



Faculdade INESUL
Instituto de Ensino Superior de Londrina

KHARINE MORAIS BENTEO LUIZ
MARLENE AIRES DOS SANTOS

SÍNDROME DE BURNOUT: Relação com o profissional
de enfermagem.

Londrina - PR
2016

KHARINE MORAIS BENTEIO LUIZ
MARLENE AIRES DOS SANTOS

SÍNDROME DE BURNOUT: Relação com o profissional
de enfermagem.

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Instituição de Ensino
Superior de Londrina, como requisito
parcial para a obtenção do título de
graduado no Curso de Enfermagem.

Profa. Orientador Esp: Larissa Santos.

Londrina - PR
2016

SÍNDROME DE BURNOUT: Relação com o profissional de enfermagem.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Instituição de Ensino Superior de Londrina, como requisito parcial para a obtenção do título de bacharel em Enfermagem.

Profa. Orientadora Esp. Larissa Santos.

Aprovado em: ___/___/___

BANCA EXAMINADORA

Profa. Esp. Larissa Santos
Orientadora

Prof. Esp. Coodenador Uili Andrei de
Souza

Profa. Esp. Marcela Botelho

“Acho que os sentimentos se perdem nas palavras. Todos deveriam ser transformados em ações, em ações que tragam resultados.”

Florence Nightingale.

AGRADECIMENTOS

Ao concluir esse trabalho, nossos agradecimentos são dirigidos a todos que, direta ou indiretamente, contribuíram para a construção desse trabalho e concretização desse sonho.

Muitos foram os obstáculos ultrapassados e vitórias alcançadas.

Por isso, agradecemos a Deus por ter nos concedido a vida, perseverança, força, zelo e proteção. Pois, sem Ele esse sonho não teria se tornado realidade.

A instituição por nos ter proporcionado a oportunidade de cursar este curso.

A nossa Orientadora Profa: Larissa Santos, por nos direcionar nos estudos e disponibilidade de tempo a nós concedidos.

Os Professores e Coordenadores que estiveram conosco nessa jornada, que com suas experiências e seus conhecimentos práticos e teóricos contribuíram para nossa formação profissional.

Aos amigos e companheiros de curso.

A nossa família em especial aos que esteve ao nosso lado o tempo todo como os pais, irmãos, filhos e conjugues pela dedicação e companheirismo ao longo da vida.

Enfim, não menos importante a nós como dupla, pois o curso todo estávamos juntas fazendo trabalhos, provas, estudos, projetos entre outros, uma apoiando e incentivando a outra. No fim não poderia ser diferente.

RESUMO

A síndrome de Burnout também conhecida como síndrome do esgotamento profissional é uma doença causada pelo alto nível de estresse desenvolvido em algumas funções. Também relacionada com distúrbios emocionais, físicos e mentais. Segundo os dados epidemiológicos a síndrome de Burnout atinge em maior proporção as mulheres, devido à densa jornada de trabalho, que além das suas funções profissionais possuem as domésticas. Esta pesquisa tem por objetivo de compreender os elementos que caracterizam a síndrome de Burnout identificando pontos relevantes na área da enfermagem que podem afetar a qualidade de vida desse profissional. O método adotado foi a pesquisa bibliográfica com a temática abordada, foram selecionados e analisados artigos, com os conceitos mais relevantes. Os resultados e discussão desses documentos apresentaram que a rotina estressante do enfermeiro e o contato direto com problemas podem ocasionar problemas de saúde, como a síndrome de Burnout. Isto é decorrente a um trabalho que exige um atendimento humanizado.

Palavras-chave: Enfermeiro; Esgotamento Profissional; Esgotamento físico e mental.

ABSTRACT

Burnout syndrome also known as occupational depletion syndrome is a disease caused by the high level of stress developed in some professional functions. Also related to emotional, physical and mental disorders. According to the epidemiological data Burnout syndrome reaches a greater proportion of women, due to the long hours of work, that besides their professional functions they also have the domestic ones. The aim of this research is to understand the elements that characterize Burnout syndrome by identifying relevant points in the nursing area that can affect the quality of life of these professional. The method adopted was the bibliographical research according the theme, articles were selected and analyzed, with the most relevant concepts. The results and discussions of these papers have shown that the nurse's stressful routine and direct contact with problems can lead to health problems such as Burnout syndrome. This is due to a job that requires a humanizing service.

Keywords: Nurse; Professional Exhaustion; Physical and mental exhaustion

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	8
2 REVISÃO DE LITERATURA.....	10
3 METODOLOGIA.....	18
4 RESULTADO E DISCUSSÃO.....	20
CONCLUSÃO.....	24
REFERÊNCIAS	25

1 INTRODUÇÃO

Para Venâncio (2014) a síndrome de Burnout é compreendida como o esgotamento profissional, causado pelo estresse crônico vivenciado pelo sujeito no seu ambiente de trabalho. Esta doença atinge em maior proporção os profissionais que trabalham diretamente com pessoas, isso significa: os professores, médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, entre outras áreas.

