

## A SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE UMA INSTITUIÇÃO HOSPITALAR

Rizonaldo Rodrigues da Costa Junior, Autor;  
Kay Francis Leal Vieira, Orientadora

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE JOÃO PESSOA  
*rizonaldojunior@gmail.com*

### RESUMO

Síndrome de Burnout é um transtorno psíquico resultante de exaustão emocional crônica relacionada ao estresse no trabalho, principalmente em profissionais que relacionam-se diretamente com pessoas, atingindo a saúde de um sujeito e a sua produtividade no exercício laboral. O presente estudo objetivou investigar a incidência de Síndrome de Burnout em profissionais de saúde de um hospital localizado no município de João Pessoa – PB. Realizou-se uma pesquisa descritiva, quantitativa, tendo como lócus o Hospital Municipal Santa Izabel com 48 profissionais utilizando-se de dois instrumentos: um questionário sócio demográfico e a Escala M.B.I – *Malash Burnout Inventory*. Teve como critérios de inclusão profissionais de saúde da referida instituição no exercício de sua profissão há 3 anos ou mais. Os dados foram coletados de maneira individual, com os resultados analisados pelo pacote estatístico SPSS em sua versão 19.0, utilizando-se da estatística descritiva e inferencial. Também foram respeitados todos os preceitos éticos da Resolução 466/12. Revelou-se uma amostra de 48 profissionais, com incidência da Síndrome em 12,5% dos profissionais, encontrado mais entre os profissionais de enfermagem (enfermeiros e técnicos de enfermagem). A maioria, trabalhando de 2 a 4 dias por semana com uma carga horária máxima diária de 12 horas por semana. Verificou-se que 35% dos profissionais encontram-se na iminência de adquirir a síndrome, sendo a exaustão emocional a dimensão mais encontrada. Concluiu-se que é comum o aparecimento da síndrome no hospital como contexto de trabalho, sendo imprescindível o cuidado com a equipe de trabalho nesses ambientes.

**Palavras-chave:** Estresse. Síndrome de Burnout. Profissionais de saúde.

### INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout é identificada na descrição da Classificação Internacional de Doenças (CID-10) pelo código Z73.0, que tem como agentes etiológicos ou fatores de risco de natureza ocupacional o ritmo de trabalho penoso e outras dificuldades físicas e mentais relacionadas com o trabalho. Está inserida na lista de doenças relacionadas ao trabalho, no manual de procedimentos para os serviços de saúde, localizada no capítulo 10, sendo categorizada como um dos transtornos mentais e de comportamentos relacionadas com o trabalho. (BRASIL, 2001).

Diferencia-se do estresse por acontecer como uma resposta ao estresse prolongado no ambiente de trabalho que surge quando falham as estratégias de enfrentamento utilizadas pelo indivíduo. Segundo Pallazo et al (2012, p.1068) “resulta do estresse crônico, típico do cotidiano do trabalho, principalmente quando existe excessiva pressão, conflitos, poucas recompensas emocionais e reconhecimento”.

Dentre os sintomas mais apresentados pelos pacientes podem ser encontrados uma lista vasta o que permite classificá-los em 4 tipos: os *físicos* identificados pela fadiga constante, dores musculares, distúrbios do sono, cefaléias, perturbações gastro intestinais, imunodeficiência, transtornos cardiovasculares, distúrbios do sistema respiratórios, disfunções sexuais e alterações menstruais nas mulheres; *Psíquicos* tendo como exemplos: alterações da memória, concentração e pensamento, sentimentos de impaciência, impotência, solidão, desconfiança, labilidade emocional, dificuldade de aceitação, desanimo, depressão; Os *comportamentais* citados pela: negligência ou escrúpulo excessivo, irritabilidade, incremento da agressividade, incapacidade para relaxar, perda de iniciativa, dificuldade de aceitação as mudanças, aumento do uso de substancias, comportamento de alto risco e ideação suicida; defensivos: tendência ao isolamento, sentimento de impotência, perda de interesse pelo trabalho, absenteísmo, insônia e ou cinismo (BENEVIDES PEREIRA, 2014).

Em se tratando do contexto hospitalar em especial, o profissional está sujeito a diversos estressores ocupacionais como exemplo, as longas jornadas de trabalho, a sobrecarga, o acúmulo de dias trabalhados por semana, assim como a convivência com a morte e a dor. Esses estressores, quando em demasia e permanente, associados à relação direta que o profissional necessita ter com os seus pacientes pode levá-los a desenvolver quadros dessa síndrome.

