



**LIGA DE ENSINO DO RIO GRANDE DO NORTE
CENTRO UNIVERSITÁRIO DO RIO GRANDE DO NORTE
CURSO DE ENFERMAGEM**

AMANDA FREIRE RODRIGUES

A SÍNDROME DE BURNOUT E O PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM

**NATAL-RN
2013**

AMANDA FREIRE RODRIGUES

A SÍNDROME DE BURNOUT E O PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM

Artigo apresentado ao Curso de Graduação em Enfermagem do Centro Universitário do Rio Grande do Norte, como requisito parcial para obtenção do grau de bacharel em enfermagem.

Orientador(a): Profa. Ms. Neyla Ivanete G. de Farias A. Bila

**NATAL-RN
2013**

RESUMO

A Síndrome de *Burnout* é definida como o estresse laboral crônico, sendo caracterizada por autopercepção de desgaste emocional, despersonalização e baixa realização profissional. O Presente estudo tem como objetivo descrever a Síndrome de Burnout, e identificar as consequências para a saúde do profissional de enfermagem, o desempenho da profissão e à organização em que trabalha. Trata-se de uma pesquisa tipo revisão bibliográfica, as buscas foram realizadas na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e na base de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), entre os 38 artigos encontrados, apenas 11 foram selecionado. A Síndrome de Burnout é um tipo de resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos, e os sintomas e os danos causados são paralelos à intensidade dos fatores estressantes vivenciados pelo profissional. É de grande importância a realização da avaliação da síndrome e do diagnóstico precoce, como também a necessidade de que as instituições disponham de uma infraestrutura adequada de trabalho com políticas organizacionais, priorizando a saúde e a qualidade de vida, pois a qualidade de vida está diretamente relacionada com as carências e expectativas humanas e com a devida satisfação destas, por isso não se pode falar em qualidade de serviços se aqueles que vão produzi-los vivenciam uma qualidade de vida precária no trabalho.

Palavras-Chave: Síndrome de Burnout, esgotamento profissional e estresse ocupacional.

ABSTRACT

The burnout syndrome is defined as the chronic job stress, characterized by perception of emotional exhaustion, depersonalization and low personal accomplishment. The present study aims to describe the burnout syndrome, and identify the consequences for the health of professional nursing, the performance of the profession and the organization you work. It is a research-type bibliographic review, searches were conducted in the Virtual Health Library (VHL) and database Scientific Electronic Library Online (SciELO), among the 38 articles found, only 11 were selected. The burnout syndrome is a type of prolonged response to chronic emotional stressors and interpersonal, and symptoms and damage are parallel to the intensity of stressors experienced by the professional. It is of great importance to promoting early diagnosis and evaluation of the syndrome, as well as the need for institutions to have an adequate infrastructure work with organizational policies, prioritizing the health and quality of life, because the quality of life is directly related to deficiencies and human expectations and with proper satisfaction of these, so cannot speak for the quality of services if those who produce them will experience a poor quality of life at work.

Keywords: Burnout Syndrome, Professional Burnout e stress

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	4
2 REFERENCIAL TEÓRICO	6
2.1 A SÍNDROME DE BURNOUT E SEUS FATORES DE RISCO	6
2.2 CONSEQUÊNCIAS DA SÍNDROME DE BURNOUT PARA A SAÚDE DO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM, O DESEMPENHO DA PROFISSIONAL E À INSTITUIÇÃO.	8
3 MATERIAL E MÉTODO	10
4 RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	11
5 CONCLUSÃO.....	15
REFERÊNCIAS.....	17
ANEXO.....	19

1 INTRODUÇÃO

O Psicólogo clínico familiar, *Hebert Freudenberger* (1974), criou a expressão *staff burnout* ao descrever uma síndrome composta por exaustão, desilusão e isolamento. A Síndrome de *Burnout*, definida como o estresse laboral crônico, é caracterizada como autopercepção de desgaste emocional, despersonalização e baixa realização profissional. Pode acometer indivíduos de diferentes categorias profissionais, em qualquer faixa etária, porém, as profissões que exigem um intenso contato interpessoal, como a enfermagem, são as que apresentam altos índices de trabalhadores com *Burnout* (TRINDADE; LAUTERT, 2010).

