Revista Científica HPCHSJ
HOSPITAL DOS PLANTADORES DE CANA HEALTH SCIENCE JORNAL
DOI: XX.XXXX
ISSN: XXXX-XXXX

Volume 2, Number 1, Article n. 5, January/June 2023
D.O.I. http://dx.doi.org/XX.XXXX/XXXX-XXXX/v1n1a1
Received: 07/12/2022 - Accepted: 21/06/2023

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA ÁREA DE SAÚDE: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Agtha Noronha Schayder
Discente em Medicina- UniRedentor/Afya
agthanschayder@gmail.com

Eduardo Gomes Andrade
Discente em Medicina- UniRedentor/Afya
Eduardoandrade28@gmail.com

Giovanna Rosa de Azevedo
Discente em Medicina- UniRedentor/Afya
girosaze@gmail.com

Heloisa Costa Lima
Discente em Medicina- UniRedentor/Afya
heloisa-hcl@hotmail.com

Isabelly Abreu Rangel Rocha
Discente em Medicina- UniRedentor/Afya
rochadeisabelly@gmail.com

Isabely Simões Silva Cortes
Discente em Medicina- UniRedentor/Afya
isabelyssc15@icloud.com

Izadora Carvalho de Deus
Discente em Medicina- UniRedentor/Afya
ccarvalhoiza@gmail.com

João Vitor Freitas de Jesus
Discente em Medicina- UniRedentor/Afya
joaovitorfreitasj@gmail.com

Laura Lima Leal de Oliveira
Discente em Medicina- UniRedentor/Afya
lauralimaleal@gmail.com

Luize Barreto Paes da Silva
Discente em Medicina- UniRedentor/Afya
luizebarreto@yahoo.com.br

Mariana Veloso Araújo
Discente em Medicina- UniRedentor/Afya
marivaraujo26@gmail.com

Maria Luiza Bastos de Freitas
Discente em Medicina- UniRedentor/Afya
luizabastos7@gmail.com

Vivian Ferraz de Araújo Sousa
Discente em Medicina- UniRedentor/Afya
vivianfas@hotmail.com

Abstract- Stress is one of the main factors affecting the health and quality of life of workers, being considered a global health problem. In this context, among the most affected workers are healthcare professionals, who may develop Burnout Syndrome. Objectives: The following study aims to verify, through literature review, Burnout Syndrome in healthcare professionals, risk factors, and prevention and treatment strategies. Methodology: To do so, a bibliographic research was conducted using journals published between 2007 and 2021, in Portuguese, English, and Spanish languages, addressing the themes of Burnout and stress. Thus, a search was carried out in the virtual libraries Scielo and Google Scholar, based on the use of the keywords "burnout syndrome," "healthcare professionals," "risk factors," and "treatment." Final considerations: Consequently, the prevalence of the syndrome was observed in specific areas such as medicine, nursing, dentistry, physiotherapy, and psychology. The most associated symptom in these professionals was emotional exhaustion. It is concluded that there is a need for investments in organizational strategies aimed at promoting the health of healthcare professionals, in order to improve the work environment. Furthermore, it is essential to further explore treatment and prevention strategies for Burnout Syndrome, seeking to improve the quality of life of healthcare professionals.

Keywords: Burnout Syndrome; Healthcare professionals; Quality of Life.

INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout (SB) é uma afecção que decorre do estresse ocupacional crônico, sendo um problema crescente entre a classe dos profissionais da área da saúde. Isso é devido a grande carga emocional, exposição constante a situações de sofrimento e morte, além da demanda de grande parte do dia. Esta doença pode ser caracterizada por sintomas como sensação de exaustão, sobrecarga física, esgotamento mental e dificuldades de relacionamento. Como consequência os profissionais se tornam distantes, ineficientes, perdem a autoconfiança, gerando também desconfiança dos outros membros de sua equipe (TAVARES et al, 2017).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a Síndrome de Burnout é considerada um problema de saúde pública global, podendo estar presente entre mais de 50% dos médicos e enfermeiros. A etiologia da SB passa por fatores que a desencadeiam e outros que previnem o seu desenvolvimento como, por exemplo, a organização e ambiente do trabalho e a maneira como os profissionais enfrentam o estresse (MOREIRA et al, 2018).