Segundo Moreira et al (2009), a primeira utilização desse termo ocorreu no ano de 1974 pelo psicólogo Herbert J. Freudenberger, deste então a síndrome passou a ser estudada e analisada por vários autores.

A síndrome de Burnout é reconhecida pela demanda excessiva de energia, força ou recurso físico e mental. Segundo pesquisas desenvolvidas, na área da enfermagem, o estresse maior concentra-se em três áreas, sendo a do funcionamento organizacional, no relacionamento interpessoal e ao déficit de pessoal (MOREIRA et al, 2009).

Com base de dados coletados por meio de pesquisa em artigos científicos foi possível detectar que a síndrome de Burnout no Brasil e no mundo atinge em maior proporção as mulheres. Na área de enfermagem este número é ainda mais amplo por ter a predominância do gênero feminino nesta função. Dados revelam também que a doença centralizada na faixa etária dos trinta anos ampliando conforme o envelhecimento. Isto é decorrente de uma jornada de trabalho exaustiva que engloba a vida profissional e os afazeres domésticos (FERREIRA; LUCCA 2015).

Segundo dados estatístico, cerca de 30% da classe trabalhadora são afetados pela síndrome de Burnout. A sociedade atual passou por uma grande transformação gerando também uma nova postura das pessoas frente ao desenvolvimento de suas atividades profissionais. Hoje, maior parte do tempo é destinada a atividades profissionais, ocasionando assim um esgotamento físico e mental, acarretando a doenças, como é o caso da Síndrome de Burnout (FERREIRA; LUCCA 2015).

As informações analisadas na pesquisa permitiram entender que termo síndrome de Burnout foi designado a uma doença que conduz o indivíduo a um processo de enfraquecimento ocasionado pelo estresse profissional, isto significa que a pessoa se envolve intensamente com o trabalho até gerar uma tensão crônica comprometendo seu emocional e social (GASPARINO; GUIARDELLO, 2015).

A pesquisa tem por o objetivo de compreender os elementos que caracterizam a Síndrome de Burnout identificando pontos relevantes na área da enfermagem que podem afetar a qualidade de vida desse profissional.

2 REVISÃO DE LITERATURA

O trabalho do enfermeiro é considerado uma atividade de suma importância na área da saúde, no entanto, este trabalho é exaustivo e exige muita dedicação do profissional. O enfermeiro estará diretamente ligado com o paciente e sua família, seu trabalho dará o suporte quanto à medicação, higiene, curativos, controle e prevenção de doenças infecciosas, doenças transmissíveis (AMARAL; RIBEIRO; PAIXÃO, 2015).

O enfermeiro, além de todo conhecimento e técnica, precisa ter sensibilidade para entender o que se passa com o paciente. Ele é o responsável por visualizar o paciente como um todo e, segundo autores citados, o enfermeiro deve ser constantemente receptivo a mudanças de atitudes de acordo com a necessidade de cada caso (GASPARINO; GUIRARDELLO, 2015).

Vários autores discutem sobre o papel do enfermeiro, na visão de Nascimento (2013) à este profissional é designado atividades que abrange uma decisão técnica que atenda as necessidades do paciente. A tomada de decisão precisa ser rápida e em muitos casos emergenciais, de acordo com a gravidade e a complexidade da doença do paciente.

A mesma autora enfatiza que as atividades desenvolvidas pelo enfermeiro, afeta de modo significativo a sua qualidade de vida. Há em seu trabalho uma constante preocupação em diminuir o sofrimento do paciente, assim, o enfermeiro vai ter um olhar específico no que diz respeito às dimensões biológicas, psicológica, social e também espiritual, isso por que, o sujeito é munido de corpo, mente e espírito, o que exige uma avaliação mais específica (NASCIMENTO et al, 2013).

Segundo pesquisa desenvolvida por Amaral; Ribeiro (2015) a qualidade de vida do enfermeiro sofre abalos físicos e psicológicos devido a intensa responsabilidade e condições de trabalho. Na perspectiva deles o enfermeiro, muitas vezes em sua função desempenha atividades como fazer exame físico, executar tratamento, aconselhando e ensinando a manutenção da saúde e orientando os enfermos para uma continuidade do tratamento e medidas, e isso, conduz a um desgaste físico e emocional.

A área da enfermagem exige do profissional uma carga horária ampla, estrutura e condições para a realização das funções, no entanto o que muitas vezes é realidade são estruturas inadequadas (AMARAL; RIBEIRO; PAIXÃO, 2015).

