

SÍNDROME DE BURNOUT E SUAS REPERCUSSÕES NA EQUIPE DE ENFERMAGEM

Marina da Silva dos Santos¹, Andreliny Bezerra Silva², Karina Ellen Alves de Albuquerque³ Raynne Cristina Gomes Moreira⁴ Camila Fonseca Bezerra⁵

Resumo: A Síndrome de Burnout (SB) é reconhecida como “síndrome do esgotamento profissional”, e pode ser entendida como uma resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos presentes no trabalho. Desse modo o objetivo do estudo é analisar os principais fatores de risco e as consequências que a Síndrome de Burnout oferece a equipe de enfermagem. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura de natureza qualitativa e descritiva. A pesquisa online foi realizada no mês de setembro de 2018 na plataforma da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). O trabalho em saúde exige do profissional intensa dedicação e atenção na realização das tarefas, aperfeiçoamento constante, além de empenho para conciliar as necessidades dos pacientes com as suas competências profissionais e da estrutura da instituição. No ambiente de trabalho, os fatores estressores são muitos, tais como, ansiedade diante de desentendimentos com colegas, sobrecarga, o ritmo acelerado e insatisfação salarial. Diante do exposto, pode-se notar a alta associação entre Burnout e trabalho assistencial de enfermeiros que exercem papéis de alta complexidade/responsabilidade lidando com pacientes portadores dos mais variados problemas de saúde.

Palavras-chave: Burnout. Saúde do trabalhador. Enfermagem.

1. Introdução

A Síndrome de Burnout (SB) é caracterizada como uma importante questão de saúde pública que gera risco para o trabalhador, associada a elementos presentes no dia a dia do trabalho como a escassez de instrumentos adequados, centralização da tomada de decisões com pouca margem para a administração local e influência política na gestão de pessoal aliados à precariedade das condições de trabalho (MENEZES et al., 2017).

Reconhecida como “síndrome do esgotamento profissional”, pode ser entendida como uma resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos presentes no trabalho (HOLMES et al., 2014). O estresse pode ser definido como um estado em que ocorre um desgaste atípico do corpo humano e/ou redução da habilidade de trabalho gerada pela incapacidade do indivíduo de se adaptar, aceitar ou

1 Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA-UDI). Membro do Grupo de Pesquisa e Extensão em Saúde Cardiovascular e Cerebrovascular (GPESCC). E-mail: marina20162017@gmail.com;

2 Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA-UDI). Membro voluntário do Grupo de Pesquisa em Clínica, Cuidado e Gestão (GPCLIN). E-mail: andrelinysilva@hotmail.com;

3 Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA-UDI). Membro voluntário do Grupo de Pesquisa em Clínica, Cuidado e Gestão (GPCLIN). E-mail: karinaellen2@hotmail.com;

4 Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA-UDI). Membro voluntário do Grupo de Pesquisa em Clínica, Cuidado e Gestão (GPCLIN). E-mail: raynne7@gmail.com

5 Enfermeira pela URCA, Mestre em Bioprospecção Molecular pela URCA e Doutoranda em Ciências Farmacêuticas pela UFPE. Email: camilawasidi@gmail.com

superar em certo período de tempo as exigências psicológicas encontradas em seu ambiente de vida (FERREIRA et al., 2017).

A SB está diretamente conectada ao estresse crônico, típico do cotidiano do trabalho, principalmente, quando existem conflitos, pressão e poucas recompensas emocionais e reconhecimento. Detectar precocemente níveis sintomáticos expressivos da síndrome possibilita intervenções preventivas. A prevenção de Burnout é importante desde seu início, visto que profissionais da área da saúde, por prestarem cuidados e estarem sempre em contato com pessoas enfermas, estão constantemente sujeitos a enormes variedades de fontes de estresse considerados assim um grupo individual afetado por este sintoma ocupacional e, conseqüentemente, pelo Burnout (UENO et al., 2017).

A síndrome em questão pode ser dividida em três dimensões: 1º a exaustão emocional que se caracteriza por fadiga intensa, falta de forças para enfrentar o dia de trabalho e sensação de estar sendo exigido, além de seus limites emocionais; 2º a despersonalização que se distingue por distanciamento emocional e indiferença em relação ao trabalho ou aos usuários do serviço de saúde; 3º a diminuição da realização pessoal, a qual se expressa como falta de perspectivas para o futuro, frustração e sentimentos de incompetência e fracasso (ANDRADE et al., 2016).

