

# **SÍNDROME DE BURNOUT E PROFISSIONAIS DA SAÚDE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

---

Candice Karen de Oliveira Lira

Layla Christina de Oliveira Lira

Gleybson Felipe Marinho da Silva

---

*União de Ensino Superior de Campina Grande – FAC – CG*

Candice.karen@hotmail.com

---

A Síndrome de *Burnout* tem sido tema de grandes discussões e reflexões por parte de profissionais da educação, da saúde e também na sociedade. Nota-se que o desgaste físico e emocional, em parte dos profissionais que trabalham na área da saúde, tem crescido de forma considerável nas últimas décadas. Pesquisas mostram que a dupla jornada, serviços públicos precários, profissionais insatisfeitos com as condições laborais e desvalorização profissional, além de um conteúdo de trabalho constituído, primordialmente, pelo cuidado do outro – fatores de risco para o desenvolvimento da Síndrome (Silveira; Câmara; Amazarray, 2014).

Ainda, segundo Silveira, Câmara e Amazarray (2014), a insuficiência de recursos para atender a demanda e o ceticismo dos profissionais quanto aos objetivos da instituição na qual estão inseridos, em si tratando do serviço público de saúde, só reforçam o aparecimento da Síndrome de *Burnout*.

De acordo com Benevides-Pereira (2002), o *burnout*, é visto como um fenômeno psicossocial e está relacionado a três dimensões: exaustão emocional (fadiga e depressão), despersonalização (ou cinismo) e sentimento de baixa realização profissional. Destas três dimensões, segundo a autora, a mais acentuada em ocorrência é justamente, a exaustão emocional, tendo em vista o sentimento de ter chegado ao limite de suas possibilidades.

Relaciona-se com o mundo do trabalho, com o tipo de atividade laboral do indivíduo, é a resposta a um estado prolongado de estresse, ocorre pela cronificação deste, quando os métodos de enfrentamento falharam ou foram insuficientes. Enquanto o estresse pode apresentar aspectos positivos ou negativos, o *burnout* tem sempre um caráter negativo, o *distresse* (YAEGASHI, BENEVIDES-PEREIRA; ALVES, 2013).

As exigências aos profissionais da saúde (médicos, enfermeiros e auxiliares de enfermagem) têm crescido nos últimos anos, desde sua adesão às novas tecnologias até os novos papéis a eles impostos. Por isso, muitos não suportam e acabam adoecendo.

Segundo Lago e Codo (2010) uma percentagem considerável de profissionais de saúde evidenciando reações adversas ao stress, que afetam a sua saúde física e mental, põem em risco o seu bem-estar pessoal e a sua capacidade de oferecer cuidados adequados. Não são apenas os fatores organizacionais ou o local de trabalho que contribuem para o estresse e o adoecimento dos profissionais de saúde, mas também os aspectos relacionados ao tipo de

trabalho dos mesmos, pois estão em contato constante com a morte, a vida e o sofrimento humano.

O objetivo deste artigo é realizar uma revisão sistemática da literatura brasileira sobre Síndrome de *Burnout* em profissionais da área de saúde. Para tanto, as questões norteadoras da pesquisa foram: Quais os profissionais que mais são acometidos pela Síndrome de *Burnout*? A jornada de trabalho (em horas) do profissional da saúde tem incidência na manifestação da Síndrome de *Burnout*? Quais os índices de exaustão emocional, despersonalização e de realização profissional em profissionais da saúde brasileiros? Existe um perfil pessoal para predisposição à Síndrome de *Burnout* nestes profissionais?

## **Método**

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica do tipo revisão sistemática descritiva. A escolha por esse referencial metodológico se deu por esta ser uma possibilidade de maximizar o potencial de uma busca, encontrando o maior número possível de resultados de uma maneira organizada. O “resultado não é uma simples relação cronológica ou uma exposição linear e descritiva de uma temática, pois a revisão sistemática deve se constituir em um trabalho reflexivo, crítico e compreensivo a respeito do material analisado” (FERNANDEZ-RIOS; BUEKA-CASAL, 2009 apud COSTA; ZOLTOWSKI, 2014, p. 56).

Utilizamos para essa pesquisa artigos científicos, escritos em Língua Portuguesa, publicados na íntegra na base de dados da Scielo, Lilacs (através do BIREME) optamos por essas bases de dados por nos possibilitar um alcance maior em artigos. A busca nestes bancos de dados, utilizando os descritores “Síndrome de *Burnout*”, “*Burnout* e “profissionais da saúde” e “saúde mental em profissionais da saúde”.