O profissional de saúde, portanto, em seu cotidiano, lida com situações de sofrimento e dor, tendo a morte como elemento constante e presente. Sua dificuldade para lidar com estes problemas durante a convivência diária junto a pacientes, familiares e colegas tem contribuído para gerar situações de estresse de difícil resolução. Assim, o sentimento desencadeado por estas situações, muitas vezes, se traduz em impotência, frustração e revolta. (KOVAES, 2010. P. 424)

Os fatores no âmbito da organização de trabalho também podem vir atingir a qualidade de vida desses sujeitos e assim a sua saúde mental, destaca-se: número reduzido de profissionais proporcional à demanda, número e variedades excessivas de atividades a serem executadas, falta de definições de papéis entre as variadas classes da enfermagem, falta de reconhecimento dos usuários assistidos e familiares, dos colegas de trabalho de mesma categoria e do grupo multidisciplinar como no caso dos profissionais de enfermagem (LOPES, 2012).

O desgaste físico e emocional gerado, afeta assim diretamente no serviço prestado pela

instituição a quem estes profissionais representam, e na sua saúde mental destes como um todo, exigindo neles maior capacidade de adaptação e resiliência. Dessa forma, quando não desenvolvido estas duas habilidades, o sujeito vem a desenvolver um quadro típico da Síndrome de Burnout.

A pesquisa teve como objetivo averiguar a incidência de Síndrome de Burnout em profissionais de uma instituição hospitalar na cidade de João Pessoa, verificando as categorias profissionais que mais são afetadas pela síndrome; quais das dimensões da Síndrome de Burnout são mais encontrados nos profissionais da instituição; além de averiguar se a carga horária diária e o número de dias trabalhados por semana estão associados ao aparecimento da Síndrome de Burnout nos participantes.

## **METODOLOGIA**

Tratou-se de uma pesquisa de campo descritiva de natureza quantitativa realizada em um hospital público do município de João Pessoa/PB. A amostra do tipo não probabilística foi constituída por 48 profissionais da saúde, utilizando-se como critério de inclusão estar trabalhando no ambiente hospitalar por um período mínimo de 3 anos. Utilizou-se um questionário sócio demográfico e a Escala M.B.I *Maslach Burnout Inventory*,

Os dados foram analisados com o auxílio do pacote estatístico SPSS em sua versão 19.0, utilizando-se da estatística descritiva. Este estudo considerou todos os aspectos éticos pertinentes a pesquisas envolvendo seres humanos, de acordo com a – Resolução nº 466/12 do CNS/MS (BRASIL, 2012), no que tange aos parâmetros legais.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

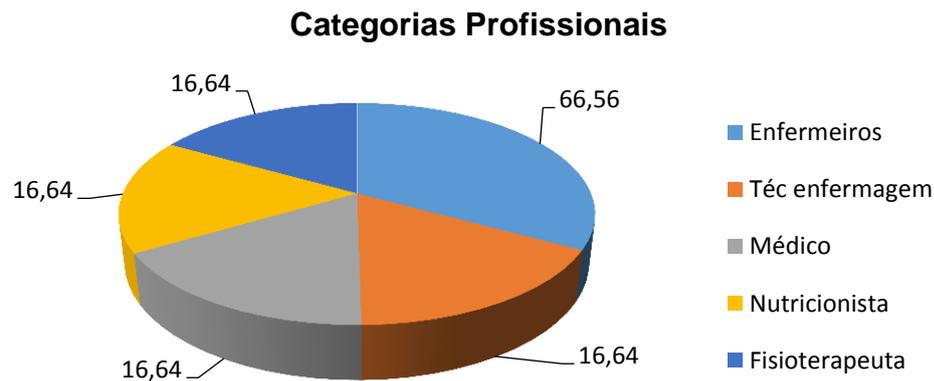
A amostra foi composta por 48 profissionais de saúde, sendo 12 enfermeiros (25%), 11 técnicos de enfermagem (22,9%), 09 médicos (18,8%), 06 psicólogos (12,5%), 06 fisioterapeutas (12,5%) e 04 nutricionistas (8,3%). Em relação à idade, constatou-se que a maioria dos participantes (43,8%) encontrava-se na faixa etária dos 25 a 35 anos; 14,6% tinham idades entre 36 e 45 anos; e 31,2% encontravam-se na faixa etária dos 46 aos 61 anos.