A enfermagem aparece em quarto lugar no ranking das profissões mais estressantes, esse dado é preocupante devido ao fato de que são os profissionais que passam mais tempo junto aos pacientes e seus familiares, estando constantemente sujeitos a alterações emocionais estressoras. Considerando os fatores apresentados, o estudo se mostra relevante ante a perspectiva de elucidar as seguintes questões norteadoras: Quais os principais fatores de risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout? Quais as conseqüências dessa síndrome aos profissionais de enfermagem?

2. Objetivo

Analisar com base na literatura científica os principais fatores de risco e as conseqüências que a Síndrome de Burnout oferece a equipe de enfermagem.

3. Metodologia

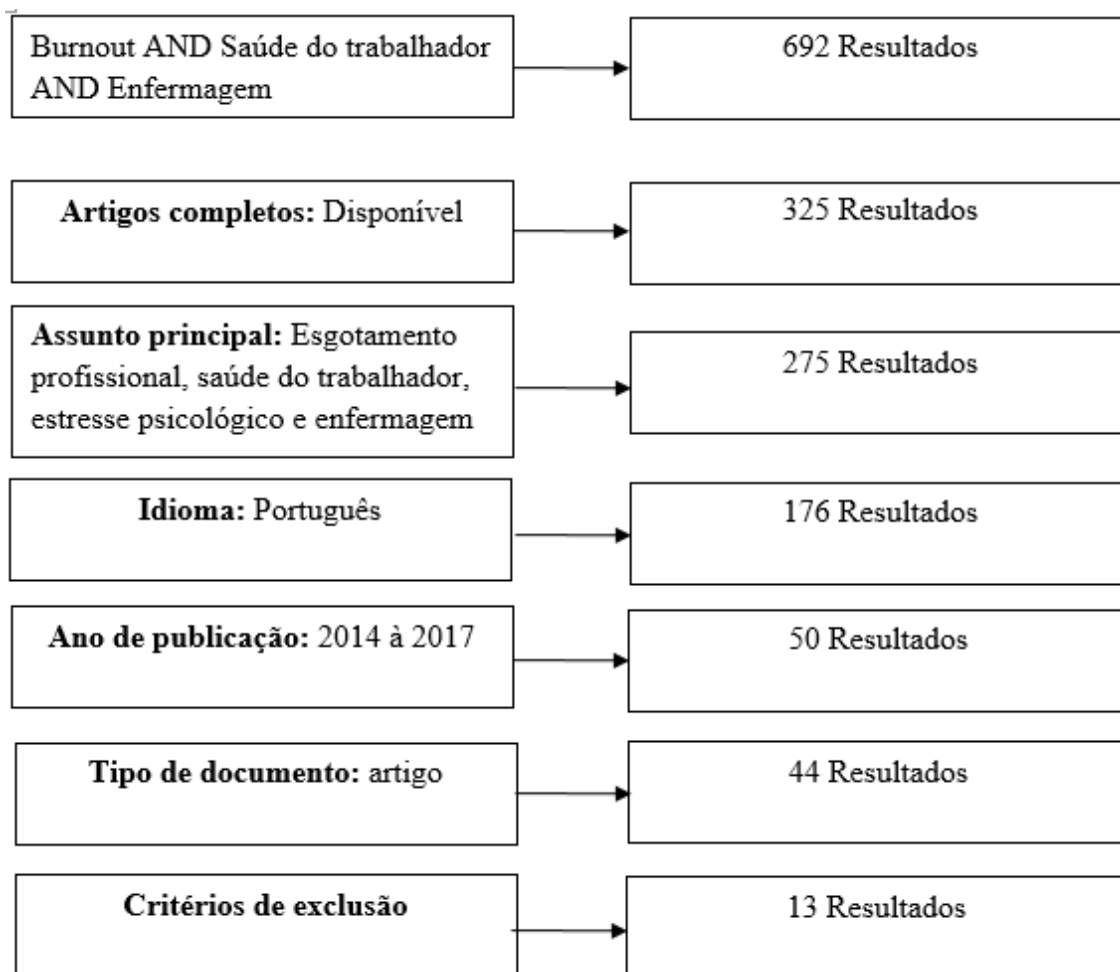
Trata-se de uma revisão integrativa da literatura de natureza qualitativa e descritiva relacionada a Síndrome de Burnout e suas repercussões para os profissionais de enfermagem. A pesquisa online foi realizada no mês de setembro de 2018 na plataforma da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS).