No quadro clínico pode ser identificado a história de grande envolvimento subjetivo com o profissão, que muitas vezes ganha o caráter de missão; apresentando sentimentos de desgaste emocional e esvaziamento afetivo (exaustão emocional); queixa de reação negativa, insensibilidade ou afastamento excessivo do público que deveria receber os cuidados (despersonalização); queixa de sentimento de diminuição da competência e do sucesso no trabalho (BRASIL, 2001).

Estudos apontam que quando o profissional desenvolve a Síndrome no primeiro ano que ingressa na instituição de trabalho, em grande parte, ela se deve às dificuldades para a sua inserção no grupo, execução das tarefas, ao sentimento de instabilidade no emprego associada à necessidade de aceitação e reconhecimento, devido a pouca experiência na profissão e/ou na instituição. Porém, quando o profissional desenvolve após anos de trabalho é devido, muitas vezes, pela dupla jornada de trabalho, associada as preocupações com as responsabilidades com a família, as relações com outros funcionários, entre outros fatores (TRINDADE; LAUTERT, 2010).

Do ponto de vista da organização do trabalho, a indefinição do papel profissional; a sobrecarga de trabalho frequentemente justificada por falta de pessoal e estimulada pelo pagamento de horas-extras; a falta de autonomia e autoridade na tomada de decisões, entre outras, geram um estado de estresse crônico, identificando-se como uma das profissões de maior incidência de *burnout* (MOREIRA; et al., 2009).

As implicações para a área da saúde devido a esses fatos são relevantes, já que a alta frequência de faltas ao trabalho, pedidos de licença, abandono do emprego e deterioração da qualidade dos serviços têm impacto negativo sobre a efetividade da atenção oferecida aos pacientes (MOREIRA; et al., 2009).

O Manual de Doenças Relacionadas ao Trabalho, do Ministério da Saúde (MS), indica que, quando o diagnóstico de *burnout* é confirmado, este deve ser abordado como evento sentinela e indica investigação mais criteriosa da situação do trabalho (BRASIL, 2001).

As condições de trabalho devem ser investigadas de forma mais consistente em busca de respostas que possam contribuir para a prevenção de novos casos, a recuperação dos já acometidos e, principalmente, a promoção de condições de vida e trabalho que garantam a saúde física e mental de todos os trabalhadores de saúde de forma permanente (MOREIRA, 2009).

A Realização deste estudo poderá contribuir como alerta para todos os profissionais a respeito da síndrome de *burnout*, inclusive os assistenciais como a enfermagem, pois muitos estudos apontam o crescimento do número de trabalhadores da área da saúde acometidos pelo adoecimento no trabalho, afetando o cuidado oferecido ao paciente, o nível de desempenho profissional, a satisfação em relação ao trabalho e a própria saúde destes profissionais. Situações estas, justifica a necessidade de investimentos para identificar as causas destes danos e de ações que contribuam para redução destas taxas e, em consequência, preservar a saúde do trabalhador, e a melhoria da qualidade dos serviços prestados.

O Objetivo geral desse estudo consiste em estudar como se dá a Síndrome de Burnout na categoria profissional de enfermagem, e como objetivos específicos descrever a Síndrome de Burnout, identificar fatores de risco e as consequências para a saúde do profissional de enfermagem, o desempenho da profissão e à instituição em que trabalha.

Com a finalidade de atender aos objetivos traçados, levanta-se a seguinte questão de pesquisa: Quais os fatores de risco que propiciam o aparecimento da síndrome de *burnout*, quais os danos causados à saúde do profissional de enfermagem, ao desempenho profissional e à instituição na qual o mesmo trabalha?

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 A SÍNDROME DE BURNOUT E SEUS FATORES DE RISCO

Há a necessidade de correta diferenciação entre a Síndrome de *Burnout* e o estresse comum, uma vez que a síndrome envolve atitudes e condutas negativas do profissional em relação à população por ele assistida, à organização e ao seu processo de trabalho; assim como também engloba atitudes e sentimentos que geram problemas de ordem prática e emocional ao trabalhador e à instituição. Já o estresse não envolve atitudes e condutas, pois se refere ao esgotamento pessoal, que interferem na vida do indivíduo, mas não necessariamente em sua relação com o trabalho (EZAIAS; et al., 2010).