No que concerne ao sexo dos participantes, verificou-se que a amostra foi composta majoritariamente por profissionais do sexo feminino (77,1%). Já no que se refere ao tempo de atuação profissional constatou-se que 25% atuavam entre 3 e 6 anos; 34% entre 6 a 10 anos;

6,4% entre 10 a 15 anos; e 34% já atuavam há mais de 15 anos.

A incidência da síndrome encontrada na amostra pesquisada foi de 12,5%. Dentre as categorias profissionais com indicativo da Síndrome (N=6), verificou-se maior incidência entre os enfermeiros, conforme mostra a Figura 1.

**Figura 1** – Categorias Profissionais com o diagnóstico de Síndrome de Burnout segundo M.B.I.



Alguns estudos encontrados na literatura com profissionais de saúde em vários países sugerem fortes correlações entre a atividade de enfermeiros, médicos e outros profissionais de hospitais e a Síndrome de Burnout (ANDRADE, 2015). Entretanto, considerando a proposta deste estudo, ficou constatado que dentre os profissionais que a pesquisa alcançou, a incidência da Síndrome de Burnout é mais encontrada entre enfermeiros, além dos profissionais pertencentes da mesma categoria, os técnicos de enfermagem.

Um fato que vem confirmar a propensão ao desenvolvimento da síndrome na categoria de enfermagem remete a organização da profissão de dentro do sistema capitalista que produziu reflexos no ambiente hospitalar a partir da sua ascensão, passando a promover a cobrança exacerbada na produção e na intensidade dela, interferindo diretamente na saúde mental do trabalhador incluído nesse contexto (MUROFUSE et al, 2005).

Dantas (2011) realizou uma pesquisa em hospitais no estado da Paraíba, tendo como um dos seus objetivos mostrar as variáveis do contexto de trabalho e suas implicações no aparecimento da Síndrome em serviços de urgência e emergência entre profissionais de enfermagem. Neste estudo, ficou evidente que 82,73% dos participantes apresentavam Síndrome de Burnout. A pesquisa também constatou predomínio entre os enfermeiros que acumulavam dois ou mais vínculos empregatícios com relação aos que atuam em apenas em um estabelecimento, sendo estes no total de 56%.

Das três dimensões que a escala propõe mensurar verificou-se que dentre as categorias profissionais encontradas na amostra geral (N=48), o fator mais frequente foi cansaço emocional, seguido de despersonalização e da baixa realização profissional, conforme mostra na Tabela 1.

**Tabela 1** – Escores de Dimensões Apresentadas Segundo M.B.I

<b>FATORES</b>	<b>Escores</b>	<b>%</b>
Cansaço Emocional	32	64
Despersonalização	26	25
Realização profissional	9	11

Alguns participantes, puderam ser considerados grupo de risco, ou seja, pontuaram pelo menos 2 das 3 dimensões proposta pela escala, sugerindo a iminência de se apresentar quadros típicos da síndrome, conforme mostra a Tabela 2. Isso se deve ao fato de que o diagnóstico é dado quando um indivíduo apresenta níveis altos de cansaço emocional e despersonalização e baixa realização profissional.

**Tabela 2** - Grupo de Risco Segundo M.B.I.

<b>DIMENSÕES</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Cans. Emocional X Despersonalização	15	33
Cans. Emocional X Baixa Realiz. Profissional	1	2
Despersonalização X Baixa Realiz. Profissional	-	-
Total	16	35

Apesar da baixa incidência da Síndrome de Burnout, foi verificado que os participantes indicaram uma forte inclinação para apresentar um quadro típico dessa patologia, ou seja, com base na teoria multidimensional mensurada pelo instrumento, estes profissionais encontram-se na fase “quase Burnout”, tendo como um fator diferencial encontrado para o diagnóstico, uma satisfatória realização pessoal pelo trabalho nos profissionais alcançados.

