



O *BURNOUT* COMO UM FATOR NA VIDA DE UM ENFERMEIRO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Andreza Gomes Bernardo da Silva¹
bernardo1gomes@gmail.com

Clarice Cavalcante da Silva²
cla.caval.silva1999@gmail.com

Guilherme Henrique Santana³
guilhermesantanaenf@gmail.com

Noádia Santana da Cunha⁴
noadiacunha@hotmail.com

Cynthia Angélica Ramos de Oliveira Dourado⁵
cynthiaaro@gmail.com

Resumo: Discutir a respeito da Síndrome de Burnout e como ela afeta a rotina profissional dos enfermeiros. Trata-se de um estudo qualitativo, descritivo, tipo relato de experiência, desenvolvido pelo PIBIC intitulado por Análise dos fatores determinantes para a Síndrome de *Burnout* em enfermeiros de unidades de terapia intensiva e emergências com aplicação de métodos qualitativos em profissionais enfermeiros em hospitais da Região Metropolitana do Recife e análises de artigos científicos no período 2002-2016. Há uma alta prevalência da síndrome de *Burnout* em enfermeiros e os fatores desencadeantes são insatisfações com o ambiente de trabalho e salarial e sobrecarga de trabalho. A síndrome de *Burnout* eleva os níveis de estresse e ocasiona baixa qualidade de vida dos profissionais enfermeiros.

Palavras-chave: Esgotamento Profissional; Saúde Mental; Saúde do Trabalhador.

Abstract: To discuss Burnout Syndrome and how it affects nurses' professional routine. This is a qualitative, descriptive, experience report type study, developed by the Institutional Scientific Initiation Scholarship Program (PIBIC) entitled Analysis of the determining factors for *Burnout* Syndrome in nurses in intensive care units and emergencies with application of qualitative methods in professional nurses in hospitals in the Metropolitan Region of Recife and analysis of scientific articles in the period 2002-2016. There is a high prevalence of Burnout syndrome in nurses and the triggering factors are dissatisfaction with the work environment and salary and work overload. Burnout syndrome raises stress levels and causes low quality of life for professional nurses.

Keywords: Burnout, Professional; Mental health; Worker's health.

^{1,2,3,4}Graduando do curso de Enfermagem do Centro Universitário Estácio do Recife.

⁵Docente do curso de Enfermagem do Centro Universitário Estácio do Recife.



1 INTRODUÇÃO

A atividade laboral é uma atividade humana, individual ou coletiva, de caráter social, complexa, dinâmica, mutante e que se distingue de qualquer outro tipo de prática animal por sua natureza reflexiva, consciente, propositiva, estratégica, instrumental e moral (COUTINHO, 2009). Porém, Dejours (1992) afirmou que este trabalho pode ser uma atividade que não lhe proporciona realização profissional e fatores desencadeadores de desequilíbrio da saúde mental.

Síndrome de *Burnout*, também conhecida como a estafa profissional, Síndrome do Esgotamento Profissional ou simplesmente pela sigla SB. Freudenberger (1974), pioneiro do estudo de *Burnout*, produziu a expressão *staff burnout* para definir uma síndrome composta por exaustão, desilusão e isolamento em trabalhadores da saúde mental.

Maslach e Goldberg (1998) e Volpato *et al.* (2003), trataram a síndrome de *Burnout* como “um conjunto de sintomas caracterizado por sinais de exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização profissional em decorrência de uma má adaptação do indivíduo a um trabalho prolongado, altamente estressante e com grande carga tensional”.

Os sintomas mais característicos do burnout são: exaustão emocional e distanciamento afetivo.

Segundo Trigo *et al.* (2007, p. 225:

A exaustão emocional abrange sentimentos de desesperança, solidão, depressão, raiva, impaciência, irritabilidade, tensão, diminuição de empatia; aumento da suscetibilidade para doenças, cefaléia, náuseas, tensão muscular, dor lombar ou cervical, distúrbios do sono. O distanciamento afetivo provoca a sensação de alienação em relação aos outros, sendo a presença destes muitas vezes desagradável e não desejada.

A Síndrome de Burnout já encontra-se registrada no CID 10 (Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde) e as leis brasileiras de auxílio doença ao trabalhador já a reconhecem como uma doença causada pelo trabalho (CÂNDIDO E SOUZA, 2016).

