

FACULDADE LABORO
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM ENFERMAGEM DO TRABALHO

IOLETE OLIVEIRA VIEIRA
LIDYANE MONDEGO PINHO SILVA
ROSENÊS LEITÃO DE VILHENA FURTADO

SÍNDROME DE BURNOUT: fatores de risco para os profissionais de enfermagem

São Luís
2019

**IOLETE OLIVEIRA VIEIRA
LIDYANE MONDEGO PINHO SILVA
ROSENÊS LEITÃO DE VILHENA FURTADO**

SÍNDROME DE BURNOUT: fatores de risco para os profissionais de enfermagem

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Enfermagem do Trabalho, da Faculdade Laboro, para obtenção do título de Especialista.

Orientador(a): Prof.(a). Ma. Melcka Ramos

São Luís
2019

Vieira, Iolete Oliveira

Síndrome de burnout: fatores de risco para os profissionais de enfermagem / Iolete Oliveira Vieira, Lidyane Mondego Pinho Silva, Rosenês Leitão de Vilhena Furtado - São Luís, 2019.

Impresso por computador (fotocópia)

16 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Pós-graduação em Enfermagem do Trabalho) Faculdade LABORO. -. 2019.

Orientadora: Profa. Melcka Ramos

1. Esgotamento Psicológico. 2. Profissionais de enfermagem. 3. Fatores de risco. I. Título.

CDU: 616-083

**IOLETE OLIVEIRA VIEIRA
LIDYANE MONDEGO PINHO SILVA
ROSENÊS LEITÃO DE VILHENA FURTADO**

SÍNDROME DE BURNOUT: fatores de risco para os profissionais de enfermagem

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Enfermagem do Trabalho, da Faculdade Laboro, para obtenção do título de Especialista.

Aprovado em: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Profa. Ma. Melcka Ramos (Orientadora)
Doutora em ...
Universidade ...

Examinador 1

Examinador 2

SÍNDROME DE BURNOUT: fatores de risco para os profissionais de enfermagem

IOLETE OLIVEIRA VIEIRA¹

LIDYANE MONDEGO PINHO SILVA²

ROSENÊS LEITÃO DE VILHENA FURTADO³

RESUMO

A síndrome de Burnout é gerada por meio de tensões emocionais vivenciadas no trabalho, levando o trabalhador a perder o interesse em sua atividade laboral, abalando sua saúde. O presente estudo tem como objetivo estudar os fatores de risco para a ocorrência da síndrome de Burnout entre os profissionais de enfermagem. A metodologia utilizada foi bibliográfica, realizada em livros, artigos publicados em revistas científicas, site da Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), abrangendo o período de 2010 a 2019, no idioma português. Entre os teóricos abordados tem-se Roberta Payá, Patrícia França Proença, Ana Maria T. Benevides-Pereira, Pablo Bernardes, além de obras de outros autores necessários ao desenvolvimento do presente estudo. Relata-se inicialmente sobre a definição da síndrome de Burnout, as suas consequências para o trabalhador, como ocorre o seu diagnóstico, tratamento e prevenção. O último tópico menciona sobre os fatores de risco para o desenvolvimento da síndrome de Burnout, apresentando-se estudos que abordem essa temática. Foram identificados como fatores sociodemográficos predisponentes à síndrome de esgotamento profissional ou síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem o gênero feminino, idade, pouca experiência profissional e baixos salários. Já os fatores ocupacionais compreenderam o ambiente laboral, sobrecarga de trabalho, mais de um vínculo empregatício, problemas de relacionamento e a falta de diálogo, insatisfação profissional, carência de materiais, equipamentos e tecnologia, falta de autonomia e várias atribuições do enfermeiro.

Palavras-chave: Esgotamento Psicológico. Profissionais de enfermagem. Fatores de risco.

¹ Especialização em Enfermagem do Trabalho pela Faculdade Laboro, 2019.

² Especialização em Enfermagem do Trabalho pela Faculdade Laboro, 2019.

³ Especialização em Enfermagem do Trabalho pela Faculdade Laboro, 2019.

BURNOUT SYNDROME: risk factors for nursing professionals

ABSTRACT

Burnout syndrome is generated through emotional tensions experienced at work, leading the worker to lose interest in his work activity, undermining his health. This study aims to study the risk factors for the occurrence of Burnout syndrome among nursing professionals. The methodology used was bibliographic, carried out in books, articles published in scientific journals, website of the Pan American Health Organization (PAHO), covering the period from 2010 to 2019, in the Portuguese language. Among the theorists approached are Roberta Payá, Patricia França Proença, Ana Maria T. Benevides-Pereira, Pablo Bernardes, besides works by other authors necessary for the development of this study. It is initially reported about the definition of Burnout syndrome, its consequences for the worker, how its diagnosis, treatment and prevention occurs. The last topic mentions about risk factors for the development of Burnout syndrome, presenting studies that address this issue. Sociodemographic factors predisposing to burnout syndrome or Burnout syndrome in nursing professionals were identified as female gender, age, poor work experience and low wages. Occupational factors included work environment, work overload, more than one employment relationship, relationship problems and lack of dialogue, professional dissatisfaction, lack of materials, equipment and technology, lack of autonomy and various duties of the nurse.

