

A ENFERMAGEM E A SÍNDROME DE BURNOUT: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Claudineia Alves da Gama ⁽¹⁾

Letícia Kreutzfeldt Santana ⁽²⁾

Luciane Inês Grot Diehl ⁽³⁾

Luana Souza Matheus ⁽⁴⁾

RESUMO

A síndrome de Burnout é definida como a síndrome do esgotamento profissional que atinge pessoas que atuam no contato direto com outras pessoas. Os profissionais de enfermagem possuem grandes chances de desenvolverem a síndrome por conta de sua rotina de relacionamento com os pacientes e a sua equipe de trabalho, sendo um ambiente de grandes variações emocionais. Dessa forma, foi realizada uma revisão bibliográfica integrativa, em que foram selecionados cinco artigos através da plataforma de pesquisa Google Acadêmico utilizando as palavras-chave Enfermagem, Síndrome de Burnout e Revisão integrativa. Através desses artigos foram apontados os aspectos da síndrome e sua relação com a profissão de enfermagem, os fatores acarretam no desenvolvimento da síndrome na vida dos profissionais de Enfermagem, a importância da produção desses materiais para os profissionais de enfermagem e, por fim, foi identificada uma necessidade da produção de material científico acerca do assunto.

PALAVRAS-CHAVE: Enfermagem; Síndrome de Burnout; Revisão integrativa.

ABSTRACT

Burnout syndrome is defined as the professional burnout syndrome that affects people who work in direct contact with other people. Nursing professionals have great chances of developing the syndrome due to their routine of relationship with patients and their work team, being an environment of great emotional variations. Thus, an integrative bibliographic review was carried out, in which five articles were selected through the Google Scholar search platform using the keywords Nursing, Burnout Syndrome and Integrative review. Through these articles, aspects of the syndrome and its relationship with the nursing profession were pointed out, the factors lead to the development of the syndrome in the life of nursing professionals, the importance of producing these materials for nursing professionals and, finally, a need for the production of scientific material on the subject.

KEYWORDS: Nursing; Burnou Syndrome; Integrative Review.

INTRODUÇÃO

Segundo CAMPOS (2005) o trabalho se tornou uma atividade essencial para a sobrevivência do homem em sociedade e tornando-se um gerador de expectativas, de frustrações e de triunfos, consumindo metade da vida do homem e sendo um influenciador para a definição de interesses e formação de identidade pessoal. No ambiente de trabalho as variantes nas situações e emoções podem levar o indivíduo a um desgaste emocional que contribui para o estresse, exigindo esforço e comprometendo a qualidade de vida do trabalhador.

Nesse âmbito, NOGUEIRA (2018) descreve a Síndrome de Burnout através da perspectiva social psicológica que define o Burnout como uma síndrome psicológica resultante de situações de estresse geradas no trabalho envolvendo seu desenvolvimento profissional e sua relação com os demais. Entre os seus sintomas característicos estão: a exaustão emocional que é acarretada pelo estresse prolongado, nela o indivíduo sente falta de motivação, irritabilidade e cansaço físico; o ceticismo em que o profissional passa a agir de modo pessimista e despersonaliza as pessoas ao seu redor; a diminuição da realização profissional em que o profissional perde o rendimento e o ânimo para o desempenho de suas atividades. Assim, o trabalhador perde o sentido da sua relação com o trabalho e faz com que as coisas já não tenham mais importância.

O termo Burnout surgiu no ano de 1974 através do psicanalista americano Herbert Freudenberger, decorrente de experiências enfrentadas pelo próprio psicanalista e seus colegas. Eles atuavam no tratamento e recuperação de dependentes químicos e decidiram detectar e estudar os aspectos dos sentimentos gerados nos profissionais que trabalhavam diretamente com os pacientes. Dessa forma, o termo passou a ser utilizado por outros pesquisadores e é utilizado até hoje. (FOGAÇA, 2020, p.39)

Na profissão de enfermagem ocorre uma maior propensão no desencadeamento da síndrome, por se tratar de uma profissão que tem contato direto com seus pacientes e demais envolvidos, lidando com situações de grande variação emocional, estresse e morte. Além do mais, são atribuídas a esse quadro outras questões como a ambiguidade do papel do profissional, o excesso de trabalho, a falta de autonomia e autoridade nas tomadas de decisões

que são fatores que contribuem significativamente para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout nesses profissionais. (KEBIAN, 2010, p. 52 apud MOREIRA, 2009)

Desse modo, tendo em vista o fato de que os profissionais de enfermagem são extremamente propensos a desencadear a Síndrome de Burnout esse trabalho teve como objetivo identificar através da leitura e análise bibliográfica de materiais nacionais, realizados no período de 2005 a 2020. As pesquisas foram realizadas através do site Google Acadêmico e foram utilizadas as palavras-chave: Enfermagem, Síndrome de Burnout e Revisão Integrativa. Assim, foram utilizados um total de cinco artigos que foram selecionados através dos critérios de inclusão e exclusão.