Borges *et al.* (2002) afirmam:

A SB é um processo que se desenvolve na interação de características do ambiente de trabalho e características pessoais. É um problema que atinge profissionais em serviço, principalmente aqueles voltados para atividades de cuidado com outros, no qual a oferta do cuidado ou serviço frequentemente ocorre em situações de mudanças emocionais. Ajudar outras pessoas sempre foi reconhecido como objetivo nobre, mas apenas recentemente tem-se dado atenção para os custos emocionais da realização do objetivo.

Em contrapartida, a SB possui prevenção e evitar que o profissional chegue no nível mais elevado da patologia. Mudanças e reorganização no meio laboral, ascensão na empresa hospitalar que atua, vinculação daquele profissional mais reservado são pequenas medidas que fazem com que o indivíduo reverta o quadro de início de desenvolvimento desta patologia. O objetivo do trabalho é relatar a experiência de enfermeiros através na pesquisa e coleta de dados com enfermeiros em hospitais da RMR.



2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo qualitativo, descritivo, tipo relato de experiência, realizado por graduandos do curso de enfermagem durante a participação do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC) intitulado por Análise dos fatores determinantes para a Síndrome de *Burnout* em enfermeiros de unidades de terapia intensiva e emergências.

Informa-se que não houve a necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa por se tratar de um relato de experiência com uma proposta de contribuição à literatura científica a partir da prática de discentes durante o exercício da pesquisa em hospitais da cidade do Recife.

Os setores visitados foram as unidades de terapia intensiva e emergências. Compostas com uma equipe multiprofissional formada por enfermeiros, médicos, fisioterapeutas, técnicos em enfermagem e residentes.

Para produção deste trabalho, inicialmente realizamos uma busca por artigos científicos na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e análise dos materiais já coletados durante as visitas nos campos hospitalares de janeiro a março de 2020.

Foram utilizados 5 instrumentos para determinar a síndrome de *Burnout* (abordados abaixo) e mais duas vias do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) que indica o preenchimento e participação da pesquisa de forma voluntária.

Para avaliar a satisfação no trabalho, será utilizada a Escala de Satisfação no Trabalho (EST), que é composta por 25 itens e validade por Siqueira (2008). Ela analisa o contentamento no trabalho a partir de cinco dimensões: satisfação com os colegas de trabalho, satisfação com o salário, satisfação com a chefia, satisfação com a natureza do trabalho e satisfação com as promoções. Para responder, será utilizada a escala do tipo Likert de sete pontos (1 - totalmente insatisfeito; 2 - muito insatisfeito; 3 - insatisfeito; 4 - indiferente; 5 - satisfeito; 6 - muito satisfeito; 7 - totalmente satisfeito).

E para mensurar o estresse no trabalho, será utilizada a Escala de Estresse no Trabalho (EET), elaborada e validada por Paschoal e Tamayo (2004), de fácil aplicação em diversos ambientes de trabalho e ocupações. Composta por 23 itens que formam um único fator, sendo que cada item aborda tanto um estressor (sobrecarga de trabalho, conflito entre papéis, ambiguidade de papéis, relacionamento interpessoal no trabalho, fatores de desenvolvimento na carreira e autonomia/controle no trabalho) quanto uma reação emocional a este. A percepção é vista como mediadora do impacto no ambiente de trabalho. Cada um dos 23 itens é composto por uma escala de cinco opções de resposta: 1 (discordo totalmente), 2 (discordo), 3 (concordo em parte), 4 (concordo), 5 (concordo totalmente).

O Nursing Work Index – Revised (NWI - R) será utilizado para avaliar determinadas características no ambiente de trabalho, é um dos instrumentos disponíveis na literatura internacional e que tem sido utilizado em diferentes culturas e em diferentes ambientes da prática profissional do enfermeiro.

O NWI - R é um instrumento composto por 57 itens, que tem por objetivo mensurar a presença de determinadas características do ambiente de trabalho que favorecem a prática profissional do enfermeiro. Desse total de itens, 15 foram distribuídos, de forma conceitual, em três subescalas: autonomia (4, 6, 17, 24 e 35), controle sobre o ambiente (1, 11, 12, 13, 16, 46 e 48) e relações entre médicos e enfermeiros (2, 27 e 39). Dentre esses 15 itens, dez foram agrupados para derivar a quarta subescala: suporte organizacional (1, 2, 6, 11, 12, 13, 17, 24, 27 e 48) (GASPARINO; GUIRARDELLO, 2009).



