

A SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM: A EXAUSTÃO E A SÍNDROME DE BURNOUT NO CENÁRIO DE QUEM CUIDA

Érika dos Santos¹
Graziela Barbosa Freitas Scoralick²
Leilanni Ramos Coelho²
ericadossantos32@yahoo.com.br

RESUMO

A Síndrome de Burnout tem sido atualmente, um problema de grande proporção na enfermagem. Um dos modelos utilizados para avaliação da Síndrome de Burnout é o de Christina Maslach. Neste modelo, burnout é “referido como uma síndrome multidimensional constituída por exaustão emocional, desumanização e reduzida realização pessoal no trabalho”. Estudos sobre Burnout na enfermagem são justificáveis devido ao seu alto comprometimento na qualidade da assistência prestada pelo profissional de enfermagem. Os objetivos delimitados neste estudo são: Analisar por meio das Bases de Dados Eletrônicas a caracterização e a abordagem da Síndrome de Burnout no modelo de Maslach, em Profissionais de Enfermagem; Apontar os focos das pesquisas publicadas por enfermeiros, no que tange a temática Síndrome de Burnout em profissionais de Enfermagem; Apresentar os fatores causais apontados pelos profissionais de enfermagem para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em pesquisas publicadas no recorte temporal de 2017 a 2019. É um estudo de abordagem descritiva, do tipo exploratória e bibliográfica que será realizado no ano de 2019. Através deste estudo, espera-se encontrar resultados que apontem para as evidências para a Síndrome de Bournout, assim como fatores relacionais e despontar estratégias para a redução de casos de casos de bournout na enfermagem.

Palavras Chave: Enfermagem, Síndrome de Burnout, Cuidados de Enfermagem, Enfermagem do Trabalho.

1. INTRODUÇÃO

A enfermagem é uma área de muitos conflitos emocionais e psicológicos por lidar com a vida e a morte, o que causa grandes impactos nas atividades diárias desses profissionais. Conflitos enfrentados pela equipe de enfermagem, levam muitas vezes ao uso de terapias, antidepressivos e até afastamento do trabalho, acarretando problemas na área profissional e familiar.

Diversos fatores estressantes do trabalho relacionam-se com episódios de ansiedades e depressão nos profissionais de enfermagem. Diante dessa realidade, os serviços públicos e privados devem pensar a saúde do trabalhador de enfermagem na óptica da prevenção de agravos à saúde mental do trabalhador.

As doenças relacionadas ao trabalho são consideradas pela Organização Mundial Da Saúde (OMS) como multifatorial e multicausais, incluindo fatores físicos, organizacionais, individuais e socioculturais (BARBOSA et al, 2012). Os

¹ Bacharelandas do Curso de Enfermagem da Faculdade Vértix de Três Rios – UNIVÉRTIX.

² Docentes do Curso de Enfermagem da Faculdade Vértix de Três Rios – UNIVÉRTIX.

transtornos mentais mais comuns apresentam 13% do total de todas as doenças e atingem cerca de 700 milhões de pessoas no mundo, apresentando diversos tipos de sinais e sintomas, sendo os mais prevalentes a depressão, a ansiedade e o stress. Estima-se para 2020 que a depressão seja a segunda maior causa de incapacitação da população mundial (SANTANA et al, 2016).

A Síndrome de Burnout não é algo novo, quando se fala em psicologia e saúde do trabalhador. Ela vem sendo estudada desde 1974 por Freudenberger em seu artigo *Staff Burnout*. A Síndrome de Burnout começou a ser estudada nos Estados Unidos e disseminou rapidamente por todo o mundo, devido aos grandes problemas de estresse relacionado à falta de estímulo e aos acidentes sofridos pelos trabalhadores (BENEVIDES; PEREIRA, 2004).

Benevides; Pereira (2004, p. 36) definem o termo Burnout como *“Burn out ou burnout – ‘queimar até a exaustão’, indicando colapso que sobrevêm após a utilização de toda a energia disponível”*. A autora retrata ainda que este termo fora utilizado por Shakespeare em seus textos eruditos e constitui nos dias de hoje uma gíria de rua que se refere “aquele que se consumiu pelas drogas”.