A Lei nº 3048/99, da Previdência Social, considera a síndrome do esgotamento profissional ou síndrome de *burnout* como doença do trabalho. O termo *burn* significa queima e *out* significa exterior, é definido como aquilo que deixou de funcionar por absoluta falta de energia, que chegou a seu limite tendo prejudicado seu desempenho físico ou mental (MORENO; et al., 2011)

Segundo o Ministério da saúde, citado por Maslach & Jackson (1981; 1986), e Maslach (1993), a síndrome de esgotamento profissional é composta por três elementos centrais: exaustão emocional (sentimentos de desgaste emocional e esvaziamento afetivo); despersonalização (reação negativa, insensibilidade ou afastamento excessivo do público que deveria receber os serviços ou cuidados do paciente) e diminuição de envolvimento pessoal no trabalho (sentimento de diminuição de competência e de sucesso no trabalho) (BRASIL, 2001).

O *Burnout* só pode ser compreendido à medida que se esclarece a dinâmica da sua complexidade, visto que inclui situações como: a percepção das condições de trabalho, sobrecarga, desempenho dos papéis e importância social do trabalho, as relações interpessoais, a adoção de novas tecnologias, o acesso à capacitação, a participação no processo decisório, às relações com o entorno, a remuneração, os múltiplos empregos e os valores conflitantes. A esses, devem ser acrescidos, entre outros elementos, idade, sexo, tempo de exercício profissional, sentimentos de auto eficácia, centralidade do trabalho, estratégias utilizadas para lidar com os problemas do cotidiano e disponibilidade de uma rede de relacionamentos que forneça suporte social a saúde (VIRGINIA; et al., 2005).

Muitas pesquisas utilizam para identificar o Burnout o *Maslach Burnout Inventory* (MBI), questionário de dados sócio demográfico-ocupacionais desenvolvido por Christine

Maslach, psicóloga e professora universitária na Califórnia-EUA, e validado no Brasil em 2001 (anexo A). Este é composto de 22 itens, divididos em três sub-escalas, nas quais altas pontuações em Exaustão Emocional e Despersonalização, e baixa pontuação em Realização Profissional refletem um nível de *Burnout*. As questões do instrumento utilizam pontuações de escala do tipo Likert que varia de zero a seis, sendo: (0) nunca, (1) uma vez ao ano ou menos, (2) uma vez ao mês ou menos, (3) algumas vezes no mês, (4) uma vez por semana, (5) algumas vezes por semana, (6) todos os dias, que somadas apresentam um escore global. Para caracterizar *Burnout*, o indivíduo deve apresentar alterações nas três sub-escalas (JODAS; HADDAD, 2009).

Estudos demonstram que em diferentes partes do mundo e em diversos contextos de trabalho, a Síndrome de Burnout afeta os profissionais de enfermagem. Nos Estados Unidos, o estresse e problemas relacionados, como *Burnout*, provocam um custo calculado de mais de \$150 bilhões anualmente para as organizações. Já no Canadá, os enfermeiros possuem uma das taxas mais altas de licenças médicas entre todos os trabalhadores, o que se deve, principalmente, ao *Burnout* e às lesões musculoesqueléticas (TRIGO; TENG; HALLAK, 2007).

Não há levantamentos estatísticos em âmbito nacional sobre a Síndrome de *Burnout* ou estresse ocupacional, no entanto, mesmo sem ter os dados estatísticos, existem razões para acreditar que a incidência no Brasil não se distancia dos dados levantados em outros países (LEMOS; BRASILEIRO, 2012).

Um estudo realizado com 205 profissionais de três hospitais universitários no Rio Grande do Norte constatou que 93% dos participantes de um dos hospitais apresentavam *burnout* de níveis moderado e elevado (TRIGO; TENG; HALLAK, 2007).

O Risco para desenvolvimento da síndrome é maior nos profissionais que vivem sobre ameaça de mudanças compulsórias na jornada de trabalho e declínio significativo na situação econômica. Todos os fatores de insegurança social e econômica aumentam o risco (incidência) de esgotamento profissional em todos os grupos etários. O trabalho em si, também pode ser considerado fator de risco quando se analisa o conjunto de fatores associados que levam ao desenvolvimento da doença. Se após investigações precisas, surgirem evidências epidemiológicas consistentes em comparação com as condições de trabalho pode-se constatar a associação do desenvolvimento da síndrome com trabalho (BRASIL, 2001).