Os critérios de inclusão foram artigos e/ou dissertações empíricos, em Língua Portuguesa, publicados nos últimos cinco anos (2011-2017), que englobassem profissionais de saúde de forma geral. Os artigos e/ou dissertações que não se encaixaram nesses critérios foram excluídos, o que possibilitou um total de apenas duas publicações a serem analisadas.

## **Resultados e Discussão**

### **Dados Gerais**

A busca no banco de dados resultou em apenas duas publicações que atenderam aos critérios de inclusão (SANTOS, 2015; DEUERLING; DALLACOSTA, 2016), sendo desconsideradas as demais por não atenderem de forma satisfatória aos critérios estabelecidos.

Na pesquisa “*Burnout*: um estudo em profissionais de saúde” (SANTOS, 2015), foram aplicados com 117 profissionais de saúde que desempenham funções em dois hospitais da região de saúde de Lisboa e Vale do Tejo. Os instrumentos utilizados foram: o *Human Services Survey – Maslach Burnout Inventory* e um conjunto de questões para avaliar os fatores sociodemográficos. Os resultados não revelaram níveis significativos da Síndrome de *Burnout*.

O artigo “Estresse e Síndrome de *Burnout* em profissionais da saúde”, (DEUERLING; DALLACOSTA, 2016) teve como participantes 38 profissionais de Catanduvas, região Meio Oeste do Estado de Santa Catarina. O município é atendido por três equipes de ESFs, compostas por médico, enfermeiro, técnicos de enfermagem, agentes comunitários, odontólogos, psicólogo, fonoaudiólogo, farmacêutico e auxiliares de serviços gerais, lotados em Unidades Básicas de Saúde da Família (UBSF).

Para análise de *Burnout*, utilizou-se o *Maslach Inventory Burnout* (MBI). Para análise do estresse foi utilizado o Questionário de Stress nos Profissionais de Saúde (QSPS). Esta escala pretende avaliar as potenciais fontes de estresse no exercício da atividade laboral de profissionais da área da saúde (independentemente do contexto, área e/ou domínio de atividade).

### **Instrumentos Utilizados na Pesquisa Sobre *Burnout***

A busca nos artigos pesquisados revelou que os estudos tiveram como parâmetros semelhantes alguns instrumentos, dentre eles o questionário sociodemográfico, buscando dados como: sexo, idade, profissão, tempo de serviço, renda, dentre outros.

O instrumento *Maslach Burnout Inventory* (MBI), criado por Maslach e Jackson em 1978, tendo sido traduzido e adaptado em vários idiomas, foi utilizado para avaliar *Burnout* tanto nos estudos de Santos (2015) quanto nos estudos de Deuerling e Dallacosta (2016).

Um indivíduo está acometido por *burnout* quando apresenta elevados escores em Exaustão e em Despersonalização, seguidos de baixos escores em Realização Profissional, visto que nessa última dimensão a escala de pontuação é invertida. As pesquisas nos referidos artigos trabalharam apenas com dados quantitativos.

### **Relação entre Carga Horária e Incidência da Síndrome de *Burnout***

Com relação à jornada de trabalho o que podemos verificar nas pesquisas foi que o número de horas trabalhadas por dia, os profissionais que trabalham de 8 a 10 horas por dia apresentam maiores níveis de realização pessoal, o inverso aplica-se aos profissionais que trabalham mais de 10 horas diariamente, que apresentam baixos níveis de realização pessoal (SANTOS, 2015).

A pesquisa de Deuerling e Dallacosta (2016), não faz referência à carga horária de trabalho e a incidência da Síndrome de *Burnout*, deixando assim essa lacuna.

### **Índices de *Burnout* a partir das Dimensões Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Profissional**

De acordo com a pesquisa de Santos (2015), no que concerne à análise do *Burnout*, onde pretendam analisar se os profissionais de saúde apresentavam níveis elevados de *Burnout* nas dimensões de exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal, ficou constatado que os profissionais não apresentam níveis significativos de *Burnout* em nenhuma das dimensões. Não corroborando com Maslach et. al. (1996), que afirmam que se as subescalas de exaustão emocional e despersonalização apresentam valores altos e a subescala de realização pessoal possui um valor baixo, o nível de *Burnout* é elevado e os profissionais neste quadro são considerados acometidos pela Síndrome. Assim sendo, constatou-se que a primeira hipótese desse estudo foi rejeitada.

Já a pesquisa de Deuerling e Dallacosta (2016), teve como resultados: 34,2% apresentaram valores altos para despersonalização e exaustão emocional, e reduzida realização pessoal, qualificando-os em *Burnout* e 8% estão com estresse elevado. A presente pesquisa ainda analisou os índices de estresse e trouxe como resultados que: 34% encontram-se muito estressados, 61% com estresse moderado e 5% com pouco estresse. A carreira e remuneração foram os estressores mais relevantes, seguida de lidar com clientes. O favoritismo e/ou discriminação no trabalho foi considerada por 84% dos profissionais a fonte de estresse geradora de maior pressão.

