

SÍNDROME DE *BURNOUT* EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Fernanda Cravo Teixeira de Oliveira¹

Sara do Nascimento Santos²

RESUMO

Objetivo: Identificar, na literatura científica, como a Síndrome de *Burnout* afeta o desempenho dos profissionais da área de Enfermagem em pesquisas publicadas nos últimos 10 anos. Método: Trata-se de uma revisão bibliográfica, com abordagem qualitativa do tipo de pesquisa exploratório, no qual foram selecionados dez artigos, disponíveis no Scientific Eletronic Library Online (SciELO), Google Acadêmico e Biblioteca Virtual da Saúde (BVS). Resultado: Através do descritor Síndrome de *Burnout*, foram encontrados 831 artigos. Aplicando os critérios de inclusão e exclusão, restaram 169 artigos, sendo utilizados dez artigos de acordo com o tema e idioma, publicados no Brasil no período de 2013 a 2023. Conclusão: diante do problema que afeta os profissionais de saúde, é necessário um enfoque no conhecimento da Síndrome e na conscientização para prevenir, criando implementações para evitar o mesmo.

Palavras-chave: Síndrome de *Burnout*; Fatores de Risco; Enfermagem.

BURNOUT SYNDROME IN NURSING PROFESSIONALS

ABSTRACT

Objective: To identify in the scientific literature how Burnout Syndrome affects the performance of Nursing professionals in research published in the last 10 years. Method: This is a bibliographical review, with a qualitative approach of the type of exploratory research, in which ten articles were selected, available in the Scientific Electronic Library Online (SciELO), Google Scholar and the Virtual Health Library (BVS). Result: Through the descriptor Burnout Syndrome, 831 articles were found, applying the inclusion and exclusion criteria, 169 articles remained, using ten articles according to the theme, language, published in Brazil in the period from 2013 to 2023. Conclusion: In the face of the problem that affects health professionals, it is necessary to focus on the knowledge of the Syndrome and on awareness to prevent it, creating implementations to avoid it.

Keywords: Burnout Syndrome; Risk factors; Nursing.

¹ Bacharel em Enfermagem. Especialista em Enfermagem em UTI pela Faculdade Atualiza. E-mail: fernanda.cdeoliveira@hotmail.com

² Bacharel em Enfermagem. Especialista em Enfermagem em UTI pela Faculdade Atualiza. E-mail: sara-nascimento368@gmail.com

1 INTRODUÇÃO

Os profissionais da área de saúde enfrentam diariamente situações de complexibilidade por estar lidando com sofrimento e buscando desenvolver mecanismos políticos, éticos e técnicos diante do cenário de pessoas debilitadas.

Com isso, os profissionais da área de saúde estão expostos a condições estressantes que ocasionam problemas em sua saúde de forma direta e impactando na sua área de atuação. O trabalho é um mecanismo primordial à vida do ser humano, que permite posição fundamental de realizações pessoais, interpersonais com os colegas de trabalho e necessidades básicas de sobrevivência. (Ribeiro *et al.*, 2021).

Esse padrão de vida exercido pelo profissional da área de saúde ocasiona desgaste. A alta intensidade de atividades, que estabelecem efeitos decorrentes ao cansaço de forma excessiva, causa no profissional uma falta de equilíbrio emocional e desinteresse, desenvolvendo problemas de saúde como estresse e desequilíbrio emocional. (Santos *et al.*, 2022)

Na década de 1960, foram elaborados os primeiros estudos sobre a síndrome, tornando-se mais considerável e conhecida no Brasil. No ano de 1970, foi caracterizada como doença relacionada ao trabalho. De acordo com Fabichak, Silva- Júnior e Marrone, os médicos, enfermeiros e residentes apresentam 50 a 74% da Síndrome de *Burnout* em estudos internacionais e 78,4% nos residentes médicos de várias especialidades no Brasil. (Mucci; Jarruche, 2021).

