



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

**SÍNDROME DE *BURNOUT* E O PROFISSIONAL ENFERMEIRO, A LUZ DA
LITERATURA.**

SANTOS, RUTE NASCIMENTO¹
PAIVA, EVELYN YAMASHITA DE²

RESUMO

O estresse que ocorre no trabalho é chamado de estresse laboral. Além das doenças provocadas pelo estresse em curto prazo, também ocorrem em longo prazo como a chamada Síndrome do Esgotamento Profissional ou Síndrome de *Burnout*, que advém de uma resposta prolongada de estressores emocionais ou até mesmo interpessoais crônicos no trabalho. Essa síndrome é caracterizada por três elementos principais sendo eles: exaustão emocional, despersonalização e diminuição do envolvimento pessoal no trabalho. O objetivo deste estudo é descrever como a Síndrome de *Burnout* afeta o profissional enfermeiro. Trata-se de uma revisão da literatura nas bases de dados LILACS e BDENF por meio dos descritores esgotamento profissional, enfermagem e estresse em português, a partir do ano 2013-2017. Apenas 19 artigos entraram na seleção pois se enquadravam nos critérios de inclusão e por descreverem as situações que se procurava para conter o estudo. Mostrando que o profissional está exposto em qualquer setor trabalhado e que cada um com sua especificidade pode acarretar diversos fatores agravantes para a saúde desse trabalhador. O estudo constatou a precarização das atividades e a importância nas ações profiláticas com relação ao tema.

DESCRIPTORES: Esgotamento Profissional. Enfermagem. Estresse.

¹ Acadêmica do Curso de Enfermagem do Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNIRN). E-mail: rutenascimentosantos@gmail.com

² Professor Mestre em Centro Cirúrgico – Docente e orientador do Curso de Enfermagem do Centro Universitário do Rio Grande do Norte (UNIRN). E-mail: vevesp@gmail.com

1 INTRODUÇÃO

Nos dias atuais o estresse vem sendo um dos principais problemas que acarretam doenças e insatisfação no viver diário. O tema estresse vem sendo estudado há muitas décadas e sua primeira relação com a saúde ocorreu através do médico endocrinologista Hans Selye e seus colegas de estudos Bernard e Connon, que estavam sempre procurando como ocorria o equilíbrio interno do organismo humano (FERREIRA; MARTINO, 2006).

Puderam chegar à conclusão de que o estresse são as ações de forças mútuas que ocorrem em qualquer parte do corpo. Em muitos anos de estudos Selye pode perceber que muitas pessoas eram acometidas com doenças físicas que verbalizavam queixas como desânimo, fadiga, hipertensão e falta de apetite. Notando-se que o estresse, não afeta somente o aspecto psicofisiológico, mas também, envolve completamente o aspecto psicossocial do indivíduo (MENEZHINI; PAZ; LAUTERT, 2011).

De acordo com pesquisas feitas existem profissões que desencadeiam um maior índice de estresse, sendo a área da saúde uma das que mais causam estresse. Essa é uma doença que acomete qualquer área e qualquer pessoa, sem aceção ou definição sendo eles pobres, ricos, negros, brancos ou de diferentes profissões. Na sociedade em que vivemos nos dias de hoje, o trabalho é conhecido e reconhecido como um mediador de integração social, seja pelo seu valor de subsistência ou até mesmo por um aspecto social e simbólico, e é de fundamental importância na construção do modo de vida, assim como, em questões subjetivas onde a partir disto acarreta um valor significativo para a saúde física e mental do indivíduo (BRASIL, 2001).

Nos últimos anos o estudo sobre o estresse, a fim de melhor compreendê-lo e de desenvolver mecanismos de controle das suas manifestações, passou a ser motivo de maior preocupação para os profissionais, principalmente aqueles cujas atividades estão diretamente relacionadas ao cuidado do ser humano, como os enfermeiros (FERREIRA; MARTINO; 2006).

Esse estresse que ocorre no trabalho é chamado de estresse laboral. Além das doenças provocadas pelo estresse em curto prazo, também ocorrem em longo prazo como a chamada Síndrome do esgotamento profissional ou Síndrome de *Burnout*.

Essa Síndrome vem de uma resposta prolongada de estressores emocionais ou até mesmo interpessoais crônicos no trabalho. É também uma resposta de situações vivenciadas no ambiente profissional em um contexto de relações sociais complexas envolvendo a si mesmo e a outros. Com isso as atitudes e envolvimento do trabalhador para com seus clientes, paciente e colegas vai se desgastando, e em certo momento ocorre uma situação de “explosão” em que se perdem as energias e acabam ocorrendo vários transtornos entre eles o sentido de sua relação com o trabalho e desinteresse. Essa síndrome é caracterizada por três elementos principais entre eles: exaustão emocional, despersonalização e diminuição do envolvimento pessoal no trabalho (BRASIL, 2001).

No ambiente hospitalar assim como toda a área da saúde, é constatado em muitos profissionais a presença dessa síndrome, se tornando uma situação muito preocupante, pois pode afetar o cuidado ao paciente, afinal, profissionais cansados, estressados e desgastados com sua rotina diária de trabalho acabam por não desempenhar suas funções com a qualidade que devem ser feitas, e com isso, acabam não tendo o resultado que é esperado (ALMEIDA; MEDEIROS; BARROS, 2016).

