



## SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE SAÚDE: FATORES DESENCADENTES E ESTRATÉGIAS PARA SEU ENFRENTAMENTO

Ana Paula Pereira da Silva <sup>1</sup>  
Elizangela Lacerda Oliveira <sup>2</sup>  
Paloma Cyntia da Silva Figueiredo Siqueira <sup>3</sup>  
Larruama Priscylla Fernandes Vasconcelos <sup>4</sup>  
Débora Gomes de Sousa Araújo <sup>5</sup>

### INTRODUÇÃO

A síndrome de Burnout (SB) foi descrita pela primeira vez em 1974, e é caracterizada como uma síndrome psicológica que consiste em um estado de exaustão física e mental resultantes das atividades decorrente ao trabalho (RODRIGUES et al., 2018).

A SB pode causar diversos sintomas psicológicos e comportamentais entre os profissionais, podendo gerando seguimentos negativos em sua vida pessoal, profissional e social. Os profissionais de saúde apresentam altos índices dessa doença o que gera comprometimento na qualidade dos serviços prestados pelos serviços de saúde (ZANATTA; LUCCA, 2015).

Os profissionais de saúde em todo o seu cotidiano acabam por ficarem expostos a diversas situações de estresse decorrente do contato direto com inúmeras pessoas debilitadas ou doentes, além de ter que enfrentar tensões interpessoais e hierárquicas dentro do próprio serviço de saúde (FERREIRA, 2015).

Por isso, a presença de síndrome se alastrando entre os profissionais de saúde gera um quadro preocupante, visto que, os mesmos são os responsáveis pelos cuidados destinados aos pacientes. Pois esses profissionais desgastados de sua rotina podem desempenhar suas funções com baixa qualidade, provocando insatisfação do próprio profissional, obtendo baixos

---

<sup>1</sup> Graduanda do curso de bacharelado em nutrição do centro universitário de Patos (UNIFIP) - PB, [anapaulapereira57501@gmail.com](mailto:anapaulapereira57501@gmail.com) ;

<sup>2</sup> Graduanda do curso de bacharelado em nutrição do centro universitário de Patos (UNIFIP) - PB, [elizangela.oliveira.eo336@gmail.com](mailto:elizangela.oliveira.eo336@gmail.com) ;

<sup>3</sup> Mestre em sistemas agroindustriais pela universidade Federal de Campina Grande, [palomacyntia\\_pb@hotmail.com](mailto:palomacyntia_pb@hotmail.com) ;

<sup>4</sup> Mestre em sistemas agroindustriais pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG) - PB, [larruama\\_priscylla@hotmail.com](mailto:larruama_priscylla@hotmail.com) ;

<sup>5</sup> Professor orientador: Débora Gomes de Sousa Araújo, Mestrando em Ciência e Saúde Animal - Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, [deboragomesdesousa1994@gmail.com](mailto:deboragomesdesousa1994@gmail.com) .



resultados, indisposição para realizar as atividades e mal estar em seu ambiente de trabalho atividades (ALMEIDA et al., 2016).

Devido aos problemas causados pela síndrome cada vez mais presente no cotidiano dos profissionais de saúde, a SB vem atraindo atenção da comunidade científica devido sua crescente e alastramento gerando impactos nos mais diversos tipos de profissões (SIMÕES; BIANCHI, 2016).

Dessa forma, este trabalho visa analisar as evidências da literatura científica sobre a síndrome de Burnout em profissionais de saúde e as estratégias de enfrentamento da síndrome.

## **METODOLOGIA**

Tratou-se de uma pesquisa de revisão da literatura, de caráter descritivo. As bases de dados investigadas para a pesquisa foram Scientific Electronic Library Online (SciELO); Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde – LILACS e Google acadêmico, tendo como descritores: Síndrome de Burnout, esgotamento profissional e estresse.

Foram incluídos na pesquisa artigos publicados dos últimos 5 anos, em língua portuguesa, que tenham como foco a temática a síndrome de Burnout em profissionais da saúde e que sejam disponíveis na íntegra e foram excluídos aqueles que não fossem conforme qualidade e relevância do tema abordado.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Pode-se caracterizar a SB como um estresse adaptativo devido a larga demanda exigidas pelas atividades laborais. Normalmente ela passa despercebida pelo indivíduo portador da SB, seus sintomas são diversos, predominando sintomas como cansaço físico e esgotamento emocional (ANDRADE et al., 2017).

Segundo Guler et al (2018) que buscou avaliar o efeito da síndrome de Burnout no trauma e infecção nos profissionais de saúde que atuam no hospital de treinamento e pesquisa da Alanya Alaadin Keykubat University. Verificou que a taxa da síndrome era de 77% dos participantes da pesquisa. E que a taxa de traumas e infecções era alta nos funcionários com SB demonstrando que a síndrome causa efeitos adversos principalmente por trauma e infecções.

A SB pode se manifestar apresentando em até quatro classes sintomatológicas, sendo elas físicas que compõe sintomas como: fadiga, insônia, problemas gastrointestinais, perda de peso, doenças cardiovasculares e respiratórias, dor muscular entre outras) sintomas psíquicos



como: alterações na atenção e na memória, ansiedade, frustração, mudanças de humor), sintomas comportamentais como: agressividade, irritação com frequência, dificuldade para relaxar, negligência) e por fim sintomas defensivos como: isolamento, onipotência, atitudes com ironia e cínicas (SIMÕES; BIANCHI, 2016).