Devido às especificidades do ambiente e das atividades insalubres por eles executadas, o enfermeiro passa por um desgaste psicológico isso por que, tem o contato direto com o paciente, baixo remuneração, a grande maioria das vezes o enfermeiro é do gênero feminino, o que associa uma dupla jornada de trabalho (AMARAL; RIBEIRO; PAIXÃO, 2015).

Além disso, o trabalho em hospitais há uma constante distribuição do trabalho com hierarquia de autoridade, regras estabelecidas, o que conduz ao surgimento de conflitos em os indivíduos, que associado a precariedade do sistema conduz ao enfermeiro um estresse elevado (FERREIRA; LUCCA, 2015).

É diante desta rotina exaustiva que o desgaste físico e mental vem acumulando, gerando algo negativo no que se refere a qualidade de trabalho. Nestes locais de trabalho o que muitas vezes é encontrado são pessoas com alto índice de estresse e pouca qualidade de vida. Pessoas que apresentam a saúde física de psicológica abalada (NASCIMENTO et al, 2013).

Amaral; Ribeiro; Paixão (2015), ressaltam que as principais queixas dos enfermeiros são: dores crônicas, insatisfação com o sono, dependência de medicamentos, depressão, entre outros.

Há nesta profissão um esgotamento desenvolvido pela exaustão emocional o que conduz o trabalhador a afastar-se de suas atividades, muitas vezes, tendo reações negativas, insensibilidade e diminuição do envolvimento pessoal (NASCIMENTO et al, 2013).

Estas atitudes associadas com o estresse excessivo podem influenciar a vida do sujeito principalmente a sua relação com o trabalho. O Enfermeiro quando encontra-se neste estado pode ter doenças físicas e psicológicas, isso conduz a atitudes não desejadas e o envolvimento com álcool e drogas na busca de tentar esconder de si mesmo o problema

existente. Há indícios que a pessoa nesse estado sente vontade de realizar o suicídio (AMARAL; RIBEIRO; PAIXÃO, 2015).

Nesta pesquisa o destaque sobre o esgotamento está sendo voltado para atuação na enfermagem, porém, vale lembrar que os segmentos também estão propício a desenvolver esta doença, sendo os profissionais da educação, policiais, assistentes sociais, agentes penitenciários, entre outros. Segundo Amaral; Ribeiro; Paixão (2015), o risco é sempre maior entre os profissionais com jornada de trabalho intensa e que apresentam mudanças compulsórias na jornada de trabalho.

É diante destas queixas e da apresentação desta rotina que muitos profissionais da enfermagem acabam doentes. Atualmente discute-se sobre a Síndrome de Burnout, doença está que vem se expandindo nos profissionais de enfermagem (RIBEIRO; RODRIGUES, 2014).

Segundo CID-10 os fatores que influenciam o estado de saúde e trazem riscos potenciais à saúde relacionada com circunstâncias socioeconômicas e psicossociais são: ritmo de trabalho penoso (Z56.3) e dificuldades físicas e mentais relacionadas ao trabalho (Z56.6). Diante disso é de grande relevância compreender sobre esta síndrome, seu diagnóstico e as possíveis formas de tratamento (O. M. S., 2010).

A forma como a sociedade esta estruturada atualmente exige das pessoas uma postura diferenciada que, muitas vezes, geram problemas emocionais e de saúde. A Síndrome de Burnout é fruto desse novo perfil da sociedade que exige muito da pessoa quanto ao seu desempenho profissional (REINHOLD, 2007).

Reinhold (2007) afirma que esse desempenho profissional muitas vezes causa estresse ocupacional, gerando assim um profundo sentimento de frustração e exaustão.

Para Venâncio (2014), a síndrome também pode ser denominada como um estresse ocupacional. Vários autores sinalizam e indicam como principais característica da Síndrome de Burnout a exaustão Emocional, neste sentido a pessoa encontra-se totalmente sem vontade de realizar seu trabalho, sem energia. Isso é decorrente mediante ao excesso de atividades ou até mesmo conflitos enfrentados pelo sujeito (VENÂNCIO, 2014, apud MASLACH; LEITER, 1999).

Ainda é pontuado como característica a despersonalização, está é entendida como uma mudança na postura, da qual a presença de atitudes insensíveis é ampla, isso significa que não há uma apatia, a pessoa sempre deixa ser influenciada pelos seus problemas trazendo para sua vida um sofrimento intenso (VENÂNCIO, 2014, apud MASLACH; LEITER, 1999).

Na análise de Venâncio (2014) o esgotamento emocional juntamente com a despersonalização gera uma infelicidade intensa, o que não permite ao sujeito contemplar a realização profissional, isso significa que dentro do seu próprio trabalho ele encontra-se insatisfeito, desanimado, com baixa autoestima, sentindo-se incompetente para realizar suas próprias funções.