Dessa forma, foi identificado que mais da metade da amostra, encontrava-se com cansaço emocional, sendo a maioria desses, possuindo também indícios de despersonalização. Segundo a literatura, a despersonalização é característica exclusiva da Síndrome de Burnout. Nesse caso, o trabalhador, insatisfeito com suas

atribuições, deixa de responder às exigências laborais, encontrando-se irritável, deprimido, provocando conflitos com a chefia e a equipe, tendendo a afastar-se de sua clientela como forma de enfretamento da situação estressante. (MENEZHINI, PAZ, LAUTERT, 2011).

Corroborando com esse dado, uma pesquisa semelhante foi realizada por Monteiro e Carlotto (2014) com profissionais de hospitais na região sul do Brasil e também constatou alta predominância de exaustão emocional e despersonalização. Dentre os fatores mencionados como estressores encontraram-se as condições de trabalho, número de pacientes, escala de trabalho, organização de trabalho e o fato de considerar o atendimento ao paciente um fator estressante.

Para Galindo et al (2012), alguns fatores corroboram para o aparecimento da Síndrome de Burnout entre os profissionais de saúde, como as contínuas interrupções e reorganização das tarefas, que agravam a sobrecarga, o lidar de modo muito próximo com a morte, a criação de vínculo afetivo com o paciente e seu sofrimento, a exposição constante a risco de contaminação e violência.

Na pesquisa realizada por esses autores, em um hospital geral na cidade de Recife- PE os resultados denotaram que 49% dos participantes mostraram alto nível de exaustão emocional, estando expostos a vários fatores considerados como estressores, sendo eles: realizar frequentemente ou sempre tarefas com muita rapidez, receber salário incompatível com o esforço empregado.

Constatou-se também, de acordo com a escala, que 10 participantes apresentaram níveis considerados altos apenas na primeira dimensão que corresponde ao cansaço emocional, assim como 4 apresentaram níveis acima da média apenas na segunda dimensão (despersonalização), enquanto 2 apenas na terceira dimensão (baixa realização profissional). Já 10 participantes possuem o menor risco de desenvolver a síndrome, pontuando escores considerados fora dos parâmetros para o diagnóstico nas 3 dimensões.

Os dados referentes às características sócio demográficas dessa amostra, assim como possíveis fatores que tem correlações com o aparecimento da Síndrome estão expostos na Tabela 3.

**Tabela 3-** Dados Sócio Demográficos dos profissionais com a Síndrome de Burnout

<b>Profissão</b>	<b>Sexo</b>	<b>Idade</b>	<b>Carga h. Max.</b>	<b>N dias trab.</b>
Enfermeiro	Masculino	31	Entre 8 e 12	2 a 4

Enfermeiro	Feminino	44	Mais de 12	2 a 4
Médico	Masculino	41	Entre 8 e 12	5 a 7
Tc.Enfermagem	Feminino	39	Entre 8 e 12	2 a 4
Nutricionista	Feminino	25	Entre 8 e 12	5 a 7
Fisioterapeuta	Feminino	37	Entre 8 e 12	2 a 4

Investigou-se ainda alguns fatores que podem influenciar no aparecimento da Síndrome de Burnout, a exemplo do número de dias trabalhado por semana e a quantidade de horas trabalhadas por dia. Na amostra geral, esses fatores estão analisados nas Tabelas 4 e 5.

**Tabela 4 -Nº de Dias Trabalhados Semanalmente (N=6)**

<b>DIAS TRABALHADOS/SEMANA</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
2 a 4 dias/semana	22	46
4 a 7 dias/semana	26	54

**Tabela 5- Carga Horária Semanal**

<b>C. H. / Diária Máx</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Até 8 Horas	8	35
Entre 8 e 12 Horas	23	17
Mais de 12 Horas	17	48

Quanto à carga horária semanal, constatou-se nos resultados de algumas pesquisas que esta pode vir a produzir um esgotamento no trabalhador no contexto hospitalar, considerando que muitas vezes as atividades podem estar associadas à atividades complexas e exigentes. Dessa forma, a exaustão emocional é considerada a primeira dimensão, que se dá quando o sujeito se sente sobrecarregado física e emocionalmente esgotado e não consegue atenuar o sentimento de estresse, vendo-se incapaz de se recuperar. Neste sentido, o profissional sente-se desmotivado e inapto a lidar com atividades e pessoas no seu cotidiano. (MALASH; JACKSON 1981 apud LIMA, 2016).