2.2 CONSEQUÊNCIAS DA SÍNDROME DE BURNOUT PARA A SAÚDE DO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM, O DESEMPENHO DA PROFISSIONAL E À INSTITUIÇÃO.

Evidências indicam alguns fatores de risco que podem desencadear o estresse, entendido como uma reação complexa com componentes físicos e psicológicos. A medida que o estresse se prolonga maior a gravidade dos danos causados ao profissional, porém as respostas físicas e psicológicas dependerão também da herança genética e estilo de vida. Evidenciando em maior ou menor grau os sintomas: nervosismo, irritabilidade, ímpetos de raiva, afecções músculo-esqueléticas, cefaléia, alterações do sono, fadiga, dor precordial, palpitações, ansiedade, angústia, períodos de depressão, problemas gástricos e perda de concentração. (KOVALESKI; BRESSAN, 2012).

Segundo MOREIRA; et al. 2009, citado por *Health Education Authority* (2003), a enfermagem é classificada como a quarta profissão mais estressante no setor público.

Os indicadores de estresse que podem determinar um comprometimento no seu desempenho no trabalho são: queda da eficiência, desconfiança, grandes níveis de tensão, irritabilidade constante, uso abusivo de medicamentos e drogas, sentimento de frustração e de onipotência, sobrecarga voluntária de trabalho, altos níveis de absenteísmo, explosão emocional fácil e insegurança nas decisões (KOVALESKI; BRESSAN, 2012).

No âmbito institucional, os efeitos da Síndrome de *Burnout* refletem-se na diminuição da produtividade, na qualidade do trabalho, no aumento do absenteísmo, na alta rotatividade, no alto índice de acidentes ocupacionais e na visão negativa da instituição, tendo como resultado significativos prejuízos financeiros para as organizações e constituindo-se em um evento com repercussões no processo de trabalho em saúde (EZAIAS; et al. 2010)

Quando não existe motivação ao exercer o trabalho, consequentemente ocorre uma diminuição da qualidade da assistência prestada, onde se observa a falta de humanização, podendo ocasionar possíveis danos à saúde do cliente; o que, do ponto de vista assistencial é extremamente grave, pois pode levar a erros e danos irreversíveis (SILVA; DIAS; TEIXEIRA. 2012).

O Ministério da Saúde preconiza como tratamento desta síndrome o acompanhamento psicoterápico e farmacológico e intervenções psicossociais (BRASIL, 2001).

A Diminuição na qualidade do trabalho por mau atendimento, procedimentos equivocados, negligência e imprudência podem afetar o bem-estar do trabalhador, a saúde do cliente e a visão da população sobre a instituição de saúde, conduz a maiores gastos e

problemas organizacionais, contribuindo para maior rotatividade. Todos estes fatores ocasionam o surgimento de problemas prejudicando a tríade paciente-profissional-instituição (SILVA; DIAS; TEIXEIRA. 2012).

3 MATERIAL E MÉTODO

Para a construção deste artigo foi utilizada a pesquisa do tipo revisão bibliográfica qualitativa buscando responder à questão norteadora já apresentada anteriormente. Vieira e Hossne (2001) definem revisão bibliográfica como aquela em que são apresentadas na forma de artigos longos, e traz um resumo da literatura especialidade sobre um determinado assunto. E Souza et al (2012), acrescenta definindo pesquisa bibliográfica como aquela busca onde a fonte é secundária, ou seja, informações que já receberam tratamento científico e foram publicadas.

Como estratégia de busca foram identificados artigos científicos cujos objetivos e assunto refere-se ao foco da pesquisa. As buscas foram realizadas na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e na base de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO).

Foram utilizadas para a busca as palavras chave, esgotamento profissional, estresse crônico e síndrome de *burnout*, onde foram encontrados 78 e selecionados 11 artigos. Como critério de inclusão foram utilizados os artigos relacionados ao tema, em língua portuguesa, e publicados na íntegra no período de 2003 a 2013. Citações anteriores a este período ocorreram devido a sua grande relevância para este estudo. E como critérios de exclusão aqueles artigos que se apresentavam somente em resumo, em língua estrangeira e cujos objetivos divergiam do tema.