É importante ressaltar que esta doença não ocorre de repente. O funcionário começa apresentar características da doença, muitas vezes resultados desse processo cumulativo. Assim, pequenos sinais de alerta são demonstrado, como por exemplo, a irritabilidade em realizar sua função (REINHOLD, 2007).

É preciso estar atento aos sintomas que conduzem a esta doença e neste sentido, observar questões relacionadas ao entusiasmo e dedicação, os primeiros sinais é a frustração e a raiva, a vulnerabilidade pessoal, dores de cabeça, hipertensão, irritabilidade, tristeza, sensação de esvaziamento, isso demonstra um agravante envolvendo múltiplos sintomas físicos e emocionais. (REINHOLD, 2007).

Reinhold (2007) apresenta os elementos externos que podem conduzir o sujeito a desenvolver a Síndrome de Burnout. Esses elementos são priorizados a jornada excessiva de trabalho executada por muitos funcionários, assim como o excesso de burocracia e indisciplina no ambiente profissional. O trabalhador, muitas vezes, dedica-se inteiramente a sua função e não tem tempo livre para interagir com outras pessoas e colegas o que prejudica a sua saúde.

Pensando ainda nos elementos externos que conduzem o sujeito a síndrome de Burnout, pode ser citado as elevadas expectativas por parte dos superiores, dos pais e da própria comunidade, gerando assim tédio e falta de autonomia (REINHOLD, 2007).

Para Reinhold (2007) estes elementos precisam ser observados de modo que o profissional não perca o foco para sua qualidade de vida,

destinando completamente ao trabalho e chegando a ter a doença. Além dos fatores externos, existem ainda os fatores internos, que em uma visão mais geral é decorrente da própria pessoa.

Os fatores internos estão relacionados a vulnerabilidade biológica e psicológica de cada sujeito. Estas pessoas buscam o tempo todo agradar os outros, preocupando-se com a opinião, criando expectativas elevadas, aspirações e irrealidades. Há a predominância exagerada do senso de responsabilidade, negativismo e baixa autoestima (REINHOLD, 2007).

A medicina estuda juntamente com a psicologia um tratamento do qual, possa tratar da síndrome de Burnout. Para isso, é preciso reconhecer os elementos internos e externos (REINHOLD, 2007).

Ao se tratar do esgotamento profissional é importante observar se a função exercida pelo funcionário é algo que lhe traz prazer e se foi alvo almejado por ele, porque, em muitos dos casos, a insatisfação da função é decorrente de uma escolha equivocada (REINHOLD, 2007).

O diagnóstico da síndrome é realizado por meio de uma equipe médica, que fará uma análise do quadro clínico. Nesta análise o funcionário será ouvido e também analisado as causas existentes para o surgimento da doença (BRASIL, 2001).

Todo diagnóstico vai surgir de uma queixa, seja ela um desgaste emocional, um esvaziamento afetivo, exaustão física ou mental. Além disso, outro ponto observado no diagnóstico é a queixa de reação negativa, insensibilidade ou afastamento excessivo do público que deveria receber os serviços ou cuidados do paciente. Também faz parte do quadro a queixa de sentimentos de diminuição da competência e do sucesso no trabalho (BRASIL, 2001).

O mesmo autor sinaliza para alguns possíveis sintomas da síndrome, sendo eles: necessidade de se afirmar; Descaso com as necessidades pessoais como: comer, dormir, sair com os amigos; Recalque de conflitos; Reinterpretação dos valores; Recolhimento e aversão a reuniões e contato com o outro; Mudanças evidentes de comportamento, sendo que a intolerância para as brincadeiras é o que predomina, ou seja, sem senso de humor; Sensação de vazio interior; Processo depressivo (BRASIL, 2001).

Segundo o Ministério da saúde (2001), esses sintomas vão acarretar mudanças na forma de agir do funcionário, sendo este o enfermeiro as principais características da doença serão: ausência no trabalho, agressividades com companheiros de equipe e até mesmo com pacientes; dificuldades de relaciona-se, irritabilidade e dificuldade de desempenhar suas funções, pessimismo em suas atividades e constante baixa autoestima, perda na qualidade de trabalho, além de falhas em procedimentos.

Além disso, a síndrome conduz também a doenças físicas, sendo caracterizada por: Dores de cabeça constantes; Enxaqueca; Cansaço; Sudorese; Palpitações; Dores musculares; Insônia; Crises de asma; Distúrbios gastrintestinais; Mal estar frequentes (BRASIL, 2001).