### **Perfil de Risco à Síndrome de *Burnout***

Há pesquisa nos artigos nos trouxe entre alguns aspectos do perfil de risco em relação à incidência do *Burnout* em docentes, como a maior probabilidade em profissionais do de ambos os sexos – com idade abaixo de 40 anos, sem relacionamento conjugal estável.

Segundo Maslach et. al. (2001) e Benevides-Pereira (2002), a existência de um relacionamento afetivo estável torna o indivíduo menos propenso ao *burnout*, ao contrário dos solteiros (as), viúvos (as) e divorciados (as).

Em relação à carga horária percebeu-se que são os profissionais que trabalham de 8 a 9 horas por dia que apresentam maior realização profissional, ao contrário dos que trabalham mais de 10 horas diariamente que apresentam baixos níveis de realização profissional (SANTOS, 2015). Para Carlotto (2011) uma carga horária excessivamente longa e cansativa contribui para o sentimento de falta de realização pessoal do profissional.

Além das dimensões analisadas, os autores dos artigos pesquisados ainda trazem outros aspectos relevantes considerados como sendo mais agravantes no processo de adoecimento e conseqüente acometimento da Síndrome de *Burnout*, como: o excesso de trabalho; a relação, muitas vezes desgastante, com os pacientes, a família destes e os colegas de trabalho; a baixa remuneração; a falta de reconhecimento e a sobrecarga de trabalho.

## **Conclusões**

As pesquisas analisadas neste artigo, realizadas com profissionais da Área de Saúde, mostraram que, de fato, a incidência da Síndrome de *Burnout* tem acometido vários destes, trazendo prejuízos à sua prática, como também à sua vida como ser no mundo.

Há necessidade de que seja propiciada uma melhor qualidade de trabalho para os profissionais da área de saúde, principalmente quando se tratar de saúde pública, uma vez que o estresse e a *Burnout* interferem de forma significativa na relação profissional-paciente e, conseqüentemente, no processo de tratamento.

As reflexões e ações geradas devem visar à busca de alternativas para possíveis modificações, não só na esfera microssocial de seu trabalho e de suas relações interpessoais, mas também na ampla gama de fatores macroorganizacionais que determinam aspectos constituintes da cultura organizacional e social na qual o sujeito exerce sua atividade profissional (CARLOTTO; PALAZZO, 2006).

Por fim, ao se constatar que a Síndrome de *Burnout* pode afetar a prestação do serviço e a qualidade das atividades desenvolvidas, julga-se necessário pesquisar essa síndrome em profissionais da saúde, considerando todo o contexto em que estes estão inseridos, tendo em vista a escassez de pesquisas nessa área, na nossa região.

Faz-se necessário o aprofundamento dos estudos nessa área, inclusive por profissionais da área de Psicologia e da Saúde, tendo em vista a escassez de materiais nessa área e por esta ser uma ciência que lida com o ser humano em sua dimensão.

## Referências

AGOSTINI, Marcia. In.: Andrade, A., Pinto, S. C., Oliveira, R. S., orgs. **Animais de Laboratório: criação e experimentação [online]**. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2002. 388 p. ISBN: 85-7541-015-6. Disponível em: <http://books.scielo.org/id/sfwjtj/pdf/andrade-9788575413869-46.pdf> Acesso em: 25 MAR 2017

BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria T. (orgs.). **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

BERBETZ, Ricardo Antônio. **Aspectos gerais da síndrome de burnout como acidente de trabalho**. In: *Âmbito Jurídico*, Rio Grande, XVIII, n. 136, maio, 2015. Disponível em: [http://www.ambitojuridico.com.br/site/?n\\_link=revista\\_artigos\\_leitura&artigo\\_id=15966](http://www.ambitojuridico.com.br/site/?n_link=revista_artigos_leitura&artigo_id=15966). Acesso em: 25 MAR 2017

Brasil. **Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990**. Casa Civil: Sub chefia de assuntos jurídicos, 1990. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/L8080.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L8080.htm). Acesso em: 25 MAR 2017

CAMPOS, Eugênio Paes, et al. Equipes do programa saúde da família: estresse profissional e dinâmica de trabalho. **Rev. APS**, Juiz de Fora, v. 13, n. 1, p. 46-54, jan./mar. 2010. Disponível em: <https://aps.ufjf.emnuvens.com.br/aps/article/view/386>. Acesso em: 25 MAR 2017