Conforme Simões (2016), sobre a prevalência de síndrome de Burnout em funcionários de técnico em enfermagem, mostrou que 70,2% dos pesquisados relataram apresentar problemas de saúde, entre eles: ansiedade, dores em membros, estresse, pânico, dificuldade de concentrar-se, hipertensão, diabetes, problemas renais, labirintite e problemas cardíacos, além disso 59,5% dos pesquisados relataram cansaço e esgotamento enquanto 48,9% apresentaram insônia.

No estudo de Silva et al. (2015), onde este fez uma análise da prevalência da SB em profissionais da Rede de Atenção Primária à Saúde, verificou que 54,1% dos profissionais apresentaram risco elevado e moderado de apresentar SB, sendo ele mais prevalente entre os jovens. Carga horária superior a 40 horas semanais também esteve relacionado ao risco de SB, demonstrando que cargas elevadas de horários de serviço apresentam maior índice de ao preparo emocional frente às possíveis situações conflituosas no serviço.

Em outro estudo realizado por Santos et al (2018) Estimar a prevalência e os fatores associados da Síndrome da Estafa Profissional (burnout), em Fisioterapeutas trabalhadores de Unidade de Terapia Intensiva adulto, pediátrica e neonatal de uma cidade da Bahia. Observou-se elevada prevalência da síndrome de burnout entre os fisioterapeutas intensivistas estudados. A prevalência da SB foi 33,3%.

Atividades de lazer dentro do ambiente de trabalho gerando distração, descanso mental, entretenimento, pode ajudar na recarga de energia desses profissionais, melhorando a tensão, favorecendo a saúde do profissional e de toda a equipe de trabalho, melhorando significativamente a qualidade do trabalho exercido pelos mesmos (BENEDITO et al., 2017).

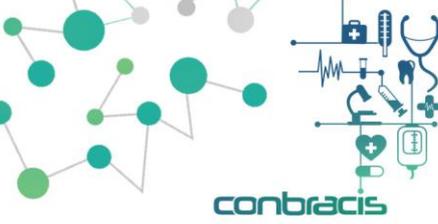
## CONCLUSÃO

A síndrome de Burnout pode se causada por diversos fatores, como, longas jornadas de trabalho, relações conflituosas entre a chefia e equipe de trabalho, presença de mais um vínculo empregatício, condições de trabalho insalubre e baixo piso salarial. Assim, a SB pode ser considerada uma doença ocupacional, devido ao fatores que contribuem para o seu desenvolvimento. É necessário que os profissionais busquem estratégias de enfrentamento, pois esta síndrome leva um grande desgaste emocional, trazendo diversas conseqüências à saúde.



## REFERÊNCIAS

- ANDRADE, H.S; GOMES, H.S; MESQUITA, G.V; RIBEIRO, J.L.V; CHAGAS, F.C.X.F. Prevalência de síndrome de burnout em pediatras Intensivistas. **Revista interdisciplinar**. v. 10, n.3, p. 38-46, 2017.
- ALMEIDA, A; MEDEIROS, I.D.S; BARROS, A.G; MARTINS, C.C.F; SANTOS, V.E.P. Fatores geradores da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde. **Revista online de pesquisa cuidado é fundamental**. v. 8, n. 3, p. 4623-4628. 2016.
- BENEDITO, J. G et al. Síndrome de Burnout em enfermeiros na unidade terapia intensiva: uma revisão narrativa da literatura. Pernambuco, 2017.
- FERREIRA, N.N; LUCCA, S.R. Síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de um hospital público do Estado de São Paulo. **Rev. Bras. Epidemiologia**,v.18, n.1, p.68-79. São Paulo, 2015.
- GULER, Y; SENGUL, S; ÇALIS, H; KARABULUT, Z. Burnout syndrome should not be underestimated. **Revista de associação médica brasileira**. v. 65, n. 11. p.1356-1360, 2019.
- RODRIGUES, H; COBUCCII, R; OLIVEIRA, A; CABRAL, J.V; MEDEIROS, L; GURGE, K; SOUZA, T; ALVES, A.K.G. Burnout syndrome among medical residents: A systematic review and meta-analysis. **Biblioteca Pública de Ciências**. v. 13, n. 11, p. 1-17, 2018.
- SANTOS, C.L.C; BARBOSA, G.B; NASCIMENTO, D.S.S; JÚNIOR, D.F.M; SOBRINHO, C.L.N. Prevalência de Síndrome da Estafa Profissional e fatores. **Revista pesquisa em fisioterapia**. v. 8, n.3, p. 336-344, 2018.
- SILVA, C.S.P.S; NUNES, M.A.P; SANTANA, V.R; REIS, F.P; NETO, J.M; LIMA, S.O. a síndrome de burnout em profissionais da rede de atenção Primária à Saúde de aracaju, Brasil. **Ciência e saúde coletiva**. v. 20, n. 10, p. 3011-3020, 2015.
- SIMÕES, J; BIANCHI, L.R. O. Prevalência da síndrome de Burnout e qualidade do sono em trabalhadores técnicos de enfermagem. **Saúde e Pesquisa**, v.9, n.3, p.473-481. Maringá, 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**. v. 49, n. 2, p. 253-260, 2015.



conbracis

**IV Congresso  
Brasileiro de  
CIÊNCIAS da  
SAÚDE**

Saúde Populacional:  
Metas e Desafios  
do Século XXI

ISSN 2525-6696

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