13.pdf

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. (2002). **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001.

CARLOTTO MS, Camara SG. **Síndrome de Burnout: uma doença do trabalho na sociedade de bem-estar.** Aletheia [Internet]. 2007 [cited 2013 Mar 13];(25):203-5. Available from: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1413-3942007000100016&script=sci_arttext

CHEREGATTI AL, Amorim CP. **Enfermagem em Unidade de Terapia Intensiva.** São Paulo: Martinari; 2010

CODO, W; MENEZES, I. V. O que é burnout? In: WANDERLEY CODO. (Org.). Educação: Carinho e Trabalho. 3 ed. Petrópolis, Rio de Janeiro: Editora Vozes, 2002, p. 237-254.

CORONETTI A, Nascimento ERP, Barra DCC, Martins JJ. O estresse da equipe de enfermagem na unidade de terapia intensiva: o enfermeiro como mediador. Arq. Catarinense Med. 2006; 35(4).

DIAS, S. M. M., Boas, A. A. V., Dias, M. R. G, & Barcellos K. C. P. (2005). Fatores desmotivacionais ocasionados pelo estresse de enfermeiros em ambiente hospitalar. In FEA-USP (Org.), VIII SEMEAD – Seminários de Administração FEA-USP (pp. 1-13). São Paulo: FEA-USP.

Elias, M. A. & Navarro, V. L. (2006). A relação entre o trabalho, a saúde e as condições de vida: negatividade e positividade no trabalho das profissionais de enfermagem de um hospital escola. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, 14(4), 517-525.

Gerrer, FJL, Bianchi ERF. Caracterização do estresse nos enfermeiros de Unidade de Terapia Intensiva. **Rev. Esc. Enferm. USP**. 2008; 42(2): 355-62.

GOODFELLOW, A.; VARNAM, R.; REES, D.; SHELLY, M. P. Staff stress on the intensive care unit: a comparison of doctors and nurses. **Anesthesia**, v. 52, n. 11, p. 1037-1041, nov., 1997.

Guido LA, Silva RM, Goulart CT, Bolzan MEO, Lopes LFD. Síndrome de burnout em residentes multiprofissionais de uma universidade pública. **Rev Esc Enferm USP**. 2012; 46(6):1477-83

HEUER, L.; BENGIAMIN, M; DOWNEY, V. M.; IMLER, N. J. **Neonatal intensive care nurse stressors**: an American study. *British Journal of Nursing*, v. 5, n. 18, p. 1126-1130, oct., 1996.

JEX, S. M. Stress and job performance: Theory research, and implications for managerial practice. **Thousand Oaks**: SagePublications, 1998.

Jodas DA, Haddad MCL. Síndrome de burnout em trabalhadores de Enfermagem de um pronto-socorro de hospital universitário. **Acta Paul Enferm**. 2009; 2(2):192-7.

Lautert L. O desgaste profissional: uma revisão da literatura e implicações para a enfermeira. **Rev. Gaucha de Enfermagem**. 1997 jul;18(2):83-93.

LIPP MEN, Malagris LN. O stress emocional e seu tratamento. In: Range B, organizadores. **Psicoterapias Cognitivas comportamentais**. Campinas: Psy II; 2001

MASLACH, C. (2005). Entendendo o Burnout. In A. M. Rossi, P. L. Perrewé, & S. L. Sauter (Eds.), **Stress e qualidade de vida no trabalho**: perspectivas atuais da saúde ocupacional (pp. 122-148). São Paulo: Atlas.

MONTANHOLI LL, Tavares DMS e Oliveira GR. Estresse:fator de risco no trabalho do enfermeiro hospitalar.**Rev Bras Enferm.** 2006; 59(5): 661-5.

MORSE G, Salyers MP, Rollins AL, Devita MM, Pfahler C. **Burnout in Mental Health Services: A Review of the Problem and Its Remediation. Adm policy ment health** [Internet]. 2012 [cited 2013 July 03];39(5):341–52. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3156844/?tool=pubmed>

MUROFUROSE, T. N., Abranches, S. S., & Napoleão, A. A. (2005). Reflexões sobre estresse e burnout e a relação coma enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**,13(2), 255-261.

OLIVEIRA, P. R, T. **Suporte Organizacional em profissionais de UTI Neonatal. Educação profissional: Ciência e Tecnologia.** Vol 1, p.27-37. Brasília 2006.

Santos JM, Oliveira EB, Moreira AC. Estresse, Fator derisco para a saúde do enfermeiro em Centro de TerapialIntensiva. **Rev. Enfermagem UERJ.** 2006; 14(4):580-5.

SERAFINO, E. P. **Health psychology:** biopsychosocial interactions. New York: John Wiley, 1990.

Silva, B. M., Lima, F. R. F., Farias, F. S. A. B, & Campos, A. C. S. (2006). Jornada de trabalho: fator que interfere na qualidade da assistência de enfermagem. **Texto e ContextoEnfermagem**, 15(3), 442-448.

SILVA, JLL; DIAS, AC; TEXEIRA, RS. **Discussão sobre as causas da Síndrome de Burnout e suas implicações à saúde do profissional de enfermagem.** REV AQUICHAN [online]. 2012 ISSN 1657-5997. Disponível em http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S16579972012000200006. Acesso em: 04 maio 2014.

Schaufeli, W. B. & Taris, T. W. (2005). The conceptualization and measurement of burnout: Common ground and worlds apart. **Work & Stress**, 19(3), 256-262.

Stacciarini, J. M. R. &Tróccoli, B. T. (2001). O estresse na atividade ocupacional de enfermeiro. **Revista Latino- Americana de Enfermagem**, 9(2), 17-25.

KILIMNIK, Z. M. Trabalhar em tempos de fim dos empregos: mudanças na trajetória de carreira de profissionais de Recursos Humanos. **Psicologia, Ciência e Profissão**, v.18, n. 2, p. 34-35, 1998.