Na busca aos artigos, foram empregados os descritores padronizados pelos Descritores em Ciências da Saúde: Burnout, saúde do trabalhador e enfermagem, utilizando o operador Boleano *And*. Ao iniciar-se a pesquisa, foram encontrados 692 resultados, dos quais após os filtros: artigos completos disponíveis e gratuitos, assunto principal esgotamento profissional, saúde do trabalhador, estresse psicológico e enfermagem, idioma português, publicações indexadas nos últimos cinco anos e tipo de documento artigo, resultaram em 44 artigos. Logo após foram aplicados como critérios de exclusão: artigos duplicados e distanciamento da temática proposta, resultando então em 13 referências para serem utilizados no estudo.

Figura 1 – Fluxograma do levantamento das referências na BVS.

I Semana Universitária da URCA/UDI

26 a 30 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri



4. Resultados

A síndrome de Burnout é definida como um transtorno crônico e adaptativo associado às demandas e exigências laborais, resultante da constante e repetitiva pressão emocional, com sintomatologia múltipla e predominância do cansaço emocional. Atingem a equipe de enfermagem, os pacientes, a organização e o próprio trabalho quando os métodos de enfrentamento falham ou são insuficientes (SENA et al., 2015).

O trabalho em saúde exige do profissional intensa dedicação e atenção na realização das tarefas, aperfeiçoamento constante, além de empenho para conciliar as necessidades dos pacientes com as suas competências profissionais e da estrutura da instituição. Um fator que coopera para o estresse do profissional de enfermagem é com a equipe multiprofissional não funcionar adequadamente, gerando estresse, preocupação e, algumas vezes, a sobrecarga de trabalho para o profissional (FILGUEIRA et al., 2017).

Além disso, existem falhas no funcionamento dos serviços do hospital, como a manutenção, que muitas vezes demora dias para consertar algo no setor, ocasionando estresse para o profissional que trabalha no setor, o qual necessita muitas vezes daquele instrumento (FERREIRA et al., 2016).

É importante salientar que a palavra “estresse” não pode ser confundida com a síndrome. O estresse ocorre a partir de reações do organismo às agressões de origens diversas, suficientes para perturbar o equilíbrio interno do ser humano, ao contrário da

síndrome onde há a resposta do estresse laboral crônico que envolve atitudes e alterações comportamentais negativas relacionadas ao contexto do trabalho (BARRETO et al., 2016).

No ambiente de trabalho, os fatores estressores são muitos, tais como, ansiedade diante de desentendimentos com colegas, sobrecarga, o ritmo acelerado, insatisfação salarial. O estresse possui um papel desencadeador de sintomas psicossomáticos como cefaleias, tensões musculares e hipertensão arterial. A fase mais grave do estresse pode ocasionar redução da resistência orgânica às infecções, lapsos de memória, impotência sexual ou até aumento de abortos espontâneos (SILVA et al., 2017).

Entende-se que, dependendo da personalidade de cada indivíduo, um tipo de descarga será realizado, podendo ser através de alterações violentas decorrentes do estresse no próprio ambiente de trabalho ou por doenças propriamente instaladas, o que afetará significativamente a vida do profissional em ambos os casos (FERREIRA et al., 2016).

A preocupação com o bem-estar do trabalhador começou a surgir a partir do aumento na incidência de profissionais com sintomas de estresse acima do normal, o que levou a indagações sobre como lidar com esse “novo problema”, a síndrome de Burnout (RODRIGUES et al., 2017).

É importante a elaboração de estratégias organizacionais e individuais de intervenção (treinamento, capacitação e supervisão dos profissionais) e, também, a inserção de novas práticas que aumentem a qualidade de vida dos profissionais, como: hábitos alimentares mais saudáveis; cuidados com a qualidade do sono; prática de exercícios físicos regulares; busca pela qualidade nas relações interpessoais; minimizando os danos à sua saúde e melhorando a qualidade de vida no trabalho, refletindo na qualidade dos serviços prestados (SILVA et al., 2017).

5. Conclusão

Observou-se que como muitas doenças, a SB evolui através de fases, as quais passam despercebidas na maioria das vezes e termina sendo confundidas com o estresse ou consequências de problemas pessoais, sendo muitas vezes mascarada, não acontecendo nem o diagnóstico e/ou tratamento.