A apresentação e discussão dos resultados atende aos temas percorridos na revisão de literatura, quais sejam: a síndrome de *Burnout*, seus fatores de risco, as consequências para a saúde do profissional, ao desempenho da enfermagem e instituição.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A busca para a formulação deste artigo foi realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e na base de dados *Scientific Electronic Library Online* (Scielo).

Utilizando como critérios de inclusão os artigos relacionados ao tema, em língua portuguesa, e publicados na íntegra no período de 2003 a 2013. Devido a grande relevância para este estudo foi utilizado citações anteriores a este período. E como critérios de exclusão aqueles artigos que se apresentavam somente em resumo, em língua estrangeira e cujos objetivos divergiam do tema. Foram utilizadas para a busca as palavras chave, esgotamento profissional, estresse crônico e síndrome de *burnout*, onde foram encontrados 38 e selecionados 11 artigos.

Buscando construir um diálogo entre os autores dos artigos selecionados para análise, dispôs-se os mesmos na tabela 1, para em seguida relacionar os fatores de riscos da síndrome de *Burnout* e suas consequências para a enfermagem e a instituição.

FONTE/ORIGEM	PERIODICO/EDITORA	IDIOMA	ANO	AUTOR	TITULO
MINISTERIO DA SAÚDE	PORTAL SAUDE	PORTUGUES	2001	Ministério da Saúde	Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde
SCIELO	Acta Paulista Enfermagem	PORTUGUES	2009	JODAS, Denise Albieri; HADDAD, Maria do Carmo Lourenço	Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um pronto socorro de hospital universitário.
BVS	Saúde & Transformação Social	PORTUGUES	2012	KOVALESKI, Douglas Francisco, BRESSAN, Adriana	A síndrome de Burnout em profissionais de saúde
BVS	Revista Eletrônica de Enfermagem do Centro de Estudos de Enfermagem e Nutrição	PORTUGUES	2012	LEMOS, Tays Castro Melo; BRASILEIRO, Marislei Espíndula	Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem: quando abrimos mão de nossa saúde para cuidar da sua

SCIELO	Cad. Saúde Pública	PORTUGUES	2009	MOREIRA, Davi de Souza et al.	Prevalência da síndrome de <i>burnout</i> em trabalhadores de enfermagem de um hospital de grande porte da Região Sul do Brasil.
BVS	Rev. enferm. UERJ	PORTUGUES	2011	MORENO, Fernanda Novaes et al.	Estratégias e intervenções no enfrentamento da Síndrome de Burnout.
SCIELO	AQUICHAN	PORTUGUES	2012	SILVA, Jorge Luiz Lima da; DIAS, André Campos; TEIXEIRA, Liliane Reis.	Discussão sobre as causas da Síndrome de Burnout e suas implicações à saúde do profissional de enfermagem.
BVS	Rev. Psiqu. Clín.	PORTUGUES	2007	TRIGO, Telma Ramos; TENG, Chei Tung; HALLAK, Jaime Eduardo Cecílio	Síndrome de Burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos.
SCIELO	Rev. Esc. Enfermagem USP	PORTUGUES	2010	TRINDADE, Letícia de Lima; LAUTERT, Liana.	Síndrome de Burnout entre os trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família.
SCIELO	Rev. Bras. Saúde Matern Infantil	PORTUGUES	2005	VIRGINIA, Katia de Oliveira Feliciano et al.	Sentimentos de profissionais dos serviços de pronto-socorro pediátrico: reflexões sobre o Burnout.
BVS	Rev. enferm. UERJ	PORTUGUES	2010	EZAIAS, Gabriela Machado et al.	Síndrome de Burnout em trabalhadores de saúde em um hospital de média complexidade.

Figura 1 – Apresentação de artigos selecionados para compor amostra do estudo

O Manual de Doenças Relacionadas ao Trabalho, do Ministério da Saúde (2001), relata que a Síndrome do esgotamento profissional ou *Burnout* é um tipo de resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos como ameaça de mudança súbita na jornada de trabalho e declínio significativo na situação econômica, como dispensas temporárias,

diminuição da semana de trabalho sem reposição de substitutos, seriam fatores que propiciariam o aparecimento da síndrome, pois expõe o profissional a altos níveis de estresse devido a falta de instabilidade profissional. Sendo esses excessivos e prolongados níveis de estresse no trabalho que levam o profissional a ter a sensação de esgotamento, como se realmente todas as suas forças tivessem acabado, e esse sentimento interfere não só na sua relação com o trabalho, como também no desempenho físico e mental, trazendo prejuízos no âmbito pessoal, profissional e social.

