

CONCEITUANDO A SÍNDROME DE BURNOUT: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Thais Gabrielle Pereira de Macêdo¹

Ednanita Alves Arraes²

Fabiúla de Sousa Moraes³

Rosely Leyliane dos Santos⁴

INTRODUÇÃO: A Síndrome de Burnout foi descrito pela primeira em 1974 pelo Médico Herbert Freudenberger (ALVES, 2017). É considerado um distúrbio psíquico de caráter depressivo, caracterizado pelo esgotamento físico, mental e psíquico, se resume a sensação de extrema exaustão (mesmo após longos períodos de descanso). O transtorno se desenvolve quando o profissional atinge um nível máximo de estresse devido uma dedicação exagerada ao trabalho. Afeta profissionais de todas as áreas, dentre eles: da educação, saúde, segurança, advogadas e mulheres devido a dupla jornada de trabalho. **OBJETIVO:** Relatar a experiência vivenciada durante a apresentação de um seminário sobre a Síndrome de Burnout para Acadêmicos de Enfermagem na disciplina de Saúde do Trabalhador, na Universidade Regional do Cariri - URCA. **MÉTODO:** Estudo descritivo, do tipo relato de experiência, atividade apresentado sob forma de seminário por meio de uma metodologia ativa, tendo por finalidade a construção de um mapa conceitual sobre a temática Síndrome de Burnout com acadêmicos do VIII semestre de enfermagem no período de 13 de setembro de 2018. A temática foi trabalhada através de uma dinâmica denominada “Batata Quente,” representada por balões, no seu interior haviam informações sobre a síndrome e conforme tocava uma música estes eram repassados e estourados pelos alunos, em seguida, deveriam associar o texto com uma palavra-chave presente no mapa para completá-lo e, assim, construir conceitos básicos acerca do tema trabalhado. **RESULTADOS:** Através da dinâmica e construção do mapa conceitual foi possível a discussão da temática no que diz respeito ao conceito, estágios da síndrome, profissionais afetados, sintomas físico e emocionais, causas, diagnóstico e, por fim, o tratamento. Tratar desse assunto possibilitou aos estudantes de enfermagem a condição de identificação dos principais sinais e sintomas da síndrome e, o desenvolvimento de habilidades fundamentais para manter o equilíbrio entre o trabalho, lazer, família, vida

1 Graduanda do curso de Enfermagem do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio – UNILEÃO. thais-gabrielle@live.com

2 Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA. edna-arraes@hotmail.com

3 Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA. fabiulasousamoraes@gmail.com

4 Enfermeira. Docente do curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA. rosely.enfa@yahoo.com.br

social e atividades físicas, evitando deste modo o esgotamento profissional não somente em sua classe profissional, mas de todas as outras que fazem parte da sociedade. **CONCLUSÃO:** A dinâmica realizada proporcionou o desenvolvimento de uma metodologia ativa que facilitou a interação entre os participantes durante todo o processo, além disso, facilita o processo de aprendizagem significativa, uma vez que muitos associam com maior frequência aquilo que lhes pareceu mais útil e importante sobre o assunto e, assim, constroem seu próprio saber sobre o assunto exposto.

PALAVRAS-CHAVE: Síndrome de Burnout, Saúde do Trabalhador, Metodologia Ativa.

1 Graduanda do curso de Enfermagem do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio – UNILEÃO. thais-gabrielle@live.com

2 Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA. edna-arraes@hotmail.com

3 Graduanda do curso de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA. fabiulasousamoraes@gmail.com

4 Enfermeira. Docente do curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Regional do Cariri – URCA. rosely.enfa@yahoo.com.br