Para um tratamento é preciso primeiramente a realização de um diagnóstico. Este é o fator essencial, no entanto, o profissional muitas vezes, demora em perceber que está doente, pensa que as características que vêm sentido faz parte de sua rotina e que está apenas cansado, não entendem a gravidade e a especificidade do caso (BRASIL, 2001).

Para o Ministério da Saúde (2001) o tratamento envolve uma série de elementos sendo a psicoterapia, o tratamento farmacológico e as intervenções psicossociais. Analisando cada um desses itens:

A psicoterapia está indicada mesmo quando são prescritos psicofármacos, pois a síndrome refere-se a um processo de desenvolvimento afetivo no trabalho que antes era objeto de todo ou grande parte desse investimento o paciente necessita, portanto de tempo e espaço para pensar e resignar suas inserções no trabalho e na vida (BRASIL, 2001, p. 193).

Percebe-se, portanto, que o tratamento engloba mais que um procedimento, tudo depende da análise médica e a gravidade do paciente. Já o tratamento com os psicofármacos corresponde a prescrição de antidepressivos ou ansiolíticos indicados de acordo com a presença de sintomas depressivos e ansiosos.

Atualmente existe uma grande variedade de drogas antidepressivas e de esquemas posológicos possíveis. A prescrição deve ser acompanhada por especialistas pelo menos em sistemas de consulta. Frequentemente estão indicados os benzodiazepínicos para controle de sintomas ansioso de insônia, isso por que no início do tratamento o efeito

terapêutico dos antidepressivos tem início em média após duas semanas de uso (BRASIL, 2001).

Além da terapia e dos medicamentos o tratamento da pessoa com a síndrome de Bournout deve ser pautado na reestruturação e o organização das atividades de rotina, isso significa que a vida da pessoa precisa ser estruturada, organizando tempo para atividades que abrangem não somente o trabalho, como também a família e o lazer (REINHOLD, 2007).

Reinhold (2007), explica que no ambiente de trabalho é preciso estabelecer tarefas e trabalhar de forma coletiva, de modo que as funções não sobrecarregam apenas uma pessoa, isso requer estabelecer horários, dividir tarefas e evitar levar problemas para casa.

A síndrome de Burnout é uma doença reconhecida pela Classificação Internacional de Doenças (CID), apresenta como código “Z73.0”, por esta razão a pessoa com esta doença tem direitos garantidos na Constituição Federal de 1988 que permite o tratamento da doença que foi adquirida no ambiente de trabalho. Para isso, pode haver afastamento das atividades desenvolvidas (O.M.S, 2010).

O tratamento é algo bastante importante, porém, encontrar meios para evitar a doença a algo ainda mais significativo, sobre este aspecto o Ministério da Saúde destaca que a prevenção da síndrome envolve mudanças. Estas mudanças englobam uma nova postura na cultura da organização do trabalho, restrições à exploração do desempenho individual, diminuição da intensidade de trabalho e da competitividade, busca de metas coletivas que incluam o bem estar de cada um (BRASIL, 2001).

No que se refere ao tratamento preventivo, há a necessidade de ações integradas, articulada entre os setores assistenciais e os de vigilância. O paciente vai necessitar de um acompanhamento multiprofissional para assim, desenvolver seu tratamento. O intuito será um atendimento interdisciplinar capaz de dar suporte ao sofrimento psíquico do trabalhador enquanto dos aspectos sociais e de intervenção nos ambientes de trabalho sejam solucionado ao longo do tempo (BRASIL, 2001).

A síndrome de Burnout é uma doença grave e silenciosa, por isso, é preciso ficar bastante atentos para qualquer sintoma, quanto antes o

tratamento for iniciado melhor será o processo de recuperação, melhorando assim, a qualidade de vida do funcionário (BRASIL, 2001).

A área da enfermagem, por se tratar de um trabalho que necessita de uma constante autonomia e participação nas tomadas de decisões, faz com que muitos profissionais fiquem vulneráveis a adoecer. A escassez pessoal, a jornada de trabalho desenvolvida por turnos, o contato direto com a doença e o sofrimento do paciente afeta a saúde física e mental do enfermeiro. É diante deste contexto que muitos profissionais da área da enfermagem acabam ficando doente, adquirindo a síndrome de Burnout (BRASIL, 2001).

3 METODOLOGIA

O presente estudo utiliza como método a revisão integrativa de literatura, que tem por finalidade, possibilitar a construção de novos saberes com fundamentação científica para a realização de práticas clínicas, tornando resultados de pesquisas e conhecimentos acessíveis e, apontando onde é necessário realizar novos estudos (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

Foram percorridas três etapas: A primeira foi destinada na seleção dos artigos, da qual apresentavam discussões sobre a síndrome de Burnout e atuação do enfermeiro, neste processo foram pré-selecionados dezesseis artigos.