Segundo Kovalesski e Bressan (2012), evidências indicam alguns fatores de risco que podem desencadear o estresse, entendido como uma reação complexa com componentes físicos e psicológicos. À medida que o estresse se prolonga maior a gravidade dos danos causados ao profissional, porém as respostas físicas e psicológicas dependerão também da herança genética e estilo de vida. Evidenciando em maior ou menor grau os sintomas como o nervosismo, irritabilidade, ímpetos de raiva, afecções músculo-esqueléticas, cefaléia, alterações do sono, fadiga, dor precordial, palpitações, ansiedade, angústia, períodos de depressão, problemas gástricos e perda de concentração.

Virginia (2005) e Moreira (2009) concordam que as inadequadas condições de trabalho, sobrecarga, desempenho dos papéis, a falta do reconhecimento, problemas nas relações interpessoais e com o entorno, a falta de autonomia, e também de autoridade na tomada de decisões e os múltiplos empregos geram um estresse crônico, e ainda sendo acrescidos a outros elementos como, idade, sexo, tempo de exercício profissional, centralidade do trabalho, a falta de estratégias utilizadas para lidar com os problemas do cotidiano, como também a indisponibilidade de uma rede de relacionamentos que forneça suporte social a saúde podem levar o profissional a se encaixar nos parâmetros indicatórios da síndrome, levando a enfermagem a ser titulada como uma das profissões de maior incidência de *burnout*.

Trindade e Laureat (2010) complementam a citação anterior, relatando que quando o profissional desenvolve a síndrome no primeiro ano que ingressa na instituição de trabalho, a maioria dos casos se dá devido às dificuldades para a sua inserção no grupo, execução das tarefas, ao sentimento de instabilidade no emprego associada à necessidade de aceitação e reconhecimento, devido a pouca experiência na profissão. Porém, quando se desenvolve depois de anos de trabalho é devido muitas vezes, a dupla jornada de trabalho, as responsabilidades com a família, as relações com outros funcionários, entre outros fatores.

Segundo Ezaias (2010), quando se refere às consequências causadas no desempenho profissional, os efeitos da Síndrome de *Burnout* refletem-se na diminuição da produtividade, ocorrem acidentes ocupacionais, aumento do absenteísmo, consequentemente haverá uma

diminuição na qualidade do trabalho, gerando o aumento na rotatividade e maiores prejuízos financeiros para a instituição, além de afetar a visão que o cliente tem da mesma, ou seja, causando uma visão negativa.

E Silva, Dias e Teixeira (2012) concordam e acrescentam que a diminuição na qualidade do trabalho por mau atendimento, procedimentos equivocados, negligência e imprudência podem levar a erros e danos irreversíveis ao paciente. Todos estes problemas anteriormente citados prejudicam a tríade paciente – profissional – instituição.

5 CONCLUSÃO

O Burnout é um processo de resposta ao estresse ocupacional crônico, e traz consigo consequências negativas em nível individual, profissional e social. Observa-se também que a Síndrome de Burnout não é um problema somente vinculado a fatores individuais, mas também ao ambiente social no qual o indivíduo está inserido.

Este estudo possibilitou identificar vários fatores contribuintes para o surgimento da síndrome de Burnout, onde se observa a necessidade da implementação de estratégias que minimizem os danos causados ao profissional, como serviço de atendimento psicológico/psiquiátrico, deve ser imprescindível o diálogo entre os gestores das organizações de saúde com enfermeiros envolvidos na administração dos serviços de enfermagem e com os demais colaboradores da equipe de saúde como algo que deve ser priorizado e utilizado como ferramenta fundamental para diagnóstico, avaliação e melhoria das condições de trabalho, de ajuda ao enfrentamento das situações desencadeadoras de Burnout, contribuindo para a prevenção de agravos psicológicos entre trabalhadores da equipe de enfermagem e, conseqüentemente, a redução de prejuízos organizacionais.