Diante do exposto, pode-se notar a alta associação entre Burnout e trabalho assistencial de enfermeiros que exercem papéis de alta complexidade/responsabilidade lidando com pacientes portadores dos mais variados problemas de saúde, sejam no âmbito da emergência, setores de alto risco de doenças infecto-contagiosas ou até mesmo em UTI. Além destes, fatores como plantões noturnos numerosos, contato direto com os doentes e a possibilidade de morte, predispõe também o desenvolvimento da SB.

6. Referências

BARRETO, B. M. F; SILVA, R. P; CAMACHO, A. C. L. F; OLIVEIRA, B. G. R. B; VALENTE, G. S. C. A interferência do estresse no trabalhador de enfermagem no ambiente hospitalar e sua relação como fator de risco para a ocorrência de câncer. **J. res.: fundam. care. Online**, abr./jun. 8(2):4154-4167, 2016.

COSTA, K. N. F. M; COSTA, T. F; MARQUES, D. R. F; VIANA, L. R. C; SALVIANO, G. R; OLIVEIRA, M. S. Qualidade de vida relacionada à saúde dos

I Semana Universitária da URCA/UDI

26 a 30 de novembro de 2018
Universidade Regional do Cariri

profissionais de enfermagem. **Rev enferm UFPE on line**, 11 (Supl. 2):881 -9, fev., 2017.

FERREIRA, J. S; RIBEIRO, K. V; CARAMURU, P. S; HANZELMANN, R. S; VELASCO, R. A; PASSOS J. P. Estresse e estratégias de enfrentamento em trabalhadores de enfermagem de uma unidade de saúde da família. **J. res.: fundam. care. Online**, jul./set. 9(3): 818-823, 2017.

FERREIRA, N. N; LUCCA, S. R. Síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de um hospital público do estado de São Paulo. **Rev Bras Epidemiol**, jan-mar 18(1): 68-79, 2015.

HOLMES, E. S; SANTOS, S. R; FARIAS, J. A; COSTA, M. B. S. Síndrome de burnout em enfermeiros na atenção básica: repercussão na qualidade de vida. **J. res.: fundam. care. Online**, out./dez. 6(4):1 384-1 395, 2014.

JACQUES, J. P. B; RIBEIRO, R. P; MARTINS, J. T; RIZZI, D. S; SCHMIDT, D. R. C. Geradores de estresse para os trabalhadores de enfermagem de centro cirúrgico. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, v. 36, n. 1, supl, p. 25-32, ago. 2015.

LUZ, L. M; TORRES, R. R. B; SARMENTO, K. M. V. Q; SALES, J. M. R; FARIAS, K. N; MARQUES, M. B. Síndrome de Burnout em profissionais do serviço de atendimento móvel de urgência. **J. res.: fundam. care. Online**, jan./mar. 9(1): 238-246, 2017.

MENESES, P. C. M; ALVES, É. S. R. C; NETO, S. A. A; DAVIM, R. M. B; GUARÉ, R. O. Síndrome de Burnout: uma análise reflexiva. **Rev enferm UFPE on line**, 11(12):5092-1 01, dec., 2017.

RODROGUES, C. C. F. M; SALVADOR, P. T. C. O; ASSIS, Y. M. S; GOMES, A. T. L; BEZZERIL, M. S; SANTOS, V. E. P. Estresse entre os membros da equipe de enfermagem. **Rev enferm UFPE on line**, 11 (2):601 -8, fev., 2017.

SENA, A. F. J; LEMES, A. G; NASCIMENTO, V. F; ROCHA, E. M. Estresse e ansiedade em trabalhadores de enfermagem no âmbito hospitalar. **J Nurs Health**, 5(1):27-37, 2015.

SOUSA, V. F. S; ARAUJO, T. C. C. F. Estresse ocupacional e resiliência entre profissionais de saúde. **Psicologia: ciência e profissão**, 35(3), 900-915, 2015.

TRETTENE, A. S; ANDRADE, C. S; KOSTRICH, L. M. V; TABAQUIM, M. L. M; RAZENA, A. P. R. Estresse em profissionais de enfermagem atuantes em um hospital especializado. **Rev enferm UFPE on line**, 10(12):4450-8, dez., 2016.

UENO, L. G. S; BOBROFF, M. C. C; MARTINS, J. T; MACHADO, R. C. B. R; LINARES, P. G; GASPAR, S. G. Estresse ocupacional: estressores referidos pela equipe de enfermagem. **Rev enferm UFPE on line**, 11 (4):1 632-8, abr., 2017.