Com isso, é de fundamental importância o estudo dessa síndrome; assim como, pesquisas que possam vir auxiliar no desenvolvimento do foco primordial do trabalho aqui realizado, de identificar as influências da síndrome de *Burnout* no desenvolvimento pessoal e profissional a saber, até aonde a síndrome pode influenciar na assistência, assim como, em quais aspectos a saúde do profissional está sendo prejudicada.

Dessa forma, a justificativa da pesquisa veio a partir do interesse em compreender o assunto, assim como, descobrir de qual forma esta doença poderá interferir na vida do profissional enfermeiro e na assistência prestada pelo mesmo. Então, a partir das rotinas de ambientes de trabalho conturbados desses profissionais, fez-se relevante abordar o tema a fim de esclarecer, aumentar o conhecimento e obter resposta de como é desencadeada e o que pode provocar tal doença.

No entanto a relevância do tema vem do tanto que os trabalhadores da área de saúde lidam diretamente com situações de extrema emoção; assim como com a fragilidade da vida e com isso podem expressar alguns sentimentos que ao longo do tempo podem se tornar preocupantes e a quantidade de situações que ocorrem nos

dias atuais e tem se tornado uma realidade de grande parte dos trabalhadores. A partir desse grande número que se fez necessário um estudo com maior aprofundamento e se conhecer algumas formas de melhoria. Espera-se que a partir do trabalho se possa obter maior clareza e contribuir para o entendimento acerca da Síndrome de *Burnout*.

Diante do exposto, esta pesquisa teve como objetivo descrever como a Síndrome de *Burnout* afeta o profissional enfermeiro.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1.1 Saúde

De acordo com o a Constituição da Organização Mundial de Saúde (OMS/WHO) de 1946, a definição de saúde esta em um “estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de doenças ou de enfermidade” (OMS/WHO, 1946). A partir deste conceito a saúde passou a ser vista não apenas como uma condição orgânica, mas também se abriu um leque de valores comunitário que propriamente individual. Este conceito relativamente novo foge de algumas décadas atrás quando a saúde se resumia em uma integridade morfológica e orgânica. Hoje é relacionada também com as relações humanas e com o trabalho, ambiente e espiritual.

Tudo isso quando estando em harmonia se obtém um estágio denominado de qualidade de vida. A Qualidade de Vida é uma noção totalmente humana, que tem sido aproximada ao grau de satisfação encontrado na vida familiar, amorosa, social e ambiental e à própria estética do indivíduo.

O assunto “Qualidade de Vida” é abordado sob diferentes olhares. Na saúde é inserido na capacidade de viver sem doenças ou de superar as dificuldades dos estados ou condições de morbidade. Visto em sua amplitude ele se apoia na compreensão das necessidades humanas fundamentais, materiais e espirituais e se relaciona fundamentalmente à satisfação das necessidades mais elementares da vida humana estando entre elas a alimentação, direito a água potável, habitação,

trabalho, educação, saúde e lazer. Então tudo que envolve o bem-estar está ligado a qualidade de vida pessoal e social (RENNER et al., 2014)

Um estudo realizado a partir da dificuldade de se definir qualidade de vida, estudantes e profissionais da saúde usaram um requisito chamado World Health Organization Quality of Life (WHOQOL) que juntamente a Organização Mundial da Saúde (OMS) reuniu especialistas de várias partes do mundo, que definiram qualidade de vida como a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (GOMES; MENDES; FRACOLLI, 2016).

Quando a qualidade de vida é vinculada ao profissional da saúde a carga se torna bem mais exaustiva pois essa qualidade vai refletir no desenvolvimento desse profissional. Usando a lógica de que as condições de trabalho influenciam no desempenho das atividades dos trabalhadores, assim como, que a realidade presente entre os trabalhadores da saúde pública no Brasil é precária e real. De acordo com pesquisa feita pelo IBGE, das 30,7 milhões de pessoas que procuram serviços de saúde no Brasil, apenas 97% afirmam ter conseguido assistência de saúde, 38,8% das pessoas que não foram atendidas afirmaram não ter médicos e profissionais suficientes para atender e 32,7% não conseguiram vagas nos serviços de saúde (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE, 2013). Isso nos mostra que a saúde e qualidade de vida dos brasileiros também é um reflexo dos nossos serviços de saúde.

2.1.2 Estresse e trabalho

Nos tempos atuais o estresse e o trabalho são duas rotinas que andam sempre juntos, mesmo que não seja uma situação agradável. Isso ocorre pelo fato de estar havendo um aumento de flexibilidade e de precariedade no mercado de trabalho. A intensificação e os problemas de relações profissionais fazem parte de alguns dos fatores que correm à frente do grande aumento de índices de estresse relacionados ao trabalho.