Por fim, o trabalho foi realizado através da metodologia qualitativa que foi dividido em tópicos, sendo eles: “A Síndrome de Burnout e sua relação com a enfermagem”, em que são retratados os aspectos da síndrome e sua relação com a profissão de enfermagem; “Fatores que auxiliam no desenvolvimento da síndrome”, em que são expostos quais os fatores acarretam no desenvolvimento da síndrome na vida dos profissionais de Enfermagem; “A relevância das produções científicas sobre a Síndrome de Burnout”, em que são expostos materiais relevantes ao assunto e é discorrido sobre a importância da produção desses materiais para os profissionais de enfermagem.

PROCEDER METODOLÓGICO

Esse trabalho teve como objetivo a análise de materiais nacionais através da metodologia de revisão integrativa, pois ela tem sido utilizada pela Enfermagem nos últimos anos e tem contribuído para a visibilização das questões de melhoria da prestação de cuidados. Foram utilizados artigos realizados no período de 2005 a 2020, com o intuito de identificar como as pesquisas científicas tem se aprimorado de modo a fornecer aos profissionais métodos de diagnóstico e prevenção a Síndrome de Burnout. (SOUZA, 2017, p. 25.)

Sousa (2017, p.20) se refere a revisão integrativa da leitura como um método que está relacionado com a formas de pesquisa com relação a um tema específico, a construção da

teoria crítica sobre o tema e a relação dos conteúdos que o abrangem. Também está relacionado com os métodos de intervenções aplicáveis permitindo a identificação de possíveis fragilidades que poderão ser pautadas futuramente em outras investigações.

A base de dados escolhida foi o site Google Acadêmico, sendo utilizados os conceitos Enfermagem, Síndrome de Burnout e Revisão Integrativa. Durante o processo foram selecionados artigos no idioma da língua portuguesa que tratassem sobre a Síndrome de Burnout e a profissão de Enfermagem e que possuísem a data de publicação entre o período de 2005 até o ano de 2020. Nos critérios de inclusão e exclusão foram selecionados cinco artigos e foram descartados os materiais produzidos fora do período de 2005 a 2020 e que não obtivessem relação ao tema da Síndrome de Burnout e a profissão de Enfermagem.

Durante a pesquisa os artigos foram selecionados através da leitura dos resumos e logo após foram organizados seus títulos, autores, ano de publicação, metodologia empregada e análise dos objetivos do trabalho, como apresentado na tabela abaixo:

Título	Autores	Ano	Metodologia	Análise do artigo
A metodologia da revisão integrativa da literatura em enfermagem	Sousa, L.M.M.; Marques-Vieira, C.M.A; Severino, S.S.P. & Antunes, A.V.	2017	Metodologia de Revisão Integrativa da Literatura em Enfermagem	Tem como objetivo apresentar os conceitos gerais e as etapas para a elaboração de uma revisão integrativa de literatura, com base na mais recente evidência científica.
Burnout: uma revisão integrativa na enfermagem oncológica	CAMPOS. R. G.	2005	Método de Revisão Integrativa - Dissertação (Mestrado em Enfermagem)	Tem como objetivo fazer uma análise da produção científica nacional e internacional referente a Síndrome de Burnout, caracterizando a produção e os métodos de investigação utilizados, de modo a identificar os fatores desencadeantes da síndrome.
Impactos da Síndrome de Burnout na Enfermagem	NOGUEIRA. L. S. F.	2019	Revisão da literatura, qualitativa, com abordagem descritiva	Tem como objetivo descrever o que acontece com o profissional Enfermeiro que adquire essa síndrome e suas consequências no

				cotidiano, discutindo fatores que favoreçam o desenvolvimento da síndrome e sua possível sintomatologia, bem como tratamento
A Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem	SILVA, K.S.G.; FOGAÇA, J.A.; SILVA, S.M.; LEMOS, L.R; AOYAMA, E.A.	2020	Pesquisa Bibliográfica	Tem o objetivo de descrever a síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem
A Síndrome de Burnout nos estudos de enfermagem: uma revisão bibliográfica	KEBIAN,L.V.A .; FURTADO,C. M.S.C.; PAULINO,E.F. R	2010	Pesquisa Bibliográfica	Teve como objetivo revisar parte da produção científica nacional de enfermagem que aborda a Síndrome de Burnout e identificar seus aspectos relevantes