Keywords: Psychological Exhaustion. Nursing professionals. Risk factors.

1 INTRODUÇÃO

A síndrome de Burnout ou síndrome do esgotamento profissional pode ser definida como uma reação a estressores interpessoais crônicos no trabalho, sendo considerada como um problema de saúde pública em decorrência de suas implicações afetarem a saúde física e mental do trabalhador (SILVA; DIAS; TEXEIRA, 2012; SOBRAL et al., 2018).

A manifestação da síndrome de Burnout ocorre em três dimensões. A primeira é exaustão emocional, surgindo diretamente do estresse individual, onde o trabalhador percebe que não possui mais a energia que o seu trabalho requer, ocasionando esgotamento emocional e/ou físico. A segunda é a despersonalização, quando o profissional se defende da carga emocional derivada do contato direto com o outro, desencadeando insensibilidade emocional ou endurecimento afetivo e falta de

envolvimento no trabalho. A terceira é a falta de realização profissional, constituindo-se na sensação de insatisfação pessoal do profissional com a execução de seus trabalhos, acarretando sentimentos de incompetência e baixa autoestima (MEDEIROS-COSTA et al., 2017; SOBRAL et al., 2018).

Considera-se a síndrome de Burnout um problema mundial, que afeta trabalhadores de vários países. No Reino Unido mais de 20 milhões de pessoas sofrem desta síndrome, assim como na Alemanha, que afeta 2,7 milhões. No Brasil, aproximadamente 30% de 100 milhões de profissionais apresentam os seus sintomas, ocasionando danos à saúde e à economia (SÁ, 2017; BERNARDES, 2018).

A incidência da síndrome de Burnout ocorre principalmente entre aqueles trabalhadores que ajudam, prestam assistência ou são responsáveis pelo desenvolvimento de outros indivíduos, tais como professores, assistentes sociais, bombeiros, agentes penitenciários, policiais, profissionais de saúde, enfim, cuidadores em geral (BENEVIDES-PEREIRA, 2010).

Entre os trabalhadores que podem ser acometidos pela síndrome de Burnout, têm-se os profissionais de enfermagem, que pela característica de sua profissão, cotidianamente realizam o cuidado constante com pacientes, submetidos geralmente a um grande estresse, expostos às tensões emocionais, com cobranças extremas diante do seu trabalho que envolve o tratamento de doentes, deparando-se com casos graves, que muitas vezes levam a óbitos (MEDEIROS-COSTA et al., 2017).

Diante do exposto, justifica-se a escolha do presente tema em decorrência da síndrome de Burnout afetar variadas classes profissionais, principalmente aquelas que atuam diretamente com a clientela, como no caso dos profissionais de enfermagem. Desta forma, o presente estudo, permitirá conhecer sobre esta síndrome e os possíveis fatores de risco que ocasionam o seu desenvolvimento, possibilitando realizar um trabalho voltado para criar estratégias de prevenção, para promover o bem-estar destes profissionais e qualidade no atendimento em saúde proporcionado por esses trabalhadores.

O problema do presente estudo surgiu ao observar o trabalho cotidiano dos profissionais de enfermagem, que encontram variadas situações estressantes em seu ambiente de laboral, lidando com as exigências de uma diversificada clientela. Diante

disso, questionou-se: quais os fatores de risco que levam esses profissionais a serem acometidos pela síndrome de Burnout?

No contexto apresentado, o objetivo deste estudo consistiu em estudar os fatores de risco para a ocorrência da Síndrome de Burnout entre os profissionais de enfermagem.

A metodologia utilizada no estudo foi bibliográfica. A revisão da literatura foi realizada em livros, artigos publicados em revistas científicas, site da Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), abrangendo o período de 2010 a 2019, no idioma português. Entre os autores abordados, tem-se Roberta Payá, Patrícia França Proença, Ana Maria T. Benevides-Pereira, Pablo Bernardes, além da OPAS e outros autores necessários ao desenvolvimento do presente estudo.

Na construção deste estudo relata-se inicialmente sobre a Definição da Síndrome de Burnout, as suas consequências para o trabalhador, como ocorre o seu diagnóstico, tratamento e prevenção. O último tópico menciona sobre os fatores de risco para o desenvolvimento da síndrome de Burnout, apresentando-se estudos que abordem essa temática.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 Definição da Síndrome de Burnout

A mencionada síndrome conhecida também como síndrome do esgotamento profissional, se constitui em uma consequência do estresse ocupacional, decorrente do cotidiano do trabalho dos profissionais de enfermagem, surgindo quando falham os mecanismos de esforço de adaptação por parte desses trabalhadores diante do estresse, com os estímulos estressores continuando a agir, levando a uma perda das reservas de energia (SILVA; DIAS; TEIXEIRA, 2012).