Percebe-se a falta de habilidade e disposição dos gestores quanto à percepção e intervenção sobre o profissional de saúde acometido pelos agravos. As organizações devem promover ações educativas sobre as possíveis formas de enfrentamento e viáveis mudanças nas condições do trabalho, além de pesquisas que mostrem possibilidades para redução desse fenômeno, que é considerado hoje de cunho socioorganizacional.

No caso dos profissionais de saúde, medidas como evitar o excesso de horas extras, proporcionar condições de trabalho atrativas e gratificantes, modificar os métodos de prestação de cuidados, reconhecer a necessidade de educação permanente e investir no aperfeiçoamento profissional, dar suporte social às equipes e fomentar a sua participação nas decisões podem contribuir para a prevenção do *burnout*.

Existe a necessidade de que as instituições disponham de uma infraestrutura adequada de trabalho com políticas organizacionais que contemplem a qualidade de vida no trabalho, como um ambiente agradável, humanizado e uma adequada distribuição de profissionais.

É de grande importância a realização do diagnóstico e avaliação da síndrome de *Burnout* para se identificar quando, onde e em que se deve intervir, buscando minimizar as consequências. O diagnóstico adequado necessita de avaliação correta dos sintomas, sua intensidade e frequência, as intervenções como medidas preventivas devem focalizar tanto o

trabalhador quanto o ambiente de trabalho, para que ocorram mudanças no processo de trabalho e equilíbrio entre as expectativas do indivíduo e as exigências da organização.

É importante ressaltar a necessidade do desenvolvimento de pesquisas para que seja identificado precocemente nas instituições de saúde, havendo intervenções imediatas que possibilitem que trabalho de toda a equipe seja executado da melhor forma, principalmente o serviço da enfermagem que merece uma atenção por demandar maiores situações de estresse, por interagir por mais tempo e mais diretamente com o paciente, família e equipe multidisciplinar de saúde.

Enfim, é necessário que haja mudanças nos cenários laborais, priorizando a saúde e minimizando os fatores desencadeadores da síndrome, é preciso trabalhar em prol do bem-estar e da saúde do indivíduo no trabalho, pois é aí que ele permanece grande parte da sua vida. A qualidade de vida está diretamente relacionada com as carências e expectativas humanas e com a devida satisfação destas, por isso não se pode falar em qualidade de serviços se aqueles que vão produzi-los vivenciam uma qualidade de vida precária no trabalho.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Organização Pan-Americana da Saúde. **Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde**. Brasília, 2001. (Série A. Normas e Manuais Técnicos). Disponível em: http://dtr2001.saude.gov.br/editora/produtos/livros/pdf/02_0388_M1.pdf. Acesso em: 09 de março de 2013.

JODAS, Denise Albieri; HADDAD, Maria do Carmo Lourenço. Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um pronto socorro de hospital universitário. **Acta Paulista Enfermagem**. São Paulo, v. 22, n. 2, p. 192-197, outubro, 2009. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-21002009000200012&script=sci_arttext. Acesso em: 09 de março 2013.

KOVALESKI, Douglas Francisco, BRESSAN, Adriana. A síndrome de Burnout em profissionais de saúde. **Saúde & Transformação Social**. Florianópolis, v. 3, n. 2, p. 107-113, agosto, 2012. Disponível em: <http://www.incubadora.ufsc.br/index.php/saudeetransformacao/article/view/748>. Acesso em: 09 de novembro de 2013

LEMO, Tays Castro Melo; BRASILEIRO, Marislei Espíndula. Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem: quando abrimos mão de nossa saúde para cuidar da sua. **Revista Eletrônica de Enfermagem do Centro de Estudos de Enfermagem e Nutrição**. Goiás, v. 1, n. 1, p. 1-16, janeiro/julho, 2012. Disponível em: <http://www.ceen.com.br/revistaeletronica>. Acesso em: 06 de novembro de 2013

MOREIRA, Davi de Souza et al. Prevalência da síndrome de *burnout* em trabalhadores de enfermagem de um hospital de grande porte da Região Sul do Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 7, p. 1559-1568, julho, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.org/pdf/csp/v25n7/14.pdf>. Acesso em: 09 de março de 2013.

MORENO, Fernanda Novaes et al. Estratégias e intervenções no enfrentamento da Síndrome de Burnout. **Rev. enferm. UERJ**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, p. 140-145, janeiro/março, 2011. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v19n1/v19n1a23.pdf> Acesso em: 06 de novembro de 2103.