CARLOTTO, Mary Sandra. A Síndrome de Burnout e o Trabalho Docente. (v.7, n.1, p. 21-29, jan./jun, 2002. Maringá: **Psicologia em Estudo**. Disponível em: <http://scielo.br/pdf/pe/v7n1/v7n1a03.pdf>. Acesso em: 25 MAR 2017

\_\_\_\_\_. Fatores de risco da síndrome de burnout em técnicos de enfermagem. **Rev. SBPH**, Dez. 2011, vol.14, no. 2, p.07-26. ISSN 1516-0858

COSTA, Angelo B.; ZOLTOWSKI, Ana Paula Couto. Como escrever um artigo de revisão sistemática. In Koller, Silvia Helena; Couto, M. C. P. P. & Hohendorff, Jean Von. **Manual de produção científica**. Porto Alegre: Penso, 2014.

DEUERLING, Liliane; DALLACOSTA, Fabiana, M. **Estresse e Síndrome de Burnout em Profissionais da Saúde**. Uniedu, 2016. Disponível em: <http://www.uniedu.sed.sc.gov.br/wp-content/uploads/2016/09/unoesc-Liliane-Deuerling.pdf>. Acesso em: 25 MAR 2017

GOMES, Antônio A. Trabalho Docente e Identidade Profissional: expectativas e conflitos do “ser professor”. (p. 45-74). Guimarães, C. M., di Giorgi, C. A. G., Menin, M. S. S. (orgs.). **Os professores e o cotidiano escolar: múltiplos desafios, múltiplos caminhos**. Campinas – SP: Mercado das Letras, 2011.

LAGO, Kennyston C.; CODO, Wanderley. **Fadiga por Compaixão: O Sofrimento dos profissionais em saúde**. 1ª ed. Petrópolis: Vozes, 2010.

MERLO, Alvaro Roberto Crespo; BOTTEGA, Carla Garcia; PEREZ, Karine Vanessa. (orgs.). **Atenção ao sofrimento e ao adoecimento psíquico do trabalhador e da trabalhadora: cartilha para profissionais do Sistema Único de Saúde – SUS**; il. Augusto Franke Bier – Porto Alegre: Evangraf.p. 2, 2014. Disponível em: <http://www.norminha.net.br/Arquivos/Arquivos/Atenoaosofrimentoeaoadoecimentopsquicodotrabalhadoredatrabalhadora.pdf>. Acesso em: 25 MAR 2017

RIBEIRO, Rafael Nogueira. **Síndrome de Burnout em profissionais da saúde de um serviço especializado em um hospital geral público**. Porto Alegre, 2011. Disponível em: [https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/6506/1/TCC%20Rafael\\_de\\_Nogueira.pdf](https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/6506/1/TCC%20Rafael_de_Nogueira.pdf). Acesso em: 20 ABR 2017.

SANTOS, Rebecca Natallie D. dos. **Burnout: um estudo em profissionais da saúde**. Setúbal, 2015. Disponível em: [https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/10513/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o%20de%20mestrado\\_RebeccaSantos.pdf](https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/10513/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o%20de%20mestrado_RebeccaSantos.pdf). Acesso em 20 ABR 2017.

SILVEIRA, Stelyus Leônidas Mariano; CÂMARA, Sheila Gonçalves; AMAZARRAY, Mayte Raya. Preditores da Síndrome de Burnout em profissionais de saúde. **Cad. Saúde Colet.**, 2014, Rio de Janeiro, 22 (4): 386-92. Disponível em:

<http://www.scielo.br/pdf/cadsc/v22n4/1414-462X-cadsc-22-04-00386.pdf>. Acesso em: 20 ABR 2017.

TITTONI, Jaqueline; NARDI, Henrique Caetano. Saúde mental e trabalho: reflexões a partir de estudos com trabalhadores afastados do trabalho por adoecimento profissional. In Jacques, M.G.C., et al. org. **Relações sociais e ética** [online]. Rio de Janeiro: Centro Edelstein de Pesquisas Sociais, 2008. p. 70- 80. ISBN: 978-85-99662-89-2. Disponível em: <http://books.scielo.org/id/6j3gx/pdf/jacques-9788599662892-10.pdf>. Acesso em: 25 MAR 2017.

YAEGASHI, Solange Franci R.; BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria T.; Alves, Irai Cristina B. Docência e Burnout: um estudo com professores do ensino fundamental. (p. 189-210). Yaegashi, S. F. R. & Benevides-Pereira, A. M. T. (orgs.). **Psicologia e Educação: conexão entre saberes**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2013.