Etimologicamente, a palavra “*burnout*” advém da língua inglesa, das palavras “*burn*” (*to burn*: arder, queimar) e “*out*” (até o fim), significando “queimar até a chama desvanecer”, dando a ideia de um “fogo que vai se apagando aos poucos, até definitivamente cessar”. De modo figurado designa algo que vai sendo consumido (que

vai deixando de funcionar) até à exaustão total, demonstrando que esse desgaste danifica aspectos psicológicos e físicos do indivíduo, referindo-se ao último estágio do estresse, do esgotamento e da exaustão profissional (SÁ, 2017; BERNARDES, 2018).

O termo Burnout foi mencionado pela primeira vez em 1974 por Herbert Freudenberger que o definiu como um “incêndio interno”, causado por excessivo desgaste de energia e recursos, o qual afeta negativamente a relação subjetiva com o trabalho, caracterizando principalmente pelo estado de tensão emocional e estresse crônico advindos das condições de trabalho físicas, emocionais e psicológicas desgastantes. Já a síndrome de Burnout foi descrita pela primeira vez em 1981, por Maslach e Jackson, definindo-a como um conjunto de sintomas físicos e psicológicos, constituída por três dimensões relacionadas, mas independentes (exaustão emocional, despersonalização e a diminuição da realização profissional), validando um instrumento de mensuração denominado *Maslach Burnout Inventory* (MBI). (CAMPOS et al., 2015; SÁ, 2017; BERNARDES, 2018).

Em 1999 a Portaria nº 1339 do Ministério da Saúde incluiu a síndrome de Burnout entre os Transtornos Mentais e do Comportamento Relacionados com o Trabalho, tendo como agentes etiológicos ou fatores de risco de natureza ocupacional, o ritmo de atividade penoso (CID-10 Z56.3) e outras dificuldades físicas e mentais relacionadas com o seu ofício (CID-10 Z56.6) (BERNARDES, 2018).

Em maio de 2019 a 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11) publicada pela Organização Mundial de Saúde, incluiu a síndrome de Burnout como um fenômeno ocupacional, não sendo classificada como uma condição de saúde, sendo incluída no capítulo “Fatores que influenciam o estado de saúde ou o contato com os serviços de saúde”, que inclui razões pelas quais as pessoas entram em contato com serviços de saúde, mas que não são classificadas como doenças ou condições de saúde. Na CID-11 a sua definição compreende uma síndrome resultante do estresse crônico no local de trabalho que não foi gerenciado com sucesso, caracterizando-se por três dimensões: sentimentos de exaustão ou esgotamento de energia; aumento do distanciamento mental do próprio trabalho, ou sentimentos de negativismo ou cinismo relacionados ao próprio trabalho; e redução da eficácia profissional, referindo-se especificamente a fenômenos no contexto ocupacional e não deve ser aplicada para

descrever experiências em outras áreas da vida (ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE, 2019).

Assim, o trabalhador ao se encontrar exposto de forma prolongada a estressores emocionais e interpessoais laborais e não desenvolvendo mecanismos adaptativos aos mesmos, passa a manifestar a síndrome de Burnout, que leva ao surgimento de sentimento de perda do idealismo, energia e objetivos, além do desinteresse pelo trabalho, surgindo ainda o aborrecimento e falta de realização (CARLOTTO, 2011; PAIVA et al., 2019).

Entre os trabalhadores acometidos pela síndrome de Burnout, destacam-se os da área da saúde, como os profissionais de enfermagem, que é considerada pela *Health Education Authority* como a profissão mais estressante do setor público (MORENO et al., 2018).

Os profissionais de enfermagem realizam cotidianamente o cuidado, relacionando-se diretamente com pacientes e sua família, vivenciando uma pressão constante, situações de estresse e ansiedade; pois profissionais prestam assistência a variadas pessoas com diversas doenças, realizando tratamentos diversificados, com cobranças, atendimentos emergenciais, preocupação constante com a cura e muitas vezes acompanham o limiar da vida, convivendo com sofrimento e constante vulnerabilidade emocional, com o sentimento muitas vezes de incapacidade ou impotência de ofertar uma solução para a situação da pessoa que está sob seus cuidados. Essas situações contribuem fortemente para a origem do estresse laboral e consequente síndrome de Burnout (CARLOTTO, 2011; SILVA; DIAS; TEXEIRA, 2012; PAIVA et al., 2019).