International Stress Management Association (ISMA-BR) que é uma associação sem fins lucrativos voltada a pesquisar o desenvolvimento, preservação e tratamento do estresse no mundo, realizou uma pesquisa que apontou que 89%

das pessoas sofrem por falta de reconhecimento no ambiente de trabalho. Essa pesquisa foi realizada em Porto Alegre e São Paulo e tudo isso está relacionado ao desenvolvimento do ser humano em seu trabalho e de sua satisfação. Além do aumento da flexibilidade e da precariedade do emprego, a intensificação do trabalho e os problemas de relações no meio de trabalho são alguns dos fatores que estão na origem de um aumento do estresse relacionado com o trabalho (URBANETTO et al., 2013).

Um estudo realizado por Urbanetto et al. (2013) citou e utilizou a pesquisa realizada por Robert Karasek nos anos 70 em que foi realizada um estudo e pesquisa do estresse nas relações de trabalho e os efeitos causados na saúde do trabalhador avaliando os aspectos e propondo um modelo denominado, Modelo Demanda-Control (MDC), que mostra relação entre a demanda psicológica e o controle sobre o trabalho e o risco de adoecimento. Qualificou a demanda como pressões psicológicas no trabalho, tanto de ordem quantitativa (relacionada a tempo e velocidade na realização do trabalho) como qualitativa e controle, como o uso de habilidades e a autonomia no trabalho (URBANETTO et al., 2013).

Podendo assim observar que os estudos que estão relacionados ao trabalho e ao estresse no trabalho sempre vêm mostrar que as ligações entre os dois temas causam grandes transtornos e consequências ao trabalhador.

2.1.3 Síndrome de *Burnout*

A síndrome de *Burnout* vem sendo estudada há algumas décadas juntamente com o estresse e suas características. A primeira pessoa a estudar o estresse foi o médico endocrinologista Hans Selye. O mesmo introduziu a palavra “estresse” no meio científico e deu a essa palavra a característica de ações de forças mútuas que ocorrem em qualquer parte do corpo, sendo essa característica bastante abrangente (MENEHINI; PAZ; LAUTERT, 2011).

Esse estresse pode ser desencadeado por agentes físicos, químicos, biológicos ou psicossociais a qual independe de seus fatores sempre serão associados ao desconforto emocional e psicológico.

Essa síndrome decorre de diversos fatores sendo um deles o ambiente de trabalho ameaçador, podendo ser eles com relação às necessidades de realização pessoal ou profissional. Os conceitos que envolvem a síndrome de *Burnout* e o

estresse ocupacional são decorrentes da relação do profissional e o ambiente de trabalho que ultrapassam os limites e com isso fazem com que a relação entre trabalhador e trabalho seja conflituosa e negativa no ponto de vista do profissional (SÁ; MARTINS-SILVA; FUNCHAL, 2014).

A Síndrome de *Burnout* foi caracterizada e dividida em três componentes que se destacam independentemente, sendo eles: exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização profissional (SÁ; MARTINS-SILVA; FUNCHAL, 2014).

É importante conhecer tais características para que assim se consiga obter um maior esclarecimento sobre as situações e o que possa acontecer em casos extremos.

A exaustão emocional é uma característica muito importante quando o assunto é a síndrome de *Burnout* ou o estresse ocupacional. Essa exaustão é o ponto de partida para as demais situações quando se refere a sobrecarga e o estresse no trabalho, isso pelo fato de que essa reação é associada a diversos fatores podendo ser eles decorrentes de conflitos sociais e profissionais, uma sobrecarga no trabalho advindo do excesso de carga horária ou de atividades. Essas situações irão trazer consigo uma mudança de postura do profissional afetado podendo fazer com que esse profissional se sinta oprimido e cause um distanciamento físico ou até mesmo psicológico do trabalho acarretando consigo danos profissionais e pessoais (ALMEIDA; MEDEIROS; BARROS, 2016).

Já a despersonalização acontece quando o profissional a partir das situações vivenciadas começa a se afastar de seu ambiente de trabalho perdendo o interesse por sua atividade, com isso surge a diminuição da realização profissional, que é quando o profissional perde a confiança em si mesmo e começa a se achar incapaz de realizar determinadas atividades, com essa situação surge dano psicológico e social neste indivíduo (ALMEIDA; MEDEIROS; BARROS, 2016).

Com essas características a Síndrome de *Burnout* pode se generalizar por todas as atividades profissionais e afetar diversos profissionais independentemente de atividade exercida, cargo ou sexo. O indivíduo quando exposto as situações que levam a um problema de saúde vai externar algumas reações que podem ser de fundamental importância para o início de um tratamento ou para a proposta de mudança rápida e que possam se anteceder ao seu extremo causando assim danos ao trabalhador e empregador.

2.1.4 Enfermagem

A enfermagem além de arte é uma ciência que com os anos veio se tornando uma das partes mais importantes no que se diz respeito a assistência e a evolução da saúde de enfermos. Essa arte surgiu da necessidade de pessoas qualificadas para cuidarem dos soldados feridos na guerra e foi a partir de então surgiu um nome que até hoje lembramos e estudamos sua história. Florence *Nightingale* criadora da primeira filosofia de enfermagem que é baseada na manutenção e restauração da saúde. Florence trabalhou como voluntária na guerra da Crimeia em 1853, foi muito conhecida e saudada por ser uma enfermeira epidemiologista na época e por todo o cuidado que teve com os pacientes que eram os soldados feridos na guerra e ao percorrer os hospitais de campanha durante à noite com uma lamparina na mão, fato que a deixou conhecida como a “dama da madrugada” (POTTER, 2013).