A escala de medida utilizada, também é a do tipo Likert que varia entre um e quatro pontos e quanto menor a pontuação, maior a presença de atributos favoráveis à prática profissional do enfermeiro. Os escores, para as subescalas, são obtidos pela média dos escores das respostas dos sujeitos, podendo variar entre um e quatro pontos (GASPARINO; GUIRARDELLO, 2009).

Para determinar a prevalência da SB, será utilizado um questionário autoaplicável composto por 22 questões, o instrumento Maslach Burnout Inventory – MBI, que avalia fatores como: Exaustão Emocional, Realização Profissional e Despersonalização, sendo estabelecida como a definição operacional padrão da síndrome de burnout na literatura. É a medida mais utilizada para a mensuração da síndrome, independentemente das características ocupacionais e da origem da amostra (MASLACH; JACKSON; LEITER, 1996).

As questões de 1 a 9 identificam o nível de exaustão emocional, da 10 a 17 estão relacionadas à realização profissional e as questões de 18 a 22 relacionam-se à despersonalização. Sendo os resultados obtidos conforme as seguintes pontuações: de 0 a 20 pontos que indica nenhum indício de burnout, de 21 a 40 pontos, possibilidade de desenvolver burnout, de 41 a 60 pontos, fase inicial do burnout, de 61 a 80 pontos, o burnout começa a se instalar, e de 81 a 100 pontos, você pode estar em uma fase considerável do burnout.

3 RESULTADOS

Os participantes desta pesquisa foram em torno de 40 profissionais enfermeiros dos setores de unidades intensivas e emergências, nos turnos manhã e tarde de quatro hospitais públicos da cidade do Recife.

Quanto ao perfil profissional, aqueles enfermeiros que possuía menos de três anos naquele setor não participava da coleta de dados, como também aqueles que estavam de férias.

Observou-se que os profissionais tinham pontos comuns ao preencher os instrumentos. Relatam que não possuem chance de ascensão na empresa hospitalar, o salário insatisfatório pelo cargo que exerce e pela capacitação que possui e exaustão pela sobrecarga da carga horária semanal.

4 CONCLUSÕES

A síndrome de *Burnout* como seu conceito já relata como é aquele profissional que não consegue completar uma atividade com devida satisfação, tem uma alta exaustão pela prática laboral.

Os profissionais enfermeiros por lidarem que fatores desgastantes rotineiramente, como vários empregos, sobrecarga de trabalhos, baixa renda salarial e muitas vezes execução de tarefas que não são suas, tornam-se fatores desencadeadores para a síndrome da estafa profissional se instaurar.

Estes profissionais abdicam de tempo para realizarem atividades físicas e/ou de lazer para trabalhar.

5 REFERÊNCIAS

BORGES, L. O. *et al.* Burnout e os Valores Organizacionais: um estudo comparativo em hospitais universitários. **Psicol Reflex Crit.** v. 15, n. 1, p. 189-200, 2002



COUTINHO, M. C. Sentidos do trabalho contemporâneo: as trajetórias identitárias como estratégia de investigação. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**, v. 12, n. 2, p. 189-202, 2009.

FREUDENBERGER, H. Staff burnout. **Journal of Social Issues**. v. 30, p.159-165, 1974.

GASPARINO, R. C.; GUIRARDELLO, EB. Tradução e adaptação para a cultura brasileira do 'Nursing Work Index – Revised'. **Acta Paul Enferm**. v. 22, n. 3, p. 281-7, 2009

MASLACH, C.; GOLDBERG, J. Prevention of Burnout: new perspectives. **Appl Prev Psychol**. v. 7, n. 1, p. 63-74, 1998.

MASLACH, C.; JACKSON, SE.; LEITER, MP. Maslach Burnout inventory. 3rd ed. **Palo Alto** (CA): Consulting Psychologists; 1996.

CANDIDO, J.; SOUZA, LR. Síndrome de Burnout: as novas formas de trabalho que adoecem. **Psicologia.pt**. 2016.

TRIGO, TR. et al. Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Revista Psiquiatria Clínica** 34 v(5) 223-233, 2007.

VOLPATO, DC.; GOMES, FB.; CASTRO, MA.; BORGES, SK.; JUSTO,T.;

BENEVIDES-PEREIRA, AMT. Burnout em profissionais de Maringá. **Revista Eletrônica InterAçãoPsy**. 2003;1(1):102-11.