Zannata e Lucca (2015) em uma pesquisa realizada, constataram uma incidência de 4,8% da amostra geral de 265 profissionais de uma instituição hospitalar em Campinas-SP, trabalhando em mais de um turno e com dois vínculos empregatícios. Estes resultados vêm corroborar com as hipóteses levantadas na presente

pesquisa, quando indica que a sobrecarga de trabalho traduzida por longas horas diárias ou quantidade de dias trabalhados podem levar ao surgimento da Síndrome de Burnout em se tratando do contexto do ambiente hospitalar.

No entanto, ficou constatado que grande parte dos profissionais com a síndrome encontravam-se com uma carga horária de trabalho diária por semana máxima de 8 a 12 com até 4 dias trabalhados por semana. Esses resultados não confirmam as hipóteses quando comparados à amostra de alguns profissionais que não possuíam o diagnóstico da síndrome, em que maior parte encontravam-se trabalhando em plantões superiores a 12 horas diárias com até 7 dias trabalhados por semana. Ou seja, na amostra com a Síndrome de Burnout não foi constatado algum tipo de correlação com carga horária diária máxima por semana e o número de dias trabalhados, conforme as hipóteses levantadas de que quanto maior essas variáveis, maior o risco de se encontrar a síndrome.

## **CONCLUSÕES**

A Síndrome de Burnout é uma patologia presente de forma recorrente entre profissionais da área da saúde, sobretudo nos que se encontram no contexto hospitalar. Dentre os enfermeiros, essa patologia é mais comum, tendo em vista a longas jornadas, a ausência de autonomia e a falta de reconhecimento, assim como baixa remuneração paga aos profissionais dessa categoria.

Apesar da baixa incidência nos profissionais alcançados, os resultados chamam atenção para o alto índice de exaustão emocional presente em grande parte da amostra, o que nos adverte para os cuidados que devem ser dispensados junto a equipe hospitalar, considerando que o hospital é um espaço que lida diretamente com a saúde e bem estar do ser humano a quem se presta atendimento, muitas vezes estes se encontrando em estado de fragilidade física e emocional. Faz-se necessário, então, que o profissional inserido nesse contexto desenvolva habilidades efetivas e eficazes para o enfrentamento dos desafios produzidos pelo trabalho neste contexto.

Vale ressaltar que os fatores de influencia na relação do indivíduo com o seu trabalho reconhecida pela ciência são muitos e estes podem por sua vez, produzir satisfação ou sofrimento, dentre eles destacam-se motivação, habilidades sociais e técnicas, variações sócio demográficas, tempo de serviço, entre outros. Portanto, fazem-se necessárias pesquisas mais aprofundadas acerca dessa temática afim de que se obtenham resultados mais generalistas.

Destaca-se também a importância da figura do psicólogo no contexto hospitalar como um

profissional que pode estar intervindo, afim de diminuir estressores intrínsecos a esse contexto, como desenvolver na equipe multidisciplinar estratégias eficazes para o enfrentamento de pressões internas e externas recorrentes, promover um padrão de comunicação assertiva em equipes marcadas pela cooperação, utilizando da escuta não diretiva, vivências lúdicas para integração da equipe entre outras possíveis intervenções que promovem a diminuição de tensões no ambiente hospitalar, não excluindo a psicoterapia no desenvolvimento de requisitos internos do trabalhador frente a demanda encontrada nos serviços assistenciais, sobretudo nos casos em que encontram-se instalada a Síndrome.

## REFERÊNCIAS

BENEVIDES-PEREIRA, A.M.T.. O processo de adoecer pelo trabalho. In: Benevides-Pereira, A.M.T. (org.). **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. Ed. 4, 1ª reimpressão, São Paulo, Casa do Psicólogo, 2014.

Disponível em:

<<http://unipe.bv3.digitalpages.com.br/users/publications/9788562553448/pages/8>> . Acesso em: 04. Fevereiro. 2016.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Manual de Procedimentos para os Serviços de Saúde. Doenças Relacionadas com o Trabalho: Diagnóstico e Condutas -OPS**, 2001.