2.2 Consequências da síndrome de Burnout para o trabalhador

Ao afetar o trabalhador, a síndrome de Burnout ocasiona sérias consequências aos profissionais de enfermagem, tanto no âmbito físico, quanto psicológico e mental, apresentando um conjunto de sintomas, como: Sintomas físicos (fadiga constante e progressiva, dores musculares ou osteomusculares, distúrbios do sono, cefaleias, enxaquecas, perturbações gastrointestinais, imunodeficiência, transtornos

cardiovasculares, distúrbios do sistema respiratório, disfunções sexuais e alterações menstruais nas mulheres); Sintomas psíquicos (falta de atenção, concentração, alterações de memória, lentidão do pensamento, sentimento de impotência e de solidão, impaciência, dificuldade de auto aceitação e baixo-autoestima, desânimo, depressão, desconfiança); Sintomas comportamentais (negligência ou escrúpulo excessivo, irritabilidade, incremento da agressividade, incapacidade para relaxar, dificuldade na aceitação de mudanças, perda de iniciativa, aumento do consumo de substâncias, comportamento de alto risco, suicídio); Sintomas defensivos (tendência de isolamento, sentimento de onipotência, perda do interesse pelo trabalho ou até pelo lazer, ímpetos de abandonar o trabalho, ironia, cinismo) (BENEVIDES-PEREIRA, 2010).

No que se refere às consequências elencadas acima, cabe comentar que as manifestações dos sintomas somente ocorrerão conforme as características do indivíduo (como exemplo os fatores genéticos), ambiente de trabalho e etapa em que o trabalhador se encontre no processo de desenvolvimento da síndrome de Burnout (FRANÇA et al., 2014).

Quando os sintomas da síndrome de Burnout tornam-se irreversíveis, adquirem grande gravidade, levando o trabalhador a deixar o seu labor, tornando-se comuns os casos de alcoolismo, drogadição, ideias ou tentativas de suicídio (PAYÁ; PROENÇA, 2011).

Como consequências da síndrome de Burnout entre os trabalhadores de enfermagem no exercício profissional, estes passam a desenvolver frieza no atendimento aos pacientes, evitando ao máximo envolver-se com os problemas e dificuldades emocionais, afetando as suas relações interpessoais, que passam a ser desprovidas de calor humano, tem-se ainda o comprometimento da sua qualidade de vida e produtividade no trabalho, ocasionando ainda rotatividade de pessoal e absenteísmo, acarretando ainda maior quantidade de erros cometidos, procedimentos equivocados, negligência e imprudência (SILVA; DIAS; TEXEIRA, 2012; SILVEIRA et al., 2016).

2.3 Diagnóstico

Pode-se diagnosticar a síndrome de Burnout entre os profissionais de enfermagem e outros trabalhadores da saúde, por meio da aplicação de instrumentos validados para esta finalidade. Entre os quais destaca-se o *Maslach Burnout Inventory* (MBI) que se constitui em um questionário que avalia a referida síndrome em suas três dimensões (exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal), sendo composto por 22 itens (nove itens relacionados à exaustão emocional, cinco à despersonalização e oito à baixa realização pessoal). Os itens assinados são classificados em uma escala de zero a seis, sendo que o zero refere-se à “nunca”; o um significa a “algumas vezes por ano”; o dois corresponde a “uma vez por mês”; o três equivale “algumas vezes por mês”; o quatro indica “uma vez por semana”; o cinco infere “algumas vezes por semana”; e o seis significa a “todos os dias”. A síndrome de Burnout é detectada por meio de uma nota de corte para cada uma das três categorias, ou seja, a exaustão emocional é indicada com ≥ 27 , despersonalização ≥ 10 e baixa realização pessoal ≥ 33 (SILVEIRA et al., 2016).

Porém, somente a utilização do MBI não proporciona uma avaliação correta da síndrome em estudo, pois torna-se necessário também que sejam levantadas informações por meio de entrevistas realizadas com o trabalhador, seus colegas de trabalho, assim como familiares, além de verificar as condições organizacionais da instituição onde estavam sendo realizadas as atividades laborais, assim como aplicar instrumentos que possibilitem uma análise extensa das condições psicológicas. Esse conjunto de elementos auxiliará a realização de um bom diagnóstico e até mesmo a determinação de um diferencial em relação ao estresse e/ou depressão e a aquilatação da extensão e gravidade do caso (FRANÇA et al., 2014).

2.4 Tratamento e prevenção

O tratamento da síndrome de Burnout envolve psicoterapia, terapêutica farmacológica e intervenções psicossociais, em que a intensidade da prescrição de cada um dos recursos terapêuticos depende da gravidade e da especificidade de cada caso.