SILVA, Jorge Luiz Lima da; DIAS, André Campos; TEIXEIRA, Liliane Reis. Discussão sobre as causas da Síndrome de Burnout e suas implicações à saúde do profissional de enfermagem. **AQUICHAN**, Colômbia, v. 12, n. 2, p. 144-159, agosto, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.org.co/pdf/aqui/v12n2/v12n2a06.pdf>. Acesso em: 29 de março de 2013.

SOUSA, E.L et al. **Metodologia da pesquisa: Aplicabilidade em trabalhos científicos na área da saúde**. Rio Grande do Norte, ed. EDUFRN, 2012

TRIGO, Telma Ramos; TENG, Chei Tung; HALLAK, Jaime Eduardo Cecílio. Síndrome de Burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Rev. Psiqu. Clín.** São Paulo, v. 34, n. 5, p. 223-233, 2007. Disponível em: <http://www.hcnet.usp.br/ipq/revista/vol34/n5/223.html> Acesso em: 06 de novembro de 2013.

TRINDADE, Letícia de Lima; LAUTERT, Liana. Síndrome de Burnout entre os trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família. **Rev. Esc. Enfermagem USP**, São Paulo, v. 44, n. 2, p. 274 – 279, junho, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v44n2/05.pdf>. Acesso em: 09 de março de 2013.

VIEIRA, Sonia; HOSSNE, William Saad. **Metodologia Científica para a Área da Saúde**. Campus, Rio de Janeiro, p. 1- 256, 2001.

VIRGINIA, Katia de Oliveira Feliciano et al. Sentimentos de profissionais dos serviços de pronto-socorro pediátrico: reflexões sobre o burnout. **Rev. Bras. Saúde Matern. Infantil**, Recife, v. 5, n. 3, p. 319-328, setembro, 2005. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbsmi/v5n3/a08v5n3.pdf>. Acesso em: 09 de março de 2013.

EZAIAS, Gabriela Machado et al. Síndrome de Burnout em trabalhadores de saúde em um hospital de média complexidade. **Rev. enferm. UERJ**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 4, p. 524-529, out/dez, 2010. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v18n4/v18n4a04.pdf>. Acesso em: 22 de agosto de 2013.

ANEXO A - Maslach Burnout Inventory (MIB)

Pontue de 0-6 os itens a seguir conforme seus sentimentos e sintomas	
0- nunca	4- uma vez por semana
1- uma vez ao ano ou menos	5- algumas vezes por semana
2- uma vez ao mês ou menos	6- todos os dias
3- algumas vezes ao mês	
Maslach Burnout Inventory (MBI)	
	Pontuação
1. Sinto-me esgotado/a ao final de um dia de trabalho.	
2. Sinto-me como se estivesse no meu limite.	
3. Sinto-me emocionalmente exausto/a com meu trabalho.	
4. Sinto-me frustrado/a com meu trabalho.	
5. Sinto-me esgotado/a com o meu trabalho.	
6. Sinto que estou trabalhando demais neste emprego.	
7. Trabalhar diretamente com pessoas me deixa muito estressado/a.	
8. Trabalhar com pessoas o dia todo me exige um grande esforço.	
9. Sinto-me cansado/a quando me levanto de manhã e tenho que encarar outro dia de trabalho.	
10. Sinto-me cheio de energia.	
11. Sinto-me estimulado/a depois de trabalhar em contato com os pacientes.	
12. Sinto que posso criar um ambiente tranquilo para os pacientes.	
13. Sinto que influencio positivamente a vida dos outros através do meu trabalho.	
14. Lido de forma adequada com os problemas dos pacientes.	
15. Posso entender com facilidade o que sentem os pacientes.	
16. Sinto que sei tratar de forma tranquila os problemas emocionais no meu trabalho.	
17. Tenho conseguido muitas realizações em minha profissão.	
18. Sinto que os pacientes culpam-me por alguns dos seus problemas.	
19. Sinto que trato alguns pacientes como se fossem objetos.	
20. Tenho me tornado mais insensível com as pessoas desde que exerço este trabalho.	
21. Não me preocupo realmente com o que ocorre com alguns dos meus pacientes.	
22. Preocupa-me o fato de que este trabalho esteja me endurecendo emocionalmente.	