Inúmeros problemas podem ser encontrados em casos de profissionais que desenvolvem a *Síndrome de Burnout*. Os Enfermeiros são frequentemente expostos à sobrecarga física e mental nas demandas de seu trabalho, jornada de trabalho extensa, duplicada e, às vezes, acompanhada de plantões. Isso causa problemas na vida do profissional, atrapalhando seu desempenho no emprego, podendo,

assim, atingir os pacientes e problemas para a instituição como um todo, pois esta síndrome envolve a causa de absenteísmo, gerando prejuízos financeiros e organizacionais à instituição (Oliveira *et al.*, 2017).

Neste sentido, questiona-se: Como a Síndrome de *Burnout* afeta o desempenho dos profissionais de Enfermagem? É possível notar a extrema importância em conhecer essa síndrome e os fatores que contribuem para o esgotamento profissional na área da saúde: é a exigência de cuidar do outro, seja ele paciente, familiar ou colega de trabalho, em situações muitas vezes difíceis e desgastantes. Os profissionais precisam lidar com questões de vida ou morte, dores e sofrimentos, demandas urgentes e excesso de responsabilidades, o que pode levar ao desenvolvimento de sintomas de depressão, ansiedade e estresse pós-traumático (Santos *et al.*, 2022).

Além disso, a falta de recursos e suporte adequado para lidar com essas demandas, a pressão por resultados rápidos e eficazes, a sensação de sobrecarga de trabalho e a falta de reconhecimento e valorização das atividades realizadas também são fatores que contribuem para o esgotamento profissional na área da saúde (Oliveira *et al.*, 2017).

Para construção deste trabalho, temos como objetivo geral: Identificar, na literatura científica, como a Síndrome de *Burnout* afeta o desempenho dos profissionais da área de Enfermagem em pesquisas publicadas nos últimos 10 anos. E como objetivos específicos: Explorar, na revisão de literatura, a relação da Enfermagem e a Síndrome de *Burnout* e descrever sobre como é o método de Avaliação de *Burnout*, segundo o Maslach Burnout Inventory.

Tem-se como justificativa que a pesquisa tem grande importância para os profissionais de diversas áreas de atuação e também o público acadêmico que busca aprofundar o conhecimento sobre esse assunto, uma vez que, aqui no Brasil, a literatura sobre o tema ainda é muito escassa e assim

ser possível nortear o entendimento do que é a Síndrome de *Burnout*.

Destaca-se que, no momento temporal, estamos enfrentando um alto índice de desemprego, as condições de trabalho impostas, caracterizadas pelo aumento das pressões produtivas, isolamento gerados pelas novas relações competitivas e de busca de destaque para manutenção do emprego, quanto mais intensas e precárias, mais desgastam o trabalhador (Oliveira *et al.*, 2017).

Diante do exposto, é possível notar a extrema relevância em conhecer o que é a Síndrome de *Burnout* e as suas características. Como fazer a prevenção pode ser um determinante de sucessos na melhora da qualidade de vida dos profissionais de saúde, fazendo com que a população adquira conhecimento acerca da síndrome, podendo contribuir para o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento que irão minimizar os riscos de desenvolvimento da mesma (Oliveira *et al.*, 2013).

2 METODOLOGIA

A fim de entender mais sobre a Síndrome de *Burnout*, optou-se pelo estudo do tipo exploratório e de abordagem qualitativa. Através desse estudo, será identificado o que já foi publicado sobre o tema, tornando-se um referencial para fundamentar teoricamente o projeto através de uma revisão bibliográfica.

Como instrumento de coleta de dados, foram utilizados artigos investigados nas bases de dados: SCIELO (Scientific Electronic Library Online), Google Acadêmico e BVS (Biblioteca Virtual da Saúde). Como critério de inclusão, os trabalhos no idioma português, dos anos de 2013 a 2023, por cobrir a investigação mais recente nos últimos dez anos, completos e na íntegra, de acesso gratuito. Como descritores oficiais do DEC s: Síndrome de *Burnout*, Fatores de risco e Enfermagem que serão investigados “AND” e “OR, de acordo com os objetivos deste estudo.

Foram utilizados como critérios de exclusão estudos com apenas o resumo ou estudos que não foram disponibilizados na íntegra e de acesso pago, idiomas diferentes do português, que não fossem publicados no período de 2013 a 2023 e, ainda, artigos que não tivessem relacionados ao tema.