Disponível em:

<http://www.fiocruz.br/biosseguranca/Bis/manuais/seguranca%20e%20saude%20no%20trabalho/Saudedotrabalhador.pdf>. Acesso: 05. Fevereiro. 2016

DANTAS, T.R.S. **Prevalência da Síndrome de Burnout em enfermeiros da rede hospitalar de urgência e emergência no estado da Paraíba – BR**. 2011 Dissertação (mestrado em enfermagem) - Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa-Pb – 2011. Disponível em:

<http://tede.biblioteca.ufpb.br:8080/bitstream/tede/5121/1/arquivototal.pdf>

Acesso em: 05 nov. 2016

ANDRADE, A. L. et al. Burnout, clima de segurança e condições de trabalho em profissionais hospitalares. **Revista Psicologia: Organização e Trabalho**. Vitória – ES, p. 233-245, Jul-Set 2015.

Disponível:<<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v15n3/v15n3a02.pdf>>

Acesso em: 05 nov. 2016

GALINDO, R. H. et al. Síndrome de Burnout entre enfermeiros de um hospital geral da cidade do Recife. Artigo Original. **Revista Escola de Enfermagem USP**; São Paulo, n.46, v.2, p 420-427, 2012. Disponível em:

[www.ee.usp.br/reeusp/](http://www.ee.usp.br/reeusp/) Acesso em: 10 out. 2016

KOVAES, M. J. Sofrimento da equipe de saúde no contexto hospitalar: cuidando do cuidador profissional. **O mundo da saúde**. São Paulo, v. 34, n.

4, 2010. Disponível em:

(83) 3322.3222

[contato@conbracis.com.br](mailto:contato@conbracis.com.br)

[www.conbracis.com.br](http://www.conbracis.com.br)

<[http://www.saocamilo-sp.br/pdf/mundo\\_saude/79/420.pdf](http://www.saocamilo-sp.br/pdf/mundo_saude/79/420.pdf)>Acesso em: 13 out 2016

LIMA, A.S. **Prevalência e Fatores associados à Síndrome de Burnout nos profissionais da saúde da atenção primária de Juiz de Fora.** 2016, 139f. Dissertação (mestrado em saúde coletiva). Universidade Federal de Juiz de Fora. Juiz de Fora- MG. 2016

LOPES, C.C.P.; RIBEIRO, T. P.; MARTINHO, N.J. Síndrome de Burnout e sua relação com a ausência de qualidade de vida no trabalho do enfermeiro. **Enfermagem em foco**, Mato Grosso, v.3, n.12, p. 97-101, 2012. Disponível em:  
<<http://revista.portalcofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/264/151>>Acesso em: 10 nov 2016

MENEGHININI, F.; PAZ, A.A.; LAUTERT, L. Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem. **Florianópolis**, n.20, v.2, p.225 – 233, abr-jun 2011. Disponível em:  
<http://www.scielo.br/pdf/tce/v20n2/a02v20n2>Acesso em: 12 nov 2016

MONTEIRO, J. K; CARLOTTO, M. S. Preditores da Síndrome de Burnout em Trabalhadores da Saúde no Contexto Hospitalar. **Interação em Psicologia**, Curitiba, v.18, n.3, p.287-295, set-dez 2014. Disponível em:  
<<http://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/28024/28222>> Acesso em: 09 nov 2016

MUROFUSE; N. T. ABRANCHES; S. S. NAPOLEÃO; A. A. Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem. **Revista Latino-am Enfermagem**. Artigo de revisão, Ribeirão Preto, n. 13, v.2, p.255-61, março-abril 2005. Acesso em: 11 nov 2016

OMS. **CID-10 Código Internacional de Classificação de Doenças**: Capítulo F: transtornos mentais e do comportamento. São Paulo: EDUSP; 1996.

PALAZZO, L. S. et al. Síndrome de Burnout: estudo de base populacional com servidores do setor público. **Revista saúde pública**. Farrapos-RS, v. 6, n. 46, p. 1066- 1075, 2012. Disponível: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v46n6/ao3662.pdf>> Acesso: 10 nov 2016

ZANATA, A. B.; LUCCA, S. R. Prevalência da síndrome de burnout em profissionais da saúde de um hospital oncohematológico infantil. **Revista Escola de Enfermagem da USP**. São Paulo, N.49, v. 2, p. 253-260, Jan 2015. Disponível em:  
<[http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v49n2/pt\\_0080-6234-reeusp-49-02-0253.pdf](http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v49n2/pt_0080-6234-reeusp-49-02-0253.pdf)>  
Acesso em: 28 mai 2016