Destaca-se ainda, sobre a necessidade do trabalhador ser cuidado por uma equipe multiprofissional, com abordagem interdisciplinar, que dê conta tanto dos aspectos de suporte ao seu sofrimento psíquico quanto os aspectos sociais e de intervenção nos ambientes de trabalho. Já a prevenção requer mudanças na cultura da organização do trabalho, estabelecimento de restrições à exploração do desempenho individual, diminuição da intensidade de trabalho, redução da competitividade, busca de metas coletivas que incluam o bem-estar de cada trabalhador, além de promover a autonomia de participação e decisão, buscar resolver conflitos na equipe de trabalho e proporcionar incentivos ao trabalhador (FRANÇA et al., 2014).

O tratamento e prevenção da síndrome de Burnout pode ser realizado ainda por meio de três estratégias. A primeira é individual, que se realiza por meio de três tipos de treinamento (solução dos problemas, assertividade, e programas de treinamento para manejar o tempo de maneira eficaz). A segunda é uma estratégia grupal, que se constitui em grupo de apoio social formados por colegas de trabalho e supervisores. A terceira consiste em estratégia organizacional, procurando-se modificar a rotina do local de trabalho, visando o bem-estar de cada funcionário, com o desenvolvimento de programas de prevenção realizados pela instituição em que os profissionais de enfermagem trabalham, com a finalidade de melhorar a atmosfera e o clima da organização (SILVA et al., 2016).

Tem-se ainda como estratégias preventivas o aumento da variedade de rotinas, além de se buscar diminuir/evitar o excesso de horas extras, além da instituição em saúde procurar ofertar ao trabalhador de enfermagem um maior e melhor suporte psicossocial, o proporcionando também melhores condições sociais e físicas de trabalho, assim como o incentivo à prática de atividades físicas (FERREIRA et al., 2012).

2.5 Fatores de risco para a síndrome de Burnout

Na literatura pesquisada foram encontrados diversos fatores de risco que desencadeiam a síndrome de Burnout, os quais são apresentados em duas categorias, ou seja, fatores sociodemográficos e fatores ocupacionais

- Fatores sociodemográficos

O gênero feminino se constitui em fator de risco principalmente quando as trabalhadoras são casadas e possuem filhos, como evidenciado no estudo de Carlotto (2011) com 282 técnicos de enfermagens, onde as mulheres apresentaram maior índice em exaustão emocional, despersonalização e menor realização profissional, resultado que decorre da dupla jornada de trabalho por essas profissionais, que culturalmente assumem as responsabilidades familiares no cuidado da casa e dos filhos além do trabalho intenso e desgastante exercido nas instituições de saúde, o que ocasiona efeitos desfavoráveis para sua saúde física e mental, levando-as ao estresse e esgotamento físico e mental, preditores da síndrome de Burnout.

A idade torna-se fator relacionado com a síndrome de Burnout. No estudo de Carlotto (2011) foi identificado que os técnicos de enfermagem na faixa-etária de 18 a 30 anos eram mais acometidos pela referida síndrome. Resultado semelhante foi achado no estudo de Ferreira et al. (2012) com os profissionais entre 20 e 30 anos, que encontravam-se com as dimensões da Síndrome de Burnout alteradas. Assim como na pesquisa de Skorek, Souza e Bezerra (2013) que verificaram que 75% dos profissionais de enfermagem apresentavam escores compatíveis com alto risco para a mencionada síndrome, dos quais 64% encontravam-se na faixa-etária de 20 a 30 anos.

Desta forma, funcionários mais jovens estão mais propensos a desenvolver o referido agravo, pelo fato de precisarem aprender a lidar com as demandas de seu trabalho, possuindo poucas habilidades e recursos, além de muitas vezes um treinamento inadequado, demonstrando-se muitas vezes frustrados com o trabalho, devido a alta expectativa com a profissão, assim com a insegurança do recém-formado frente à realidade encontrada no trabalho, causando sensação de alienação pela pouca experiência (CARLOTTO, 2011; FERREIRA et al., 2012; SKOREK; SOUZA; BEZERRA, 2013; NOGUEIRA et al., 2018).

A pouca experiência profissional, compreende também um fator que origina a referida síndrome, pois acarreta insegurança ou choque diante da realidade do trabalho, podendo desenvolver um entendimento irreal sobre os alcances e limites de sua profissão. Assim sendo, a síndrome pode se manifestar desde o início do trabalho profissional, a qual pode se exteriorizar somente mais adiante (BENEVIDES-PEREIRA, 2010).

Os baixos salários se tornam também um fator favorável ao estresse ocupacional e posterior síndrome de Burnout, pois obriga os profissionais de enfermagem a possuírem mais de um vínculo de trabalho par manterem suas necessidades materiais pessoais e familiares, o que resulta em numa carga mensal extremamente longa e desgastante a esses trabalhadores (CARLOTTO, 2011).