Ao se investigar associando os descritores Síndrome de *Burnout*, Profissionais de saúde e Enfermagem, foram encontrados 831 artigos.

Depois de aplicar os filtros e os critérios de inclusão e exclusão, restaram 169 artigos, que, após leitura minuciosa e temática de acordo com os objetivos do estudo e artigos que não estão relacionados diretamente com a temática proposta, restaram 10 artigos.

A classificação temática emergiu da análise temática dos estudos encontrados nas bases de dados investigadas, sendo considerados para este estudo as seguintes categorias: A Enfermagem e a Síndrome de *Burnout*, método de avaliação do *Burnout* e fatores preditores e sinais e sintomas.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao longo do tempo, o universo do trabalho tem suportado diversas modificações decorrentes do processo de globalização, fazendo com que ocorra uma extensão dos equipamentos tecnológicos, concorrência e perda do sentimento de coletividade tornando o ambiente profissional um lugar não propiciador da satisfação. E essa situação tem demandado notáveis proporções de desgaste físico e emocional nos trabalhadores (Neves; Oliveira; Alves, 2014).

A Síndrome de *Burnout* (SB), chamada também de esgotamento profissional, era diagnosticada exclusivamente em profissionais que trabalhavam em contato direto com pessoas. A síndrome é caracterizada por resposta a fatores crônicos de estresse emocional e interpessoal no trabalho. Os profissionais de saúde, em sua maioria, eram os mais afetados, porém, atualmente, a Síndrome de

Burnout estendeu-se a variados tipos de profissão (Fernandes; Nitsche; Godoy, 2017).

Em conformidade com a concepção social-psicológica, a Síndrome de *Burnout* é constituída por três fundamentos centrais ou dimensões. Entre eles, a exaustão emocional refere-se às sensações de estar além dos limites, em que os trabalhadores apresentam desgaste emocional, esvaziamento afetivo, falta ou carência de força e entusiasmo, sentimento de esgotamento, despersonalização caracterizada pela reação negativa, insensível ou excessivamente desligado, diminuição da realização pessoal no trabalho, caracterizada por sensações de incompetência e uma falta de realização e produtividade no trabalho fazendo com que o profissional se autoavale de forma negativa, apresentando sentimento de infelicidade consigo (Neves; Oliveira; Alves, 2014).

3.1 A ENFERMAGEM E A SÍNDROME DE BURNOUT

A Enfermagem caracteriza-se pela prestação de assistência e cuidado intenso aos pacientes, estando sempre em contato direto e diário com os clientes e familiares. Rotineiramente, a Enfermagem possui, em seu âmbito de trabalho, a finalidade de garantir o bem-estar físico e emocional dos usuários dos serviços de saúde (Oliveira et al., 2017).

Em busca de reconhecimento, valorização e aumento no pagamento, os profissionais de Enfermagem, durante o percurso, acabam encontrando algumas dificuldades, como, por exemplo, a desmotivação, o que causa uma má execução das tarefas. Diante disso, o profissional que é acometido pelo *Burnout* projeta uma visão distorcida para pacientes e colegas de profissão, sendo visto como um mau profissional por transparecer frieza e indiferença frente ao sofrimento e à morte, já que a humanização da assistência prestada aos usuários do serviço de saúde é de suma importância (Oliveira et al., 2017).

A Síndrome de *Burnout* não pode ser confundida com estresse. Este acontece devido aos ataques que perturbam a estabilidade interna do ser humano, já o *Burnout* é o estresse laboral crônico, que

provoca ações e mudanças comportamentais negativas em relação ao trabalho. No caso da equipe de Enfermagem, pode causar graves problemas aos pacientes, à organização, aos familiares e ao próprio trabalho (Portela et al., 2015).

3.2 MÉTODO DE AVALIAÇÃO DO BURNOUT

A avaliação do *Burnout* é de extrema relevância em profissionais de Enfermagem. Alguns Enfermeiros que se encontram com elevada realização profissional podem não estar vivendo em um sistema fechado, onde, no trabalho, vivem em um ambiente de comunicação limitada, podendo surgir consequências, como esquecimento ou deixar de lado suas próprias atividades (Oliveira; Costa; Santos, 2013).