Na psicologia, um dos modelos utilizados para avaliação e definição da Síndrome de Burnout é o de Christina Maslach (MASLACH; JACKSON, 1986). Neste modelo, burnout é “referido como uma síndrome multidimensional constituída por exaustão emocional, desumanização e reduzida realização pessoal no trabalho”.

A atuação da equipe de enfermagem é direcionada para o gerenciamento dos cuidados “direto e indireto”, que refletem na organização da assistência. Barreto (2009, p.34) afirma que o cuidar envolve um agir, uma atitude do enfermeiro integrado por duas formações: a pessoal e a profissional. Para esta autora as repercussões desses valores, com reflexos na prática dos enfermeiros, podem ser percebidas no cotidiano, no relacionamento entre clientes e profissionais de enfermagem perpassando pela subjetividade do profissional que assiste, intervindo no cuidar, no agir humano.

No gerenciamento do cuidado, o enfermeiro é responsável pela qualidade do serviço prestado ao cliente. Neste processo de gerenciamento, a Sistematização da Assistência de Enfermagem (SAE) é uma ferramenta indispensável para garantir a qualidade do serviço.

Neste sentido, ressalta-se que a SAE é um processo que está sempre em constante readaptação, pois segundo Scoralick (2010, p.33) a qualidade da assistência depende da rotina do serviço de uma instituição e da articulação gerencial que o enfermeiro utiliza ao organizar a assistência. Scoralick (2010, p. 33) afirma que:

“a otimização dos serviços prestados por uma instituição deve ser avaliada continuamente para que as adaptações necessárias sejam sempre realizadas ao passo que as tecnologias se renovam e o conhecimento científico avança” (SCORALICK, 2010).

O enfermeiro e a equipe de enfermagem “esbarram diariamente” na exigência de garantir a otimização no serviço prestado, o que influencia nas expectativas e frustrações do profissional. Para isso, o profissional de enfermagem precisa estar em constante capacitação e atualização, seja por iniciativa própria ou pelo Serviço de Educação Permanente das Instituições de Saúde.

Nos cenários do cuidado, toda a assistência ao cliente é gerenciada pelo enfermeiro, de acordo com o dimensionamento de pessoal de enfermagem. Devido às inúmeras expectativas e frustrações que o profissional de enfermagem passa para

garantir um serviço de qualidade, este estudo se **justifica** no alto índice de profissionais de saúde sofrendo com síndrome de estafa (síndrome de burnout).

Tironi et al (2009, p. 660) apontam que “a elevada prevalência de burnout foi observada na situação de alta exigência da modelo demanda – controle, [...] confirmando com isso que o trabalho em alta exigência concentra os maiores riscos à saúde do trabalhador”.

A **relevância social** desta pesquisa se ancora na importância de tornar explícito para os profissionais de enfermagem como se desenvolve a Síndrome de Burnout e o que têm preocupado a classe de enfermeiros a respeito desta temática. Assim, o enfermeiro pode agir com maior domínio gerencial no momento de alocar e dimensionar a equipe para a execução dos cuidados, priorizando para os enfermeiros assistenciais os cuidados mais complexos. Neste sentido, os fatores causais da Síndrome de Burnout podem ser monitorados e trabalhados em equipe, para assim manter a otimização do serviço com menor estafa do profissional.

Como ressaltado, é de suma importância que o profissional de enfermagem conheça os fatores causais, os sinais e sintomas e os agravos da Síndrome de Burnout. Neste sentido, a pesquisa que se segue traz como problema de pesquisa as seguintes questões norteadoras, a saber: (1) Como a Síndrome de Burnout se desenvolve através do modelo de Maslach apontado em estudos de 2017 a 2019?; (2) Quais focos os enfermeiros têm dado para as pesquisas que abordam a Síndrome de Burnout publicadas entre 2017 até 2019?; (3) Quais fatores causais têm sido apontados pelos profissionais de enfermagem para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em pesquisas publicadas no recorte temporal de 2017 a 2019?

Diante das questões explicitadas, o **objeto** de estudo delimitado para esta pesquisa foi: a caracterização da *Síndrome de Burnout* pelo modelo da psicóloga Maslach, tal como sua incidência em Profissionais de Enfermagem e a abordagem desta síndrome nas pesquisas publicadas por enfermeiros entre 2017 e 2019.