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Síndrome de Burnout e sua relação com a Enfermagem

A relação entre a Síndrome de Burnout e a enfermagem tem sido estudada ao longo dos anos, resultando em diferentes perspectivas e conclusões acerca do assunto. Fogaça (2020) caracteriza o Burnout como “[...] a Síndrome do esgotamento profissional.”, que ocorre com mais frequência em pessoas que possuem uma vida profissional e pessoal rigorosa que é atribuída as pessoas que possuem dupla jornada como no caso da Enfermagem. Alguns assuntos relacionados ao ambiente profissional como a má organização do trabalho, a sobrecarga de trabalho estimulada pela remuneração e a falta de autonomia são alguns fatores que tornam a Enfermagem uma profissão com grande possibilidade de desencadear a Síndrome.

A Síndrome pode ser associada a três componentes: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização no trabalho que podem estar associados ou não, ela afeta os profissionais que atuam diretamente com pessoas, podendo gerar consequências

irreversíveis. Os sentimentos de incompetência e insatisfação ocorridos de forma recorrente podem gerar um estresse ocupacional e levar o profissional a desencadear a Síndrome de Burnout. Entre os principais sintomas da Síndrome estão: a irritabilidade com a equipe e a perda de interesse no trabalho. (NOGUEIRA, 2019, p. 9-10)

Kebian (2010) afirma que a Síndrome afeta principalmente os profissionais que mantêm um contato direto com pacientes e seus familiares, assim como, a “sobrecarga no trabalho, ausência de controle, recompensas insuficientes, conflitos interpessoais, ausência de lealdade e conflitos de valor” influenciam no desencadeamento da Síndrome nos profissionais de Enfermagem. Fatores como gênero, idade, estado civil e número de filhos também influenciam no desencadeamento da Síndrome.

Segundo Campos (2005) o Burnout explica “grande parte das consequências do impacto das atividades ocupacionais para o trabalhador e para as organizações”. Podendo ser confundido com o stress, por conta de apresentarem sintomas semelhantes, ambas se diferem pelo fato de o stress ser um “[...] desgaste causado pelas alterações psicofisiológicas” podendo ser causado por situações extremas de humor, podendo ser tristeza, alegria, ansiedade, incômodo, entre outros. Outrossim, o Burnout é ocasionado por um estresse a longo prazo que gera uma resposta aversiva do organismo e afeta diretamente a relação do profissional com seus pacientes e sua equipe de trabalho.

Fatores que auxiliam no desenvolvimento da síndrome

É evidente que os profissionais de enfermagem possuem grande propensão a desenvolverem a Síndrome de Burnout devido a várias características que envolvem a sua vida. Dessa forma, Campos (2005, p. 43-46) define alguns fatores como responsáveis pelo desencadeamento da síndrome, sendo eles:

- Características Pessoais: idade, estado civil, filhos, sexo, nível educacional, personalidade, resistência aos estressores, neurotismo, sentido de coerência, motivação e idealismo;
- Características do Trabalho: tempo de profissão e ocupação.

Também são apontados como fatores que contribuem para o desencadeamento da síndrome a falta de preparo emocional para as situações de variação emocional e luto durante a graduação. Assim como, as dificuldades em lidar com as próprias emoções (p. 17), a inabilidade científica e de comunicação (p. 92), a sobrecarga de trabalho (p. 47), entre outros fatores. CAMPOS (2005)

Os profissionais de enfermagem sofrem com a baixa remuneração com relação ao grande excesso de tarefas de trabalho, levando-os a buscarem outras alternativas de serviço e causando exaustão física e emocional. Dessa forma, a sobrecarga de trabalho leva os profissionais a se sobrecarregarem e a desenvolverem o sentimento de incompetência que a longo prazo pode desencadear a Síndrome. (NOGUEIRA, 2019, p. 2 – 9)

A dupla jornada de trabalho e a exigência profissional a que os profissionais de enfermagem são submetidos juntamente com a dificuldade de organização e autonomia no serviço e o isolamento social devido ao cansaço também torna os profissionais de enfermagem suscetíveis a desenvolverem a Síndrome de Burnout. (FOGAÇA, 2020, p. 39 - 41)

Kebian (2010) afirma que mulheres e jovens solteiros são mais suscetíveis a desenvolverem a Síndrome (p. 57). De mesmo modo, as pessoas com mais experiência no trabalho e pessoas com relacionamentos estáveis possuem menos chance de desenvolverem a Síndrome (p. 57). No âmbito profissional a sobrecarga de trabalho, os conflitos interpessoais e de valores, a ausência de controle e a recompensas insuficientes (p. 58) são fatores de estresse que a longo prazo podem desencadear a Síndrome de Burnout.