Síndrome de *Burnout*, ou a chamada de Síndrome do Esgotamento Profissional, é considerada uma doença ocupacional com sintomas de exaustão, estresse e cansaço físico como resultado de condições de trabalho fatigante, desenvolvida em qualquer profissional. Nos profissionais de Enfermagem, porém, a predisposição é encontrada mais naqueles que trabalham nos serviços de urgência e emergência. Isso ocorre devido à exigência de atender a pacientes com quadros agudos, traumas, entre outros problemas, o que acarreta sofrimento, falta de capacitação e levando até à morte do paciente (Portela, 2015).

Foram realizadas pesquisas em diversas partes do mundo que apresentam credibilidade, permitindo que a Síndrome de *Burnout* seja rastreada e acompanhada sobre suas circunstâncias e seus progressos. A ferramenta mais utilizada para medir *Burnout* – a Maslach Burnout Inventory (MBI) – foi elaborada para detectar a síndrome, seus riscos e suas características (Campos et al., 2020).

Em 1981, foi elaborada a escala por Maslach e Jackson, validada para o Brasil por Loutert, em 1995, Tamayo, em 1997, e Benevides-Pereira em 2001. É uma ferramenta autoaplicável que possui 22 questões divididas em três subgrupos, sendo eles: exaustão emocional, despersonalização e realização profissional. É elaborada com frases sobre

sentimento e comportamento do profissional em relação ao seu trabalho (Campos *et al.*, 2020).

3.3 FATORES PREDITORES E SINAIS E SINTOMAS

Os fatores preditores são causados com excesso de trabalho, falta de autonomia na tomada de decisões, falta de reconhecimento e apoio por parte da organização, ambientes de trabalho tóxicos e conflituosos também contribuem para o desenvolvimento de *Burnout*. É importante destacar que cada indivíduo reage de forma diferente às pressões do trabalho e que alguns podem ser mais vulneráveis ao *Burnout* do que outros. Por isso, é fundamental que as organizações estejam atentas ao bem-estar de seus colaboradores e promovam práticas saudáveis para prevenir e tratar essa síndrome (Oliveira *et al.*, 2017).

Os sinais e sintomas da Síndrome de Burnout são classificados em quatro classes e caracterizados por diversos sintomas. Dentro dessas quatro classes, temos os sintomas físicos, que incluem a fadiga constante, alteração do sono, falta de apetite prejudicado e dores musculares generalizadas ou inespecíficas, disfunções respiratórias e cardiovasculares, como cefaleia e alterações hormonais. Os psíquicos: falta de atenção, ansiedade, desânimo, apatia, angústia, baixa autoestima, depressão, impaciência. Os sintomas comportamentais: negligência, irritabilidade, diminuição da capacidade de concentração, más relações com colegas de trabalho, necessidade de descanso, perda de iniciativa, agressividade em alguns casos, resistência às mudanças e, para finalizar, os sintomas defensivos: sentimento de incapacidade, isolamento, desinteresse pelo trabalho (Santos *et al.*, 2022).

Quadro 1: Síntese das variáveis avaliadas e resultados significativos dos achados sobre a Síndrome de *Burnout* em profissionais de Enfermagem. (continua)

AUTOR/ANO	TIPO DE PUBLICAÇÃO	TÍTULO	OBJETIVO DO ESTUDO
Campos, ICM; Pereira, SS; Schiavon, ICA; Alves, M. (2020).	Artigo científico	<i>Maslach burnout inventory - human services survey (Mbi-hss):</i> revisão integrativa de sua utilização em pesquisas brasileiras	Analisar o emprego da <i>Maslach Burnout Inventory - Human Services Survey</i> em pesquisas brasileiras sobre a Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais de saúde.
Santos, BLF. <i>et al.</i> (2022).	Artigo científico	Síndrome de <i>Burnout</i> entre profissionais de Enfermagem	Analisar as produções científicas disponíveis na literatura sobre a prevalência da Síndrome de <i>Burnout</i> nos profissionais da equipe de Enfermagem.
Fernandes, LS; Nitsche, MJT; Godoy, I. (2017).	Artigo científico	Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais de Enfermagem de uma unidade de terapia intensiva	Avaliar a associação entre a categoria profissional de Enfermagem e a ocorrência da Síndrome de <i>Burnout</i> na UTI Adulto de um hospital público de alta complexidade.
Jarruche, LT; Mucci, S. (2021).	Artigo científico	Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais da saúde: revisão integrativa	Investigar o campo de pesquisas brasileiras sobre a Síndrome de <i>Burnout</i> .