Para responder o problema de pesquisa em suas questões norteadoras, foram formulados os seguintes **objetivos**: (1) Analisar por meio das Bases de Dados Eletrônicas a caracterização e a abordagem da Síndrome de Burnout no modelo de Maslach, em Profissionais de Enfermagem; (2) Apontar os focos das pesquisas publicadas por enfermeiros, no que tange a temática Síndrome de Burnout em profissionais de Enfermagem; (3) Apresentar os fatores causais apontados pelos profissionais de enfermagem que atuam em UTI para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em pesquisas publicadas no recorte temporal de 2017 a 2019.

2. METODOLOGIA

Este trata-se de um estudo de abordagem descritiva, do tipo exploratória e bibliográfica. Foi escolhida a abordagem descritiva, pois segundo Silva (2001, p. 21) esta abordagem “envolve o uso de técnicas padronizadas de coleta de dados: questionário e observação sistemática. Assume, em geral, a forma de Levantamento”.

A escolha da característica exploratória e bibliográfica se deu, pois de acordo com Silva (2001, p. 21) a pesquisa explicativa “visa identificar os fatores que determinam ou contribuem para a ocorrência dos fenômenos e aprofunda o conhecimento da realidade porque explica a razão, o “porquê” das coisas”.

Quanto ao procedimento técnico optou-se pela pesquisa bibliográfica, que segundo Gil (2008) é aquela “elaborada a partir de material já publicado, constituído principalmente de livros, artigos de periódicos e atualmente com material disponibilizado na Internet”. Este estudo apresentará o procedimento técnico da

pesquisa bibliográfica por meio do método da revisão integrativa da literatura apresentado por Mendes, Silveira e Galvão (2008).

A pesquisa ocorrerá em sete etapas. A primeira etapa constituiu na escolha da temática e delimitação do tema, leitura de literaturas associadas à temática e escolha dos objetivos gerais e específicos da pesquisa, de acordo com a problemática e o objeto de estudo. A segunda é a construção de um referencial teórico. Nesta etapa foram definidos para abordagem o conceito da Síndrome de Burnout, a Teoria de Maslach, os Sintomas, as Causas, a Avaliação, a Prevenção e o Tratamento da Síndrome de Burnout.

A terceira etapa da pesquisa foi a escolha da Metodologia. A quarta etapa tratou-se de uma busca na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS / DeCS – Descritores em Ciências da Saúde) pelos Descritores. A quarta foi a definição do recorte temporal para busca dos artigos científicos nas Bases de Dados, que foi de 2017 a 2019. Nesta etapa, definiu-se os fatores de inclusão e exclusão e o instrumento de coleta de dados apresentada no método de Mendes, Silveira e Galvão (2008).

A quinta etapa foi a busca dos artigos, coleta dos dados e organização dos dados. A sexta, será a apresentação, análise e discussão dos dados. A sétima, a finalização da pesquisa com as considerações finais e recomendações para a enfermagem baseada em evidências. Os critérios de inclusão definidos para esta pesquisa foram os seguintes: artigos publicados no recorte temporal de 2017 a 2019, apenas artigos com texto na íntegra e nas linguagens português, inglês e espanhol.

Serão excluídas as pesquisas encontradas que não apresentarem o texto na íntegra, que estiverem em outras linguagens, que não se enquadrarem nos objetos e objetivos delimitados nesta pesquisa. A coleta de dados ocorrerá na seguinte sequência: pesquisa de artigos na Biblioteca Virtual da Saúde (BVS) nas bases LILACS, SCIELO (Scientific Eletronic Libray On-line) e MEDLINE. Na busca dos artigos, os descritores serão agrupados de forma a saturar a busca.

3. REFERÊNCIAS

BARRETO, V. P. M. **A Gerência do Cuidado Prestado pelo Enfermeiro a Clientes Internados em Terapia Intensiva**. Tese (Mestrado em Enfermagem) Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro – UNIRIO, Rio de Janeiro. 2009, 116f.

BENEDITES, A. M; PEREIRA, T. **A Síndrome de Burnout**. In: [Anais do Congresso Internacional sobre Saúde Mental no Trabalho]. Goiás, 2004. Disponível em: http://www.prt18.mpt.gov.br/eventos/2004/saude_mental/anais/artigos/2.pdf.