Já no Brasil existe uma figura que tematiza a história da enfermagem no país. Anna Nery (1814-1880) foi pioneira na enfermagem no Brasil, prestando serviços voluntários em hospitais militares durante a guerra do Paraguai e ficou conhecida por sua dedicação nos cuidados com os enfermos em situações de escassez de higiene, materiais e um extremo excesso de doentes. Em meados de 1920 a 1930 ocorreu uma imensa movimentação com o fim da aliança entre o Brasil e outros países, e Anna Nery ficou muito conhecida como pioneira da organização do serviço de enfermagem. Após todos os seus feitos, Anna Nery foi homenageada durante a III Conferencia Pan Americana da Cruz Vermelha em 1936 (GOMES, 2007).

A partir de Florence, Ana Nery e seus ensinamentos foi que a enfermagem pôde ser reconhecida e com isso seus avanços vem acontecendo a partir de então. É com o auxílio do conhecimento histórico da profissão de enfermagem que podemos ter o reconhecimento históricos e intelectuais de extrema importância para o conhecimento da profissão. Sabemos que a enfermagem é a combinação de diversos conhecimentos sejam eles fisiológicos, humanas e sociais fazendo assim com que o cuidado pode ser realizado de forma segura e com responsabilidade (POTTER, 2010).

De acordo com o Conselho Regional de Enfermagem (COFEN), existem cerca de 80% do quadro de enfermagem no Brasil é composta de técnicos de enfermagem e 20% de enfermeiros. Já a Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) fez um levantamento da categoria profissional de enfermagem na América Latina e cerca de

1,6 milhões de profissionais de enfermagem. No Brasil o IBGE contabilizou que a área da saúde se compõe de 3,5 milhões na qual 50% é composto de profissionais da enfermagem (COFEN, 2015). Isso pode parecer bastante, mas, ainda hoje se sente uma carência imensa de profissionais capacitados para atender a demanda de pacientes que existem.

Além do grande número de profissionais no mercado as situações vivenciadas, estando entre elas a escassez de condições e uma grande sobrecarga de trabalho, muitos profissionais se submetem por passar por necessidade pessoais ou financeiras. Essas situações podem acarretar uma sobrecarga de trabalho extrema e assim, trazerem consigo diversos tipos de doenças que possam ser relacionadas ao trabalho. É através desses problemas que poderemos observar as reais necessidades da categoria com relação ao trabalho e as situações que ocorrem e trazem consigo o esgotamento profissional.

2.1.5 Síndrome de *Burnout* e enfermagem

O ambiente hospitalar assim como a profissão de enfermagem contém inúmeros fatores que os fazem uma atuação insalubre e os expõem diretamente a fatores de risco de natureza física, química e biológica, e são esses fatores que os fazem ambientes e profissões de extremo desgaste (FERREIRA; MARTINO, 2006). O excesso de trabalho e os recursos do indivíduo trazem riscos ao bem-estar do profissional e por esse motivo que é de extrema importância estudar a relação entre a Síndrome de *Burnout* e a profissão de enfermagem.

De acordo com um levantamento realizado pelo *American Nurses Association* (ANA) o estresse e os seus efeitos são uma das principais preocupações do profissional de enfermagem com relação a saúde e ao ambiente de trabalho (LA CRUZ; ABELLÁN, 2015).

Essas preocupações são decorrentes da imprevisibilidade da demanda de serviço, um dos principais impactos no sistema de saúde e um desafio para profissionais que prestam serviços à tipos de unidade como as de urgência e emergência. Nestes serviços a equipe de enfermagem vai além dos procedimentos técnicos e científicos, incluem consigo a carga e o constante envolvimento emocional em lidar com situações que vem vezes ter um desfecho negativo (VELOSO et al., 2016).

As respostas a essas situações que poderão ser vivenciadas podem acarretar problemas psicológicos sendo um deles a ansiedade, a irritação que é de grande importância quando se diz respeito ao desenvolvimento e ao envolvimento do profissional para com o paciente, dentre outros aspectos como a depressão, cefaleia, náuseas e insônia. Ao redor do mundo as principais fontes de insatisfação decorrentes dos profissionais de enfermagem são a falta de pessoal, ou seja, o grande desfalque nas equipes causando assim a sobrecarga, a pressão assistencial e a falta de reconhecimento (LA CRUZ; ABELLÁN, 2015).

Com todos esses problemas e dificuldades passadas no dia a dia do profissional de enfermagem, é necessário estar sempre em busca de conhecimento, autonomia e suporte organizacional para que se possa assegurar a qualidade e a segurança na assistência ao paciente e nos demais serviços que o profissional venha a desempenhar no decorrer de sua profissão (GASPARINO; GUIRARDELLO, 2015).

Quando não são possíveis essas práticas colaborativas para um melhor desempenho do profissional sejam eles de ordem pessoal, social ou profissional o qual nem sempre se é possível ocorrer uma repercussão negativa para o profissional, pacientes e instituição de trabalho.