Quadro 1: Síntese das variáveis avaliadas e resultados significativos dos achados sobre a Síndrome de *Burnout* em profissionais de Enfermagem. (conclusão)

AUTOR/ANO	TIPO DE PUBLICAÇÃO	TÍTULO	OBJETIVO DO ESTUDO
Ribeiro, EKA. <i>et al.</i> (2021).	Artigo científico	Influência da Síndrome de <i>Burnout</i> na qualidade de vida de profissionais da Enfermagem: estudo quantitativo	Estimar a prevalência e fatores associados à Síndrome de <i>Burnout</i> e qualidade de vida entre profissionais de Enfermagem.
Neves, VF; Oliveria, AF; Alves, PC. (2014).	Artigo científico	Síndrome de <i>Burnout</i> : Impacto da Satisfação no trabalho e da percepção de suporte organizacional	Analisar a relação entre satisfação no trabalho, percepção de suporte organizacional e Síndrome de <i>Burnout</i> , propondo um modelo de investigação em que as duas primeiras variáveis seriam antecedentes desta última.
Oliveira, RF; Lima, GG; Vilela, GS. (2017).	Artigo científico	Incidência da Síndrome de <i>Burnout</i> nos profissionais de Enfermagem: Uma Revisão Integrativa	Explorar as produções científicas disponíveis, analisando a incidência da Síndrome de <i>Burnout</i> nos profissionais da área da Enfermagem.
Oliveira, RKM; Costa, TD; Santos, VEP. (2013).	Artigo científico	Burnout syndrome in nursing: an integrative review	Analisar como os estudos científicos descrevem a Síndrome de <i>Burnout</i> em Enfermeiros.
Portela, NLC. <i>et al.</i> (2015).	Artigo científico	Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais de Enfermagem de serviços de urgência e emergência	Analisar como os estudos científicos descrevem a Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais de Enfermagem de serviços de urgência e emergência.
Schmidt, DRC. <i>et al.</i> (2013).	Artigo científico	Qualidade de vida no trabalho e <i>Burnout</i> em trabalhadores de Enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva	Avaliar a qualidade de vida no trabalho e a presença da Síndrome de <i>Burnout</i> entre profissionais de Enfermagem da Unidade de Terapia Intensiva.

Fonte: elaborado pelos Autores.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em resumo, a Síndrome de *Burnout* é um problema complexo que afeta especialmente os profissionais da saúde, como a Enfermagem. É preciso aumentar o conhecimento e a conscientização sobre essa síndrome para preveni-la e tratá-la adequadamente. Além disso, é necessário desenvolver

estratégias para minimizar seus efeitos no ambiente organizacional, melhorando a qualidade de vida e a saúde do trabalhador e, por consequência, dos pacientes.

No entanto, é importante destacar que a Síndrome de *Burnout* não deve ser banalizada e associada a qualquer insatisfação profissional, uma vez que

existem critérios definidos para o seu diagnóstico. É necessário que haja mais investigações e análises sobre o processo de trabalho da Enfermagem para que esses profissionais sejam reconhecidos e cuidados.

Diante do exposto, percebe-se a importância da abordagem a esse tema, enfatizando-se a necessidade do conhecimento dos profissionais de Enfermagem. A falta de recursos e suporte adequados para lidar com essas demandas, a pressão por resultados rápidos e eficazes, a sensação de sobrecarga de trabalho e a falta de reconhecimento e valorização das atividades realizadas também são fatores que contribuem para o esgotamento profissional na área da saúde.