A Síndrome de Burnout também está ligada a estressores de ordem interpessoal como a ausência de suporte, bem como às interferências burocráticas como a ambiguidade de papel e falta de autonomia que promovem uma incapacitação do profissional de realizar bem seu trabalho (CASTRO, 2007). Essa, em profissionais da área da saúde, pode gerar graves consequências como a diminuição da qualidade dos cuidados prestados aos doentes.

Com isso, iniciou-se uma busca em estudos na área de saúde mental, a fim de identificar questões pertinentes às atuações dos profissionais de saúde relacionadas à SB. Nesse sentido, este trabalho tem como objetivo, a partir de uma revisão bibliográfica, discutir a Síndrome de Burnout em profissionais da área da saúde, bem como entender os fatores de risco e tratamentos.

METODOLOGIA

A metodologia utilizada pautou-se na compilação dos dados, obtida por meio de uma revisão sistemática da literatura, a partir dos bancos de dados Google Acadêmico e Scielo. Nessa revisão, utilizou-se artigos dentro de um período de 20 anos, além dos descritores, tais como: “síndrome de burnout”, “profissionais de saúde”, “fatores de risco” e “tratamento”. Para esse trabalho foram utilizados estudos de pesquisa com ensaios, aplicação de questionários, entrevistas, relatos de caso, revisões bibliográficas e estudos retrospectivos. Ademais, como critérios de escolha de artigos, optou-se por excluir aqueles que não referiam em seu resumo a investigação em torno da Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde.

DESENVOLVIMENTO

Definição e Fatores de Risco

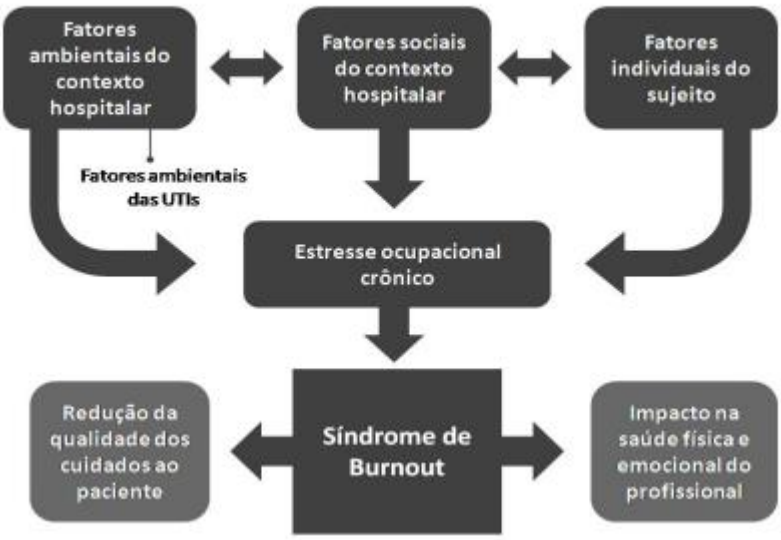
De acordo com Pereira e Antoniassi (2014), a SB caracteriza-se como uma das principais consequências do estresse profissional, sendo definida como uma reação

à tensão emocional crônica em decorrência do contato direto, excessivo e estressante com o trabalho. Essa enfermidade propicia a diminuição do interesse pelo trabalho, de forma que as relações e os acontecimentos deixem de ter importância. É importante ressaltar que essa síndrome ainda foi pouco explorada e que essa está ligada intrinsecamente à exaustão emocional, a despersonalização e a diminuição da realização pessoal. A exaustão emocional é caracterizada pela falta ou carência de energia e um sentimento de esgotamento emocional, a despersonalização é qualificada como a falta de sensibilidade e respostas ásperas aos preceptores de seu serviços e a baixa realização profissional questiona a diminuição do sentimento de competência em relação ao seu trabalho (CARLOTTO & CÂMARA, 2006).