Mas, decorrente a todos os problemas da profissão e as situações que os profissionais estão expostos em todo o trajeto profissional, é de fundamental importância a participação do enfermeiro na identificação continua de problemas já existentes, como com as prováveis possibilidades, e o reconhecimento de possíveis resoluções para ajudar e auxiliar nas precauções e manter sua profissão e seu ambiente de trabalho prevenidos de agentes estressores.

3 METODOLOGIA

Tratou-se de uma revisão bibliográfica, qualitativa. Segundo GIL (2008) a revisão bibliográfica é desenvolvida a partir de material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos. Embora em quase todos os estudos seja exigido algum tipo de trabalho desta natureza, há pesquisas desenvolvidas exclusivamente a partir de fontes bibliográficas. Parte dos estudos exploratórios podem ser definidos como revisões bibliográficas, assim como certo número de pesquisas desenvolvidas a partir da técnica de análise de conteúdo.

A pesquisa foi realizada através da busca de literatura nas bases de dados Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Banco de Dados de Enfermagem (BDENF), os critérios de inclusão e exclusão utilizados nesta pesquisa foram textos que contemplassem os assuntos esgotamento profissional e enfermagem, nos quais foram selecionados os artigos que mais se encaixavam no tema proposto pelo estudo a partir do ano de 2013 – 2017, texto completo, na língua portuguesa, utilizando o boleano “AND” com os seguintes descritores: Esgotamento profissional, estresse, enfermagem..

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Quadro 1 – Tabela de resultados.

	BASE DE DADOS	BASE DE DADOS
	BDENF	LILACS
DESCRITORES	Esgotamento Profissional AND Enfermagem	Esgotamento Profissional AND Enfermagem
ENCONTRADOS	28	39
SELECIONADOS	11	06
REPETIDOS	04	13
FUGIU DO TEMA	05	16

	BASE DE DADOS	BASE DE DADOS
	BDENF	LILACS
DESCRITORES	Esgotamento Profissional AND Estresse	Esgotamento Profissional AND Estresse
ENCONTRADOS	30	95
SELECIONADOS	01	01
REPETIDOS	16	13
FUGIU DO TEMA	13	75

	BASE DE DADOS	BASE DE DADOS
	BDENF	LILACS
DESCRITORES	Esgotamento Profissional AND Enfermagem AND Estresse	Esgotamento Profissional AND Enfermagem AND Estresse
ENCONTRADOS	28	39
SELECIONADOS	Todos já se encontravam na pesquisa.	Todos já se encontravam na pesquisa.
REPETIDOS	28	39
FUGIU DO TEMA	-	-

Fonte: Levantamento bibliográfico realizado pelo autor (2017).

No quadro a baixo estão descritos dezenove (19) artigos que atenderam aos critérios de inclusão com informações sobre o autor, ano, método e resultados encontrados.

Quadro 2 – Seleção de artigos nas bases de dados BDENF e LILACS

	AUTOR/ANO	METODOLOGIA	RESULTADOS
1	Oliveira JAS, Alchieri JC, Pessoa Júnior	Descritivo de abordagem	Os dez enfermeiros participantes do estudo demonstraram três características primordiais:

	JM, Miranda FAN, Almeida MG 2013	qualitativa.	sobrecarga de trabalho, precarização das relações interpessoais e a desmotivação no trabalho por parte dos estudados. Sendo expresso a grande responsabilidade por parte do gerenciamento hospitalar no quesito motivação.
2	Gasparino RC, Guirardello EB 2015	Descritivo, transversal.	Observou-se que os enfermeiros que prestam assistência em hospitais de média complexidade tendem a ter maior controle sobre o ambiente de trabalho, diferente dos trabalhadores de alta complexidade que exercem suas funções em ambientes não tão favoráveis para as práticas profissionais.
3	Tavares KF, Souza NV, Silva LD, Kestenberg CC 2014	Transversal.	É necessário maior atenção com os residentes de enfermagem pois constatou-se haver uma vulnerabilidade ao adoecimento psíquico.
4	Rissardo MP, Gasparino RC 2013	Descritivo e transversal.	Observou-se que profissionais de um determinado hospital público já apresentam um moderado nível de <i>Burnout</i> e associado aos trabalhadores que prestam serviços durante a noite, quesito exaustão emocional características sociodemográficas e profissionais para o quesito despersonalização.
5	Monte PF, Lima FE, Neves FM, Studart RM, Dantas RT 2013	Transversal.	O estudo mostrou que a grande maioria dos enfermeiros que atuam em unidade de terapia intensiva descrevem suas atividades como desgastantes e são classificados como estressados e comparados aos profissionais atuantes no setor de emergência.
6	Portela NLC, Pedrosa AO, Cunha JDS et al 2015	Exploratória e descritiva	É evidente o desgaste emocional sofrido pelo profissional de enfermagem que atua nas unidades de emergência causado pela sobrecarga de trabalho e as demandas de atividades que levam a um desgaste psicológico e demais sintomas.
7	Zavalis A, Vianna LAM, Velasque LS et al.	Exploratório e descritivo	O levantamento de situações que levam a insatisfação e a diminuição da produtividade do profissional, tais como, ruídos, temperatura