No segundo momento, foi estabelecido o critério de inclusão e exclusão de estudos/amostragem, sendo que, depois de análise apenas seis artigos fundamentaram os resultados e discussões.

Na terceira etapa a análise foi mais detalhada, observando gráficos e dados estatísticos o que permitiu construir os conceitos elencados no trabalho.

A pesquisa foi conduzida por meio de artigos periódicos indexados na base de dados online, sendo esta Literatura Latino-Americana e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (LILACS) e na biblioteca eletrônica Scientific Electronic Library Online (SciELO). Os descritores utilizados foram: Enfermeiro; Esgotamento Profissional; Esgotamento físico e mental.

Para os critério de inclusão na pesquisa, foram analisados os artigos dos últimos 5 anos, em idioma português, que tivessem o título aproximado ao tema em pesquisa e após a leitura na íntegra dos artigos, foram selecionados para compor a pesquisa seis artigos que abordavam o tema do trabalho.

Os seis artigos foram escolhidos por apresentar as características e tratamento da síndrome de Burnout. Também por trazer conceitos relevantes sobre a enfermagem e a atuação do enfermeiro.

O estudo foi realizado com o objetivo de compreender como a síndrome de Burnout pode afetar a saúde do enfermeiro, identificando pontos

relevantes que atingem a qualidade de vida deste profissional. Os aspectos éticos e legais foram propriamente respeitados, sendo utilizadas publicações com periódicos nacionais, cujos autores foram citados em todos os momentos em que os artigos foram mencionados no estudo.

O estudo elencado é importante, pois pode contribuir para uma postura diferenciada frente ao trabalho, de modo a preservar a saúde e a qualidade de vida, pois, quando há o conhecimento do assunto fica mais fácil prevenir os problemas.

Vale ressaltar que o enfermeiro precisa ter uma boa saúde física e mental para assim, atender com eficaz os pacientes, que muitas vezes apresentam quadros críticos de saúde.

4 RESULTADO E DISCUSSÃO

A partir da pesquisa e dos métodos descritos foram selecionados seis artigos, sendo estes abordados a temática sobre a síndrome de Burnout. O resultado da pesquisa conduziu a discussão que a enfermagem é uma área de atuação que requer cuidados, pois os profissionais precisam disponibilizar de saúde física e mental para atuarem com qualidade em suas funções.

Segundo Ferreira; Lucca (2015), o trabalho em hospitais devido a constante distribuição do trabalho com hierarquia de autoridade, regras estabelecidas, conduz ao surgimento de conflitos em os indivíduos, o que associado a precariedade do sistema conduz ao enfermeiro um estresse elevado.

Ferreira; Lucca (2015), desenvolveu uma pesquisa com 32 funcionários de um hospital e constataram que parte do desgaste físico e mental são causas que conduz a síndrome de Burnout. Isso acarreta a falta de controle de atitudes e participação em grupo, além de outros fatores.

O resultado desta pesquisa demonstrou que grande maioria dos entrevistados era do sexo feminino com idade média de 38 anos. A média de horas trabalhadas chega a 48 horas semanais. Sendo que 20% destes profissionais ainda trabalham em outro emprego (FERREIRA; LUCCA, 2015).

A pesquisa ainda enfatizou que a maioria dos funcionários analisados tiveram pelo menos 1 afastamento do trabalho por motivo de saúde, geralmente relacionado com musculoesqueléticas e transtornos mentais. As principais dificuldades apontadas no trabalho pelos técnicos de enfermagem foram: falta de valorização profissional (72%), sobrecarga física (65%), sobrecarga emocional (63%), número insuficiente de colegas trabalhando (61%) e risco de acidente biológico (50%) (FERREIRA; LUCCA, 2015).

É exposto ainda que as atividades de enfermagem têm como predominância as mulheres e isso gera impacto e implicações psicossociais decorrentes à dupla jornada de trabalho, incluindo as atividades domésticas e cuidados com os filhos, considerando que maioria possuíam filhos (FERREIRA; LUCCA, 2015).

Nesta mesma perspectiva MOREIRA et al (2009), apresentam o resultado de suas pesquisas os aspectos importantes sobre a síndrome de Burnout, segundo pesquisa a idade média das pessoas atingidas pela síndrome, varia entre os 20 e 55 anos. O gênero mais afetado é o como já mencionado é o feminino, tendo uma porcentagem de quase 90% em relação aos homens. A doença tem maior predominância em pessoas solteiras e que tenham filhos.

Na avaliação entre enfermeiro, técnico de enfermagem e auxiliar de enfermagem, a porcentagem é maior naquelas pessoas que ocupam o cargo de técnico, atingindo quase 70% dos trabalhadores entrevistados (MOREIRA et al 2009).