- Fatores ocupacionais

O ambiente laboral dos trabalhadores de enfermagem pode apresentar aspectos negativos que propiciam o surgimento da síndrome de Burnout, tornando-se as variáveis ocupacionais fatores desencadeadores desta síndrome, envolvendo aspectos da organização, administração, sistema do trabalho e das relações humanas (CAMPOS et al., 2015).

A sobrecarga de trabalho, torna-se um fator estressante aos enfermeiros, que pode desencadear a síndrome de Burnout, ocorrendo quando as demandas no trabalho extrapolam os limites humanos (SILVA; DIAS; TEIXEIRA, 2012; PAIVA et al., 2019).

No estudo quantitativo e transversal de Fernandes, Nitsche e Godoy (2017) realizado com 47 profissionais de enfermagem que trabalhavam na unidade de terapia intensiva, foi verificado resultados muito acima dos referidos na literatura, onde 74,5% dos trabalhadores apresentaram um alto nível para exaustão, 93,7% baixo nível para realização profissional e 93,7% alto nível para despersonalização, o que foi associado ao regime de trabalho de 12 horas, tornando este um fator influenciador ao desenvolvimento da síndrome de Burnout.

No que se refere à sobrecarga de trabalho, esta compreende tanto a quantidade como a qualidade excessiva de demandas, que extrapolam a capacidade de desempenho, quer seja por meio da insuficiência técnica, tempo ou infraestrutura organizacional (SKOREK; SOUZA RA; BEZERRA, 2013).

A insuficiência do tempo para a realização de demandas excessivas de trabalho foi observada no estudo qualitativo e descritivo de Moreno et al. (2018) junto a 13 enfermeiros nefrologistas, levando-os a realizarem atividades de enfermagem, assim como aquelas fora de seu contexto profissional, como apoio psicológico e social aos familiares, causando a sobrecarga nesses profissionais.

No estudo de Lopes, Ribeiro e Martinho (2012) é mencionado que a sobrecarga laboral por meio da dupla jornada, leva o enfermeiro a apresentar exaustão diante da quantidade de trabalho, além do sentimento de frustração profissional.

Corroborando com o enunciado acima, Santos, Frazão e Ferreira (2011) e Silva, Dias e Teixeira (2012) mencionam em suas pesquisas que os profissionais de enfermagem, de maneira geral, se encontram com estresse ocupacional, em decorrência da própria demanda de seu trabalho, que necessita de diversas habilidades e extrapolam os limites do profissional, ocasionando um maior desgaste físico e mental, fazendo com que estes profissionais estejam sob constante pressão, tornando-se assim, grande causa de estresse ocupacional e consequente fator de risco para a síndrome em estudo.

O exercício profissional em enfermagem em mais de um vínculo empregatício torna-se também um indicativo ou tendência à síndrome de Burnout, conforme verificado no estudo de Skorek, Souza e Bezerra (2013), onde os profissionais de enfermagem que conciliavam mais de um vínculo empregatício apresentaram maior frequência de nível alto nas três dimensões da referida síndrome. Resultado semelhante foi também verificado no estudo de Souza et al. (2018), onde a maioria dos 20 enfermeiros pesquisados em unidades de terapia intensiva possuíam mais de um vínculo empregatício (65%), além de trabalhar mais de 40 horas semanais (55%).

A atuação profissional em enfermagem em mais de um vínculo decorre da necessidade desses trabalhadores em possuírem múltiplos empregos devido à acentuada lacuna entre os baixos salários e as aspirações a um determinado padrão de vida, o que compromete a qualidade da assistência e a saúde física e mental do referidos profissionais de saúde (SANTOS; PASSO, 2010).

Os problemas de relacionamento e a falta de diálogo no processo de trabalho se constituem em fatores de risco para o agravamento do estresse ocupacional e posterior síndrome de Burnout. No estudo de Campos et al. (2015) junto a 116 profissionais de enfermagem (enfermeiros, técnicos e auxiliares). Após a aplicação do Inventário de Burnout de Maslach e um questionário sociodemográfico e ocupacional, foi observada uma alta prevalência da síndrome (47%). Os problemas de relacionamento com colegas de trabalho e a insatisfação com o trabalho foram as variáveis preditoras da síndrome ($p < 0,05$).

A insatisfação profissional é apontada como fator de risco no estudo de Moreno et al. (2018) e Paiva et al. (2019), que decorre não somente da jornada de trabalho prolongada, mas também da falta de reconhecimento e baixas remunerações, que desvaloriza os profissionais de Enfermagem, constituindo-se em importante fator para o desencadeamento da síndrome de Burnout, pois causa frustração e desânimos entre esses trabalhadores.

Conforme o entendimento acima, Silva, Dias e Teixeira (2012) explicam que o grande número de leitos, levam ao aumento dos atendimentos hospitalares, onde muitas vezes o quantitativo de profissionais de enfermagem, assim como outros profissionais da área de saúde tornam-se insuficientes para esta demanda, frustrando o desenvolvimento de atividades de qualidade, condições estas que podem ocasionar o estresse ocupacional e seu posterior agravamento, desencadeando a síndrome de Burnout.