	2015		e trabalhar em condições inadequadas influenciam diretamente no bem-estar físico e psíquico do profissional.
8	Holmes ES, Santos SR, Farias JÁ et al. 2014	Exploratório e descritivo.	A enfermagem é uma profissão com contexto feminino. Assim tem uma faixa etária entre 41 e 50 anos com baixo nível de realização profissional levando a crer que as enfermeiras estão relativamente inconformadas com as condições de trabalho fazendo com que um número significativo de profissionais apresente sintomas da Síndrome de <i>Burnout</i> .
9	Higashi P, Simonetti JP, Carvalhaes MABL, Spiri WC, Parada CMGL 2013	Transversal.	Acredita-se que trabalhar em hospitais acreditado, livra os profissionais de estresse com relações estruturais e materiais, mas não os livra de preocupações com a certificação do profissional, sendo assim um fator gerador de estresse.
10	Barboza MCN, Braga LL, Perleberg LT et al. 2013	Descritiva exploratória.	Identificação de necessidade de setores fechados estando entre eles a infraestrutura e equipamentos, assim como o alto nível de estresse em enfermeiros gerentes e que prestam atividades administrativas causando uma sobrecarga no profissional.
11	Souza ISN; Silva FJ; Gomes RLV et al.	Transversal	De acordo com o estudo a variável “setor” quando comparada as outras foi o que apresentou maior exposição às situações estressantes de trabalho por motivos de recursos materiais e estruturais.
12	Silva R. P., Barbosa S. C., Silva S. S., Patrício D. F. 2010	Revisão integrativa	Existem altos níveis de <i>Burnout</i> em 84% dos profissionais estudados, na qual existem poucas estratégias de combate aos sintomas e as formas eficazes de combater essa situação.
13	Jacques, J. P. B. et al. 2015	Qualitativa	O centro cirúrgico oferece ao enfermeiro diversos fatores relevantes a uma situação de estresse, sendo uma delas a sobrecarga de trabalho e a falta de planejamento de recursos humanos e materiais, assim como estar em um setor de ambiente fechado.
14	Sá, A. M. S.,	Quantitativo	As políticas de mudanças do contexto

	Martins-Silva, P. O., & Funchal, B. 2014		organizacional podem sim interferir na quantidade de profissionais sujeitos a sofrer com a Síndrome de <i>Burnout</i> no ambiente de trabalho.
15	Brandão DEC, Galvão CM 2013	Revisão integrativa	Observou-se que o estresse e o esgotamento presentes no ambiente de trabalho trás agravos a saúde da equipe com consequências indesejadas tanto na vida pessoal como profissional do trabalhador de enfermagem.
16	Silva FH. 2015	Transversal.	Observou-se que enfermeiros trabalhadores de hospitais privados tem alta exigência e alto controle caracterizando um trabalho ativo, porém o aumento de rotinas e protocolos diminui a autoridade decisória destes profissionais.
17	PIERECK GMS. 2014	Pesquisa qualitativa.	Expôs a necessidade da aplicação de políticas de humanização para os profissionais que lidam diretamente com pacientes com câncer para diminuir o adoecimento e a intenção de abandonar a profissão como consequência do despreparo em lidar com situações de forte emoção como a tristeza e a morte.
18	Zanatta AB; Lucca SR. 2015	Descritivo	Com relação ao profissional enfermeiro puderam encontrar alguns fatores caracterizados como minimizadores para o desenvolvimento a Síndrome de <i>Burnout</i> nos profissionais, pois o fato de cuidar de crianças tras satisfação e reconhecimento pessoal, inspira força para superar momentos difíceis como o falecimento de um paciente.
19	Rissardo MP; Gasparino RC 2013	Descritivo e transversal	Constataram um nível moderado de <i>Burnout</i> em profissionais enfermeiros e que os trabalhadores noturnos se encontravam mais vulneráveis aos sintomas da síndrome levando a uma diminuição na capacidade mental e física.

Fonte: Levantamento bibliográfico realizado pelo autor (2017).

Nos artigos selecionados e revisados foi observado que a grande maioria dos profissionais enfermeiro sofrem ou apresentam algum sintoma relacionado a Síndrome de *Burnout* sendo eles: exaustão emocional, despersonalização e/ou diminuição do envolvimento pessoal no trabalho. Vários desses profissionais se queixam de problemas institucionais ou até mesmos sociais no ambiente de trabalho caracterizando o que o autor Almeida, Medeiros e Barros (2016) citou em seu estudo de que o desenvolvimento da síndrome pode afetar no cuidado final ao paciente pois profissionais desgastados não exercem suas funções com a qualidade que devem ser realizadas. Com essa situação o trabalhador não se consegue ter uma participação propriamente ativa nas atividades fazendo com que o trabalho se torne automático caracterizando assim a despersonalização.

Além dos sintomas os estudos mostram relatos de profissionais de vários setores e instituições verbalizarem que se sentem sobrecarregados com o trabalho e que com isso surge a precarização das relações, levando ao profissional se sentir desmotivado e a questionar com relação ao desenvolvimento da sua própria função caracterizando assim uma diminuição do envolvimento pessoal no seu ambiente de trabalho.