É indispensável salientar que novos estudos são necessários a fim de entender melhor sobre a temática apresentada, no intuito de encontrar métodos cada vez mais eficazes de intervenção que realmente ofereçam o devido preparo a todos os envolvidos.

REFERÊNCIAS

CAMPOS, Isabella Cristina Mores et. al. *Maslach burnout inventory - human services survey (Mbi-hss): revisão integrativa de sua utilização em pesquisas brasileiras. Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, Umuarama, v. 24, n. 3, p. 187-195, set./dez. 2020. Disponível em: <<https://ojs.revistasunipar.com.br/index.php/saude/article/view/7875/4007>>. Acesso em: 03 maio 2023.

FERNANDES, Larissa Santi; NITSCHKE, Maria José Trevizani; GODOY, Ilda de. Síndrome de *Burnout* em profissionais de Enfermagem de uma unidade de terapia intensiva. **Revista de Pesquisa: cuidado é fundamental online**, [s.l.], v. 9, n. 2, p.551557, 11 abr. 2017. Disponível em: <[Http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/4199/pdf_1](http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/4199/pdf_1)>. Acesso em: 02 maio 2023.

JARRUCHE, Layla Thamm; MUCCI, Samantha. Síndrome de *Burnout* em profissionais da saúde: revisão integrativa. **Rev. Bioét.** v. 29, n. 1, Jan-Mar 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/bioet/a/RmLXkWCv3RGmKsQYVDGGpG/?lang=pt>>. Acesso em: 05 maio 2023.

NEVES, Vanessa Faria; OLIVEIRA, Áurea de Fátima; ALVES, Priscila Castro.

Síndrome de *Burnout*: Impacto da Satisfação no Trabalho e da Percepção de Suporte Organizacional. Psico, Porto Alegre, v. 1, n. 45, p.45-54, jan-mar. 2014. Acesso em: 05 maio 2023.

OLIVEIRA, Ramonyer; COSTA, Théo; SANTOS, Viviane. Burnout syndrome in nursing: an integrative review. **Revista de Pesquisa: cuidado é fundamental online**, [s.l.], p.3168-3175, 1 jan. 2013. Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/1409/pdf_68>. Acesso em: 04 maio 2023.

OLIVEIRA, Raquel Fátima de et al. Incidência da Síndrome de *Burnout* nos Profissionais de Enfermagem: Uma Revisão Integrativa. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**. v. 7, n.1383, 2017. Disponível em: <<http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/1383/1579>>. Acesso em: 05 maio 2023.

PORTELA, Nytale Lindsay Cardoso et al. Síndrome de *Burnout* em profissionais de Enfermagem de serviços de urgência e emergência. **Revista de Pesquisa: cuidado é fundamental online**, [s.l.], v. 7, n. 3, p.2749-2760, 1 jul. 2015. Disponível em:<http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/3822/pdf_16>. Acesso em: 06 maio 2023.

RIBEIRO, Emelly Kerolayne do Amaral et al. Influência da Síndrome de *Burnout* na qualidade de vida de profissionais da Enfermagem: estudo quantitativo. **Rev. Bras. Enferm.** v. 74, n. 3, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reben/a/gQKZSHwTCvmhM6xbcjtHj-gq/?lang=pt>>. Acesso em: 06 maio 2023.

SANTOS, Bianca Leslie dos et al. Síndrome de *Burnout* entre profissionais de enfermagem. **Enferm Foco**. v. 13, 2022. Disponível em: <https://enfermfoco.org/wp-content/uploads/articles_xml/2357-707X-enfoco-13-spe1-e-202240spe1/2357-707Xenfoco-13-spe1-e-202240spe1.pdf>. Acesso em: 05 maio 2023.

SCHMIDT, Denise Rodrigues Costa et al. Qualidade de vida no trabalho e *Burnout* em trabalhadores de Enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva. **Rev. bras. enferm.** Brasília, v. 66, n. 1, p. 13-17, fev. 2013. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reben/a/rVt-wWtKF8LZ3bww3WGSdxND/?lang=pt>>. Acesso em: 06 maio 2023.