A síndrome de Burnout (SB) foi caracterizada primordialmente em 1974, pelo psiquiatra Herbert Freudenberger e compõe a Classificação Internacional de Doenças CID-11, sob o código QD85 (Organização Mundial da Saúde, 2019). O Burnout pode ser avaliado por meio do questionário “Maslach Burnout Inventor” (MBI), sendo este uma ferramenta auto-aplicável muito utilizada ao redor do mundo, onde se avalia o desgaste profissional. A versão mais atual é composta por 22 itens, sendo que destes, 9 são relativos à dimensão exaustão emocional (EE), 5 à despersonalização (DE) e 8 à realização profissional (RP). Logo, caracteriza-se como portador do Burnout uma pessoa que apresente altas pontuações em EE e DE, associadas a baixos valores em RP.

Segundo Maslach (2009), relata que jovens e os solteiros são os mais afetados pela Síndrome de Burnout, destacando uma exaustão emocional maior nas mulheres. Ainda assim, refere a imprescindibilidade de pesquisas mais profundas em relação a epidemiologia da SB.

Figura 1 - *Fatores De Risco Da Síndrome De Burnout (SB) Nos Profissionais De Saúde Que Atuam Em Hospitais*



Fonte: Rev. SBPH

A maior parte dos trabalhos apontam que a SB nos profissionais de saúde que atuam no contexto hospitalar é mais prevalente (RODRIGUES et al, 2017) em decorrência das características dessas instituições que favorecem o desencadeamento de estresse ocupacional. Essas características se repetem nos outros ambientes de trabalho e interações, sendo classificadas em fatores ambientais do contexto do trabalho, fatores ambientais das Unidades de Terapia Intensiva, fatores sociais do contexto do trabalho e fatores individuais do sujeito.

Para compreender a potencialidade estressora do ambiente de trabalho no meio da saúde, é imprescindível considerá-lo como uma sociedade dinâmica composta por uma diversidade de fatores que se inter-relacionam e constituem uma totalidade. Estes envolvem as equipes multiprofissionais, o conhecimento técnico, a possibilidade de informação e a comunicação. Ademais, enfatiza-se a falta de recursos humanos e materiais (número de profissionais, equipamentos hospitalares, informática) e como são desenvolvidos os fluxogramas de processos de trabalho (carga horária, funções a serem desempenhadas, estrutura organizacional, metodologias utilizadas) como fatores estressores (SVALDI, 2010).

Estratégias de Prevenção e Tratamento

A Síndrome de Burnout é um fenômeno ocupacional caracterizado pelo esgotamento, que resulta do estresse crônico no local de trabalho. Esta se define em exaustão, aumento da distância mental do trabalho e sentimentos de negativismo

relacionados ao trabalho e eficácia profissional diminuída. Os profissionais de saúde estão mais propensos, visto que grande parte da vida se preocupam e cuidam de outras pessoas, logo, tem um tempo diminuído para o próprio cuidado (CARVALHO, 2014).

Com isso, as instituições devem se atentar para os riscos do desenvolvido desta doença buscando o enfrentamento e a redução dos problemas no ambiente de trabalho, propiciando boas condições de vida dentro e fora do ambiente de trabalho. Logo, é necessário a construção de um ambiente de apoio e suporte dentro da equipe. Como estratégias de prevenção deve-se preconizar a redução dos estressores no local de trabalho, suporte nas situações de trabalho estressantes, em vez de diminuir os estressores do trabalho. De acordo com Lima e Dolabela (2021, p.7) “A maioria dos métodos atuais de prevenção e tratamento se concentra nos indivíduos, e as organizações de saúde provavelmente continuarão a se concentrar no tratamento dos médicos em vez de abordar os problemas subjacentes do sistema causal”.