Foi observado que existem diversos estudos sobre a síndrome de *Burnout* assim como sua diferenciação com relação aos setores nos quais os trabalhadores exercem suas funções mostrando uma diferença dos trabalhadores tanto do setor fechado como no setor aberto até um trabalhador do Sistema Único de Saúde ao trabalhador de instituições privadas. Também pode ser observado o porquê que esses trabalhadores desenvolvem sintomas e a diferenciação das situações. Os trabalhadores de instituições privadas tendem a ter um índice menor de sintomas referentes ao *Burnout* em comparação com instituições não privadas, mas, isso não os privam de vivenciar situações que elevem seu nível de estresse e o encaminhe a uma situação de esgotamento.

Para o trabalhador privado um dos problemas que acarretam um estresse excessivo é a falta autonomia decisória é um dos principais motivos de estresse. Já a variável “setor”, podendo exemplificar como setores “fechados” e “abertos” foi muito bem explorada e mostrada identificando-a quando comparada a outras como tendo uma exposição as situações estressantes no trabalho. Estes estudos auxiliaram a entender quais setores os profissionais apresentam maiores evidencias de sintomas da Síndrome de *Burnout*, mostrando que enfermeiros que trabalham em

situações de urgência e emergência apresentam um grande índice de esgotamento profissional.

A síndrome de *Burnout* é bem descrita por Ferreira e Martino (2016) mostrando que nos dias atuais o desgaste e o esgotamento profissional são um dos principais problemas de saúde gerando insatisfação e de acordo com o Ministério da Saúde no Brasil a síndrome atinge diferentes profissões, porém algumas tem uma predisposição maior a este problema como o profissional enfermeiro como mostrado nos resultados. E com isso é necessária uma maior atenção a esse problema que já se tornou universal e que é um dos maiores mediadores de integração social, o trabalho.

É de extrema relevância a implementação de atividades sociais e psicológicas que venham a intervir nestas situações afim de promover a prevenção destas situações e a promoção de saúde psicológica e física auxiliando na melhora da integração social desses trabalhadores. Promover saúde não estar apenas em ações curativas ou na reabilitação para o indivíduo, mas sim em estabelecer medidas profiláticas para que determinadas situações não cheguem a acontecer.

5 CONCLUSÃO

A síndrome de *Burnout* vem se destacando cada dia mais entre as atividades ocupacionais, trazendo consigo a carga de se instalar em qualquer trabalhador de qualquer área e ou profissão, mas, sabendo que a área da saúde tem uma maior probabilidade de problemas relacionados ao estresse, e a enfermagem como sendo uma das principais áreas afetadas. Observando-se a importância e procurou-se desenvolver um estudo sobre o *Burnout* em enfermeiros e destacar alguns pontos importantes no decorrer do estudo.

A síndrome de *Burnout* por estar totalmente ligada ao estado psicossocial do indivíduo e a questões externas como a exposição a estressores. A sobrecarga de trabalho é uma das maiores queixas dos profissionais pois exercem uma grande influência no dia a dia dos trabalhadores acarretando consigo a diversos sintomas como a fadiga, cefaleia, dores musculares e diversos outros. Alto exigência já que profissionais exigentes tendem a ter uma alta cobrança consigo e com os profissionais ao seu redor. Falta de planejamento de recursos humanos e materiais que constatado ser um dos principais influenciadores do estresse em profissionais de setores fechados já que o enfermeiro lida diretamente com questões técnicas e administrativas, quando ocorrem esses déficits vai exigir mais dos profissionais tanto fisicamente quando psicologicamente e diversas outras situações que propiciam o desenvolvimento destas questões.

Conclui-se que os artigos estudados abordam o enfermeiro em diversas situações de trabalho sendo umas delas mais citadas e diferenciadas que é a variável “setor”, mostrando que o enfermeiro de qualquer setor pode desenvolver a síndrome e diferenciando que cada um tem suas especificidades quando o assunto é o desenvolvimento dessa doença. Mostrou-se também que ainda existem poucas políticas humanas e educativas com relação a esse tema, assim como poucas intervenções sociais para a promoção da saúde do trabalhador acometido com a síndrome de *Burnout* é necessário que cada unidade de Saúde se preocupe com seu trabalhador, no quesito saúde mental, biopsicossocial a tentar diminuir os agentes estressores e a qualidade de vida desses profissionais.

BURNOUT SYNDROME AND THE PROFESSIONAL NURSE, THE LIGHT OF LITERATURE.

ABSTRACT

Stress that occurs at work is called work stress. In addition to short-term stress-related illnesses, they also occur in the long run as the so-called Professional Burnout Syndrome or Burnout Syndrome, which comes from a prolonged response of emotional stressors or even chronic interpersonal stressors at work. This syndrome is characterized by three main elements: emotional exhaustion, depersonalization and reduction of personal involvement in the work. The purpose of this study is to describe how Burnout Syndrome affects the professional nurse. This is a review of the literature in the databases LILACS and BDENF by means of the descriptors professional exhaustion, nursing and stress in Portuguese, from the year 2013-2017. Only 19 articles entered the selection because they fit the criteria of inclusion and for describing the situations that were sought to contain the study. Showing that the professional is exposed in any sector worked and that each one with its specificity can cause several factors aggravating the health of this worker. The study verified the precariousness of the activities and the importance in the prophylactic actions regarding the subject.