A carência de materiais, equipamentos e tecnologia tornam-se fatores predisponentes à síndrome de Burnout, conforme verificado no estudo de Sobral et al. (2018).

A escassez de materiais é apontada no estudo de Skorek, Souza e Bezerra (2013) como um importante fator desencadeante para a síndrome Burnout, pois gera situações de estresse entre os profissionais de enfermagem, em decorrência do cuidado ao paciente ser interrompido pela necessidade de busca desses materiais nos setores de apoio (exemplo a farmácia), o que leva ao acúmulo de tarefas, aumento da atenção e responsabilidades como o cliente, improvisação, incidindo, desta forma, em certa insatisfação na equipe envolvida, desencadeando o estresse ocupacional e seu agravamento.

Como fatores de risco tem-se ainda a falta de autonomia, onde os profissionais de enfermagem muitas vezes não possuem poder de decisão, levando à frustração, conforme apresentado nos estudos de Sobral et al. (2018).

As várias atribuições do enfermeiro, como a assistência e realização de atividades burocráticas podem predispor à síndrome de Burnout. Nos estudos de Sobral et al. (2018) este fator é identificado entre os profissionais de enfermagem, onde o trabalho administrativo atrapalha a assistência e o cuidado ao paciente, o que aumenta a sensação de pressão e descontentamento entre esses trabalhadores.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A síndrome de Burnout se constitui em uma consequência do estresse crônico ocupacional, originada por diversos fatores entre os quais os sociodemográficos e os ocupacionais.

Na presente revisão de literatura foram identificados como fatores sociodemográficos predisponentes à síndrome de esgotamento profissional ou síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem o gênero feminino, idade, pouca experiência profissional e baixos salários. Já os fatores ocupacionais compreenderam o ambiente laboral, sobrecarga de trabalho, mais de um vínculo empregatício, problemas de relacionamento e a falta de diálogo, insatisfação profissional, carência de materiais, equipamentos e tecnologia, falta de autonomia e várias atribuições do enfermeiro.

As variáveis identificadas neste estudo desequilibram a saúde destes profissionais, constituindo-se em um problema que deve ser enfrentado por estes trabalhadores, buscando tratamento, para que possam ter melhores condições de trabalho, e, em contrapartida exercerem eficazmente a profissão que escolheram, melhorando sua saúde, para, assim poderem cuidar da saúde dos pacientes que atendem.

REFERÊNCIAS

BENEVIDES-PEREIRA, A.M.T. **Burnout**: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. 3. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

BERNARDES, P. F. Síndrome de burn-out - considerações iniciais. In: MENDANHA, M. H.; BERNARDES, P. F.; SHIOZAWA, P. **Desvendando o burn-out**: uma análise interdisciplinar da síndrome do esgotamento profissional. São Paulo: LTr, 2018.

CAMPOS, I. C. M., ANGÉLICO, A. P., OLIVEIRA, M. S.; OLIVEIRA, D. C. R. Fatores sociodemográficos e ocupacionais associados à síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem. **Psicologia Reflexão e Crítica**, v. 28, n. 4, p. 764-771, 2015.

CARLOTTO, M. S. Fatores de risco da síndrome de burnout em técnicos de enfermagem. **Rev. SBPH**, v.14, n. 2, Jul/Dez. - 2011.

COHEN, J.; SILVA, J. O.; MARQUES, L. A. Q.; KATSURAYAMA, M. Síndrome de

Burnout em profissionais de enfermagem na cidade de Manaus. **Sau. & Transf. Soc.**, Florianópolis, v. 4, n. 1, p. 31-38, 2013.

FERNANDES L. S.; NITSCHKE, M. J. T.; GODOY, I. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva. **Rev Fund Care Online.**, v. 9, n. 2, p. 551-557, abr/jun. 2017.

FERREIRA, T. C.; OLIVEIRA, S. P.; SANTOS, R. C.; CAMPOS, C. G.; BOTTI, N. C. L.; MACHADO, R. M Enfermagem em nefrologia e síndrome de Burnout. **Cogitare Enferm.**, v. 17, n. 1, p. 44-49, jan/mar. 2012.

FRANÇA, T. L. B.; OLIVEIRA, A. C. B. L.; LIMA, L. F.; MELO, J. K. F.; SILVA, R. A. R. Síndrome de Burnout: características, diagnóstico, fatores de risco e prevenção. **Rev enferm UFPE on line.**, Recife, v. 8, n. 10, p. 3539-3546, out., 2014.