Dados que também confirmam esta tese são reforçados na pesquisa de Ribeiro; Rodrigues (2014), do qual apresenta como dados o perfil das pessoas afetadas pela síndrome de Burnout. Segundo autores a síndrome é mais reconhecida no sexo feminino, em pessoas com filhos, com idade de até 40 anos e que trabalham de cinco a dez anos na área da enfermagem (RIBEIRO; RODRIGUES, 2014).

No artigo “Qualidade de Vida no Trabalho dos Profissionais de Enfermagem em Ambiente Hospitalar: uma revisão integrativa” os autores AMARAL; RIBEIRO; PAIXÃO (2015), destacam a importância da construção de espaços para refletir e planejar ações adequadas que visem atender às demandas referentes à qualidade de vida no trabalho no ambiente hospitalar, enfatizando que este aspecto é essencial, visto que os fatores identificados são referidos por integrantes das equipes de trabalho.

O objetivo desses autores foi identificar os fatores que influenciam na qualidade de vida dos enfermeiros que atuam em instituições hospitalares (AMARAL; RIBEIRO; PAIXÃO, 2015).

Ribeiro; Rodrigues (2014), define como conseqüências da síndrome de Burnout o estresse profissional que gera uma reação à tensão emocional crônica gerada a partir do contato direto, excessivo e estressante no trabalho, o que produz desgaste físico e psíquico no trabalhador.

A doença sinaliza seus primeiros sintomas, assim, é preciso ficar atento para identificação e avaliação de suas causas e determinantes. A síndrome de Burnout é a resposta do estresse laboral crônico que envolve

atitudes e alterações comportamentais negativas relacionadas ao contexto de trabalho com desconsideração do lado humano (RIBEIRO; RODRIGUES, 2015 apud CAMPOS, 2005).

A pesquisa demonstrou que a qualidade de vida no trabalho dos profissionais de enfermagem no ambiente hospitalar pode acarretar abalos físicos e psicológicos, isso por que, as condições de trabalho e a carga horária não possuem uma estrutura ideal, o que afeta a qualidade de vida dos profissionais (AMARAL; RIBEIRO; PAIXÃO, 2015).

Os profissionais de enfermagem atuam em condições que há muito tempo têm sido consideradas inadequadas devido às especificidades do ambiente e das atividades insalubres por eles executadas. O desgaste físico e emocional, a baixa remuneração e o desprestígio social são fatores associados às condições de trabalho do enfermeiro, que vem refletindo negativamente na qualidade da assistência prestada ao cliente, levando ao abandono da profissão e conseqüentemente à escassez de profissionais no mercado de trabalho (AMARAL; RIBEIRO; PAIXÃO, 2015).

Gasparino; Guirardello (2015), reforçam que a síndrome de Burnout é uma doença psicológica que se desenvolve em indivíduos expostos às fontes crônicas de estresse presentes no local de trabalho e acomete mais os que se relacionam intensamente com outras pessoas. É caracterizada por três componentes relacionados, mas independentes: exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoa.

A síndrome de burnout associada ao ambiente de trabalho que, dificultam o exercício profissional do enfermeiro o que poderá contribuir para resultados negativos e significativos para os indivíduos, para as instituições e para a sociedade (GASPARINO; GUIRARDELLO, 2015).

No artigo “Análise da atuação do Enfermeiro do Trabalho na Síndrome de Burnout em profissionais da Enfermagem” Venâncio (2014) apresenta os sinais Físicos, Psíquicos e Comportamentais em funcionários de enfermagem, destacando segundo Pereira (2002) que os sinais físicos são reconhecidos pela fadiga constante progressiva; dores musculares ou osteomusculares; distúrbios do sono; Sono agitado e pesadelos; cefaléias e enxaquecas; perturbações gastrintestinais; transtornos cardiovasculares. (VENÂNCIO, 2014 apud PEREIRA, 2002).

Já os sintomas psíquicos são caracterizados pela falta de atenção e concentração; alterações da memória; lentidão do pensamento; sentimento de alienação; sentimento de solidão; impaciência; sentimento de impotência; labilidade emocional; dificuldade de autoaceitação e baixa autoestima; astenia, desânimo e depressão; desconfiança e paranóia (VENÂNCIO apud PEREIRA, 2002).

No que diz respeito aos sintomas comportamentais, estes são entendidos como negligência ou escrúpulo excessivo; condutas aditivas e evitativas; irritabilidade; incremento da agressividade; incapacidade para relaxar; dificuldade na aceitação de mudanças; aumento do consumo de substâncias (VENÂNCIO apud PEREIRA, 2002).

Para Venâncio (2014), os fatores de estresse na equipe de enfermagem se distinguem em três categorias sendo: funcionamento organizacional; relacionamento interpessoal; sobrecarga de trabalho afetando negativamente a percepção do auxiliar de enfermagem acerca do seu contexto de trabalho e associando-se principalmente ao déficit de pessoal.