KEY WORDS: Occupational Exhaustion, Nursing, Stress.

REFERENCIAS

ALMEIDA, L. A.; MEDEIROS, I. D. S.; BARROS A. G. de. Fatores geradores da síndrome de burnout em Profissionais de Saúde. **Rev. Fund Care**, v. 8, n. 3, p. 4623-4628, jul./set. 2016. Disponível em: <<http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/3469>>. Acesso em: 8 jun. 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Doenças relacionadas ao trabalho**: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Série A. Brasília: Ministério da Saúde do Brasil, 2001.

BURNOUT EM TRABALHADORES DE ENFERMAGEM. **Scientific Electronic Library – Scielo**, Porto Alegre, p. 225-233, 14 mar. 2011. Anual. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/tce/v20n2/a02v20n2>>. Acesso em: 14 ago. 2016.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM (COFEN). **Pesquisa inédita traça perfil da enfermagem**. Disponível em: <http://www.cofen.gov.br/pesquisa-inedita-traca-perfil-da-enfermagem_31258.html> Acesso em: 29 abr. 2017.

FERREIRA, Luciane Ruiz Carmona; MARTINO, Milva Maria Figueiredo de. O Estresse do enfermeiro: análise das publicações sobre o tema. **Revista de Ciências Medicas**, Campinas, v. 3, n. 15, p. 241-248, 2006. Mensal. Disponível em: <<http://periodicos.puccampinas.edu.br/seer/index.php/cienciasmedicas/article/view/115/1090>>. Acesso em: 14 ago. 2016.

GASPARINO, Renata Cristina; GUIRARDELLO, Edinêis de Brito. Ambiente da prática profissional e Burnout em enfermeiros. **Rev Rene**, v. 16, n. 1, p. 90-96, 6 abr. 2015.

GOMES, Ângela de Castro. **Direitos e cidadania**: memória, política e cultura. Rio de Janeiro: FGV, 2007.

GOMES, Maria Fernanda Pereira; MENDES, Everton da Silva; FRACOLLI, Lislaine Aparecida. Qualidade de vida dos profissionais que trabalham na estratégia saúde da família. **Ras**, São Paulo, v. 14, n. 49, p. 27-33, mar. 2016.

IBGE revela como anda a saúde do Brasil. **UOL notícias Ciência e Saúde**. Do UOL. SP. 2015. Disponível em: < <https://noticias.uol.com.br/saude/ultimas-noticias/redacao/2015/06/02/ibge-revela-como-anda-a-saude-do-brasil.htm>> Acesso em: 6 abr. 2017.

LA CRUZ, Silvia Portero de; ABELLÁN, Manuel Vaquero. Professional burnout, stress and job satisfaction of nursing staff at a university hospital. **Revista Latino-americana de Enfermagem**, v. 23, n. 3, p. 543-552, jun. 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692015000300543>. Acesso em: 8 jun. 2017.

MENEGHINI, Fernanda; PAZ, Adriana Aparecida; LAUTERT, Liana. Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, v. 20, n. 2, p. 225-233, abr./jun. 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/tce/v20n2/a02v20n2>>. Acesso em: 8 jun. 2017.

MERCILIO, Maria Luiza. Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO) – 1946. **Biblioteca Virtual de Direitos Humanos**. Disponível em: <<http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organização-Mundial-da-Saúde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.html>> Acesso em: 8 jun. 2017

POTTER, Stockert. PERRY, Hall. **Fundamentos de Enfermagem**. 8a. Ed Elsevier. 2013. p. 1-4.

RENNER, Jacinta Sidegum et al. Quality of life and work satisfaction: the perception of nursing technicians who work in the hospital environment. **Reme: Revista Mineira de Enfermagem**, v. 18, n. 2, p. 440-446, jun. 2014. Disponível em: <<http://bases.bireme.br/cgi->

bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p
&nextAction=lnk&exprSearch=727279&indexSearch=ID>. Acesso em: 8 jun. 2017.

SÁ, Adriana Müller Saleme de; MARTINS-SILVA, Priscilla de Oliveira; FUNCHAL, Bruno. Burnout: o impacto da satisfação no trabalho em profissionais de enfermagem. **Psicologia e Sociedade**, Espírito Santo, v. 3, n. 26, p. 664-674, maio 2014.

URBANETTO, Janete de Souza et al. Work-related stress according to the demand-control model and minor psychic disorders in nursing workers. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 47, n. 5, p.1180-1186, out. 2013.

VELOSO, Lorena Uchôa Portela et al. Prevalência de ansiedade em profissionais de enfermagem de urgência e emergência. **Revista de Enfermagem Ufpe**, Recife, v. 11, n. 10, p. 3969-3976, nov. 2016. Disponível em:<http://www.revista.ufpe.br/revistaenfermagem/index.php/revista/article/view/10379/pdf_11325>. Acesso em: 29 abr. 2017.