LOPES, C. C. P.; RIBEIRO, T. P.; MARTINHO, N. J. Síndrome de Burnout e sua relação com a ausência de qualidade de vida no trabalho do enfermeiro. **Enfermagem em Foco**, v. 3, n. 2, p. 97-101, 2012.

MEDEIROS-COSTA, M. E.; MACIEL, R. H.; RÊGO, D. P.; LIMA, L. L.; SILVA, M. E. P.; FREITAS, J. G. Occupational Burnout Syndrome in the nursing context: an integrative literature review. **Rev Esc Enferm USP.**, v. 51, n. e03235, p. 1-12, 2017.

MORENO, J. K.; PIMENTEL, V. P.C.; MOURA, M. G. B. G.; Sâmia Jucá PINHEIRO, S. J.; OLIVEIRA, L. B. C.; CUNHA, I. L. B.; PENNAFORT, V. P. S. Síndrome de Burnout e fatores de estresse em enfermeiros nefrologistas. **Rev. enferm. UFPE on line.**, v. 12, n.4, p. 865-71, abr., 2018.

NOGUEIRA, L. S.; SOUSA, R. M. C.; GUEDES, E. S.; SANTOS, M. A.; TURRINI, R. N. T.; CRUZ, D. A. L. M. Burnout e ambiente de trabalho de enfermeiros em instituições públicas de saúde. **Rev Bras Enferm.**, v. 71, n. 2, p. 358-65, 2018.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). **CID**: burnout é um fenômeno ocupacional. 2019. Disponível em: <https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5949:cid-burnout-e-um-fenomeno-ocupacional&Itemid=875>. Acesso em: 10 jun. 2019.

PAIVA, J. D. M.; CORDEIRO, J. J.; SILVA, K. K. M.; AZEVEDO, G. S.; BASTOS, R. A. A.; BEZERRA, C. M. B.; SILVA, M. M. O.; MARTINO, M. M. F. Fatores desencadeantes da síndrome de Burnout em enfermeiros. **Rev enferm UFPE on line.**, Recife, v. 13, n. 1, p. 483-490, jan., 2019.

PAYÁ, R.; PROENÇA, P. F. Cuidando de quem cuida: a equipe multidisciplinar também pode adoecer? In: DIEHL, A.; CORDEIRO, D. C.; LARANJEIRA, R. **Dependência química**: prevenção, tratamento e políticas públicas: Porto Alegre: Artmed, 2011.

SÁ, F. Burnout: mais próximo do setor da saúde do que se imagina. **Revista Fehoesp**

360, v. 9, p. 17-23, maio 2017.

SANCHEZ, F. F. S.; ANTONIO, J. F.; FONSECA, T. L.; OLIVEIRA, R. Evidência da síndrome de Burnout em enfermeiros do centro cirúrgico. **Revista Multidisciplinar da Saúde**, v. 4, n. 7, 2012.

SANTOS, T. M. B. dos; FRAZÃO, I. S.; FERREIRA, D. M. A. Estresse ocupacional em enfermeiros de um hospital universitário. **Cogitare Enferm.**, v. 16, n. 1, p. 76-81, jan/mar. 2011.

SILVA, A. B. N.; MAXIMINO, D. A. F. M.; SOUTO, C. G. V.; VIRGÍNIO, N. A. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem na unidade de terapia intensiva. **Rev. Ciênc. Saúde Nova Esperança**, v.14, n.1, p.79-86, 2016.

SILVA, J. L. L.; DIAS, A. C.; TEXEIRA, L. R. Discussão sobre as causas da Síndrome de Burnout e suas implicações à saúde do profissional de enfermagem. **Aquichan**, v. 12, n. 2, p. 144-159, ago.2012.

SILVEIRA, A. L. P.; COLLETA, T. C. D.; ONO, H. R. B.; WOITAS, L. R.; SOARES, S. H.; ANDRADE, V. L. A.; ARAÚJO, L. A. Síndrome de Burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde. **Rev Bras Med Trab.**, v. 14, n. 3, p. 275-284, 2016.

SKOREK, J.; SOUZA, R. A.; BEZERRA, R. M. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem atuantes em unidade de terapia intensiva. **Rev enferm UFPE on line.**, v. 7(esp), p. 6174-6183, out., 2013.

SOBRAL, R. C.; STEPHAN, C.; BEDIN-ZANATTA, A.; DE-LUCCA, S. R. Burnout e a organização do trabalho na Enfermagem. **Rev Bras Med Trab.**, v. 16, n. 1, p. 44-52, 2018.

SOUZA, A. M. J.; NASCIMENTO, P. S.; BORGES, J. S.; LIMA, T. B.; CHAVES, R. N. SÍNDROME DE BURNOUT: Fatores de risco em enfermeiros de unidades de terapia intensiva. **C&D-Revista Eletrônica da FAINOR**, v. 11, n. 2, p. 304-315, maio/ago. 2018.