As análises e discussões oferecidas pelos autores contribuiu na implementação de mudanças que favoreçam a prática profissional do enfermeiro, possibilitando alcançar a satisfação dos envolvidos no processo, como pacientes, profissionais e instituição (GASPARINO; GUIARDELLO, 2015).

A qualidade de vida do enfermeiro vai requer um planejamento e uma organização de modo, a serem priorizadas atividades que envolvam lazer, descontração, para compensar o momento de tensão imposto pela sua função (GASPARINO; GUIARDELLO, 2015).

Foi possível perceber com a pesquisa que a grande maioria das pessoas com a doença é do gênero feminino, na idade entre trinta a quarenta anos, sendo ampliado com o passar dos anos. Assim, percebe-se que o quadro social do sujeito interfere muito no desenvolvimento da doença (GASPARINO; GUIARDELLO, 2015).

A síndrome de Burnout é decorrente a uma série de elementos sendo eles internos e externos, estes afetam a qualidade de vida da pessoa conduzindo-a a um nível elevado de estresse o que gera a doença (BRASIL, 2001).

CONCLUSÃO

A pesquisa permitiu entender o que é a síndrome de Burnout, a partir dos resultados e discussões, que a rotina desenvolvida pelos profissionais de enfermagem é estressante, pela tensão imposta pela função, a baixa remuneração, o envolvimento com paciente, acarretando muitas vezes sobrecarga, desgaste físico e emocional, e conseqüentemente levando a um esgotamento profissional, principalmente no gênero feminino, com idade entre 30 e 40 anos. Neste sentido, os profissionais precisam disponibilizar de saúde física e mental para atuarem com qualidade em suas funções.

Os assuntos discutidos no artigo são importantes para formação acadêmica dos alunos de enfermagem, pois, mediante esse conhecimento, novas posturas no campo profissional podem ser adotadas para que esta síndrome não afete sua vida enquanto desenvolvem sua carreira profissional. De posse desse conhecimento, torna-se mais fácil sinalizar os primeiros sintomas e procurar ajuda médica de modo que a doença não se agrave.

Com base nos estudo desenvolvido para minimizar o índice da síndrome de Burnout nas pessoas, principalmente na área da enfermagem seria necessário uma valorização e o reconhecimento do trabalho desenvolvido pelos sujeitos, enfim, uma reorganização na vida profissional, pessoal e social, para saber driblar as dificuldades encontradas na rotina hospitalar.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Atenção Básica.** Brasília: Ministério da Saúde; 2001.

AMARAL, J. F.; RIBEIRO, J. P.; PAIXÃO, D. X.. **Qualidade de Vida no Trabalho dos Profissionais de Enfermagem em Ambiente Hospitalar: uma revisão integrativa.** Revista Espaço para a Saúde. Londrina, v. 16, n. 1, p. 66-74, jan/mar. 2015.

FERREIRA, N. do N.; LUCCA, S. R.. Síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de um hospital público do Estado de São Paulo. **Rev. Brasileira de Epidemiologia.**São Paulo, v. 18, n 1,p. 68-79. Jan-Mar 2015.

GASPARINO, R. C.; GUIRARDELLO, E. de B.. Ambiente da prática profissional e burnout em enfermeiros. **Rev Rene.** 2015 jan-fev; 16(1):90-6.

MOREIRA, D. de S. et al. **Prevalência da Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um hospital de grande porte da região Sul do Brasil.** Cad. Saúde pública, Rio de janeiro, 2009.

NASCIMENTO L. C. et al. **Espiritualidade e religiosidade na perspectiva de enfermeiros.** Texto Contexto Enferm, Florianópolis, 2013 Jan-Mar; 22(1): 52-60.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde – CID-10.** Disponível em: <www.datasus.gov.br/cid10/v2008/cid10.ht... Acesso em: 12 nov. 2016.

REINHOLD, H. H. **O Burnout.** In: LIPP, M. (Org.). O stress do professor. 5. ed. Campinas: Papyrus, 2007. Cap. 5, p.63-80.

RIBEIRO, E. R.; RODRIGUES, U. M. P.. **Síndrome de Burnout na equipe de saúde da família: uma revisão da literatura.** Revista saúde e desenvolvimento. Vol 5, nº 3. Jan/jun 2014.

VENÂNCIO, P. C. D.. **Análise da atuação do Enfermeiro do Trabalho na Síndrome de Burnout em profissionais da Enfermagem.** Disponível em:http://www.posgraduacaoredentor.com.br/hidden/path_img/conteudo_542b22304eb18.pdf. Data de acesso: 07 de dez. 2016.