A relevância das produções científicas sobre a Síndrome de Burnout

O Brasil conta com um grande número de profissionais de enfermagem - cerca de 780.000 profissionais – a produção de material científico relacionado ao perfil de adoecimento desses profissionais tem sido escassa no país. Os profissionais da área de enfermagem permanecem um maior período de tempo ao lado dos pacientes durante o processo terapêutico de recuperação, podendo influenciar e ser influenciado emocionalmente por seus pacientes. Sendo, portanto, de suma importância a produção de material científico acerca do assunto. (CAMPOS, 2005, p.16)

Dentre os estudos e cuidados relacionados a prevenção à saúde do profissional de enfermagem prevalecem as questões biológicas relacionadas a contaminações e a acidentes de trabalho (KEBIAN, p. 53). No entanto, faz-se necessário o desenvolvimento de estudos que analisem “não só os aspectos fisiológicos da doença, mas também às respostas emocionais e psicológicas que fazem parte do processo de saúde e doença”. (FOGAÇA, p.39)

Nesse âmbito é necessário que haja uma maior preocupação com a identificação e diminuição da ocorrência dos fatores e situações que podem vir a desencadear a Síndrome de acordo com cada âmbito específico. Alguns aspectos emocionais expressos através de atitudes depressivas como “sentimentos de incompetência e insatisfação com a atividade desenvolvida e estresses ocupacionais, se persistentes” podem ser evidências para o desencadeamento da Síndrome. (NOGUEIRA, p. 9)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A incidência de casos de profissionais que desenvolvem a Síndrome de Burnout é significativa, desse modo, se faz necessária a produção de materiais científicos para auxiliar esses profissionais no diagnóstico, tratamento e prevenção da Síndrome. Tais materiais atuam conscientizando com relação aos sintomas e consequências destes que muitas vezes passam despercebidos devido a rotina que esses profissionais enfrentam.

O auxílio da equipe multiprofissional no diagnóstico, tratamento e prevenção da doença e um ambiente de trabalho que forneça aos profissionais as condições básicas para se manterem no ambiente de forma saudável também são importantes fatores para a manutenção da saúde do profissional de enfermagem. Por vezes é necessária a comunicação e encorajamento desses profissionais já que a síndrome além de ocasionar em diminuição do rendimento profissional como consequência pode levar o profissional a desenvolver depressão e até mesmo a cometer suicídio.

É de suma importância o diagnóstico dos fatores desencadeantes da Síndrome na vida desses profissionais e o tratamento através de um tratamento multiprofissional. Assim como, o controle com relação a carga horária de trabalho através de acompanhamento psicológico, assim, visando não somente a melhoria no desempenho profissional, mas também a melhoria da qualidade de vida em suas relações pessoais.

REFERÊNCIAS

CAMPOS, R.G. Burnout: uma revisão integrativa na enfermagem oncológica. Dissertação (Mestrado em Enfermagem). Bibliografia: f. 135-145. Universidade de São Paulo, Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, 2005, p. 16.

NOGUEIRA, Lara Sandra Fernandes Nogueira. Impactos da Síndrome de Burnout na Enfermagem. Orientador: Rennée Cardoso. 2018. 12f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Enfermagem) - *Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos*, 2018.

SILVA, K.S.G.; FOGAÇA, J.A.; SILVA, S.M.; LEMOS, L.R.; AOYAMA, E.A. A Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem. *Faculdade Juscelino Kubitschek*, Brasília, Distrito Federal, p.39, jan.2020.

KEBIAN,L.V.A.; FURTADO,C.M.S.C.; PAULINO,E.F.R. A Síndrome de Burnout nos estudos de enfermagem: uma revisão bibliográfica. 2010. *Revista Corpus et Scientia*, Rio de Janeiro, vol.6, p. 52, ago. 2010.

SOUSA, L.M.M.; MARQUES-VIEIRA, C.M.A; SEVERINO, S.S.P. & ANTUNES, A.V. (2017). A Metodologia de Revisão Integrativa da Literatura em Enfermagem. *Revista Investigação Enfermagem*, Ser. II(21), 17-26, p. 20.