Em relação ao tratamento da síndrome aponta-se alternativas como psicoeducação e abordagem das causas subjacentes, terapia pessoal, educação alimentar, auto aceitação (WARREN et al., 2012). Alguns trabalhos investigam ainda a terapia cognitiva comportamental e programa de atenção plena (ANCLAIR et al., 2017).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ainda que exista uma grande quantidade de artigos publicados sobre a SB, observa-se uma falta de consenso acerca dos critérios diagnósticos da SB, o que dificulta a identificação de um índice geral de prevalência e comparações entre os mesmos. Os efeitos depletivos da SB no bem-estar dos profissionais de saúde e suas consequentes implicações no cuidado prestado demonstram a emergência das intervenções voltadas para essa população. Estas devem objetivar a diminuição dos níveis de estresse ocupacional, aumento da autoestima e construção de um ambiente de trabalho saudável.

Assim, torna-se importante uma compreensão da doença, dos reais impactos das atividades laborais, bem como os aspectos da vida pessoal tanto pelo indivíduo, quanto pela própria instituição. Desse modo, reduzir os fatores estressores, melhorar

as relações humanas e a autonomia profissional, capacitar a equipe na identificação dos fatores estressores e elaborar estratégias de enfrentamentos é importante.

REFERÊNCIA

ANCLAIR, M., et al (2018). Cognitive behavioural therapy and mindfulness for stress and burnout: a waiting list controlled pilot study comparing treatments for parents of children with chronic conditions. **Scand J Caring Sci.**, 32, 389–396. 10.1111/scs.12473.

CASTRO, F.G; ZANELLI, JC. Síndrome de Burnout e projeto de ser. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho.** 2007; 10 (2): 17-33.

CARVALHO,, V. A. (2014). Humanização e cuidados paliativos. Loyola ed.

MASLACH, C. Comprendiendo el Burnout. **Ciencia e Trabajo**, ano 11, n. 32, p. 37-43, abri/jun. 2009.

MOREIRA, H.A; SOUZA, K. N. DE .; YAMAGUCHI, M. U.. Síndrome de *Burnout* em médicos: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 43, n., 2018 43, p. e3, 2018.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. Classificação estatística internacional de doenças e problemas relacionados à saúde: CID-10. São Paulo: **Edusp**; 2008.

PEREIRA, E.B; ANTONIASSI, R.P.N. Síndrome de Burnout entre profissionais da área da saúde: revisão integrativa. **Revista Uningá**, v. 41, n. 1, 2014.

PERNICIOTTI, Patrícia et al . Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. **Rev. SBPH**, São Paulo , v. 23, n. 1, p. 35-52, jun. 2020 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582020000100005&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 08 abr. 2023.

RODRIGUES, C.C.F.M; SANTOS, V.E.P; SOUSA, P. (2017). Patient safety and nursing: interface with stress and Burnout Syndrome. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 70(5), 1083-1088. Recuperado de https://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0194

SVALDI,, J.S.D.; SIQUEIRA, H.C.H. Ambiente hospitalar saudável e sustentável na perspectiva ecossistêmica: contribuições da enfermagem. **Escola Anna Nery**, 14(3), 599- 604. 2010 Recuperado de https://dx.doi.org/10.1590/S1414-81452010000300023

TAVARES, JP et al. Síndrome de Burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa da literatura. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 15, n. 3, p. 268-276, 2017.

WARREN, C. S., SCHAFER, K. J., CROWLEY, M. E., & OLIVARDIA, R. (2012). A Qualitative Analysis of Job Burnout in Eating Disorder Treatment Providers. **Eating Disorders**, 20,175–195. 10.1080/10640266.2012.668476.