BRASIL. **Resolução nº 293 de 2004 - Fixa e Estabelece Parâmetros para o Dimensionamento do Quadro de Profissionais de Enfermagem nas Unidades Assistenciais das Instituições de Saúde e Assemelhados**. Portal COFEN [online]; Disponível em: <http://site.portalcofen.gov.br/node/4329>. Acesso em: 02 de setembro 2019.

RODRÍGUEZ, L. D; MORALES, M. A; VILLANUEVA, I. C; LAO, C. F; POLLEY, M; PEÑAS, C. F. de las. **Uma sessão de Reiki em enfermeiras diagnosticadas com síndrome de Burnout tem efeitos benéficos sobre a concentração de IgA salivar e a pressão arterial**. Rev. Latino-Am. Enfermagem. Ribeirão Preto. v.19, n.5, set./out., 2011. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v19n5/pt_10.pdf.

EZAIAS, G. M; GOUVEA, P. B; HADDAD, M. C. L; VANNUCHI, M. T. O; SARDINHA, D. S. S. **Síndrome de Burnout em Trabalhadores de Saúde em um Hospital de Média Complexidade.** *Revista de Enfermagem da UERJ*, out – dez. Rio de Janeiro, 2010. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v18n4/v18n4a04.pdf>.

FRANÇA, S. P. S; ANICETO, E. V. S; MARTINO, M. M. F. **Preditores da Síndrome de Burnout em enfermeiros de serviços de urgência pré-hospitalar.** *Acta Paulista de Enfermagem*. São Paulo, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ape/v25n1/v25n1a12.pdf>.

FRANCO, G. P; BARROS, A. L. B; MARTINS, L. A. N; ZEITOUN, S. S. **Burnout em Residentes de Enfermagem.** *Revista da Escola de Enfermagem da USP*. São Paulo, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pe/v7n1/v7n1a03.pdf>.

FOGAÇA, M. C; CARVALHO, W. B; CÍTERO, V. A; NOGUEIRA-MARTINS, L. A. **Fatores que tornam estressante o trabalho de médicos e enfermeiros em Terapia Intensiva Pediátrica e Neonatal: estudo de revisão bibliográfica.** *Revista Brasileira de Terapia Intensiva*. São Paulo, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v45n1/02.pdf>.

GALINDO, R. H; FELICIANO, K. V. O; LIMA, R. A. S; SOUZA, A. I. **Síndrome de Burnout entre enfermeiros de um hospital geral da cidade do Recife.** *Revista da Escola de Enfermagem da USP*. São Paulo, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v46n2/a21v46n2.pdf>.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

JODAS, D. A; HADDAD, M. C. L. **Síndrome de Burnout em Trabalhadores de Enfermagem de um Pronto Socorro de Hospital Universitário.** *Acta Paulista de Enfermagem*. São Paulo, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ape/v22n2/a12v22n2.pdf>.

MASLACH, C; JACKSON, S. **Manual: Maslach Burnout Inventory MBI.** Palo Alto, University of California. Consulting Psychologists. Califórnia, USA, 1986. Disponível em: Social Psychology Network - Christina Maslach: <http://maslach.socialpsychology.org/>.

MENDES, K.D.S; SILVEIRA, R.C.C.P; GALVÃO, C.M. **Revisão Integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidência na saúde e na enfermagem. Texto Contexto Enfermagem.** Florianópolis, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v17n4/18.pdf>.

MENEZHINI, F; PAZ, A.A; LAUTERT, L. **Fatores Ocupacionais Associados aos Componentes da Síndrome de Burnout em Trabalhadores de Enfermagem.** *Texto Contexto Enfermagem*, Florianópolis, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v20n2/a02v20n2.pdf>.

SCORALICK, G. B. F. **A gerência do cuidado de enfermagem na prevenção e tratamento de úlceras por pressão no cliente idoso hospitalizado.** Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) Universidade Federal Fluminense – Niterói: [s.n.], 2010, 131p.

SILVA, E. L; MENEZES, E.M. **Metodologia da Pesquisa e Elaboração de Dissertação.** – 3. ed. rev. atual. – Florianópolis: Laboratório de Ensino a Distância da UFSC, 2001, 121p.

TIRONI, M. O. S e colab. **Trabalho e Síndrome da Estafa Profissional (Síndrome de Burnout) em Médicos Intensivistas de Salvador.** *Revista da Associação Médica Brasileira.* Bahia, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ramb/v55n6/09.pdf>.