

SÍNDROME DE BURNOUT: UM ESTUDO BIBLIOGRÁFICO SOBRE A SUA OCORRÊNCIA EM ENFERMEIROS

- Lidiane de Fátima Barbosa Guedes** Psicóloga. Mestra em Psicologia Social.
Professora Assistente dos curso de
Graduação da Escola Bahiana de Medicina e
Saúde Pública (EBMSP)
- Gervânia Alves Goes** Enfermeira. Pós graduanda em Enfermagem
do Trabalho da Escola Bahiana de Medicina
e Saúde Pública (EBMSP)
- Raissa de Moura Reis** Enfermeira. Pós graduanda em Enfermagem
do Trabalho da Escola Bahiana de Medicina
e Saúde Pública (EBMSP)
- Rute Silva dos Santos** Enfermeira. Pós graduanda em Enfermagem
do Trabalho da Escola Bahiana de Medicina
e Saúde Pública (EBMSP)

Resumo

Burnout é definida como uma síndrome característica do estresse ocupacional duradouro, que está relacionado a um conjunto composto por comportamento de isolamento, esgotamento e desilusão do profissional referente ao seu trabalho. **Objetivos:** Este trabalho objetiva identificar as causas e consequências da Síndrome de Burnout em Enfermeiros que atuam em hospitais, apresentando possíveis medidas preventivas para implementação nos serviços de saúde ocupacional. **Metodologia:** Pesquisa descritiva e qualitativa realizada por meio de revisão bibliográfica. A abordagem do tema ocorreu por meio de divisão em categorias que abordam as causas, repercussões e medidas preventivas da Síndrome de Burnout. **Resultados e Discussões:** A partir da análise dos resultados, constatou-se que o estresse ocupacional crônico é resultante de um processo de trabalho marcado por jornada de trabalho extensa,

realizada em turnos, sobrecarga de atividades, lidar com o sofrimento do paciente – constantemente. Além de precárias condições de trabalhos, possui influência no cotidiano pessoal e profissional dos enfermeiros. **Conclusão:** é imprescindível uma visão mais aprofundada da síndrome de Burnout, para que se tenha, além da promoção da qualidade de vida do trabalhador no ambiente de laboral, meios que previnam o surgimento da própria síndrome.

Palavras-chave: Enfermagem. Esgotamento profissional. Doenças profissionais. Pessoal de saúde. Saúde do trabalhador.

BURNOUT SYNDROME: A BIBLIOGRAPHIC STUDY ON THEIR OCCURRENCE IN NURSES THAT ACT IN HOSPITALS

Abstract

Burnout is defined as a characteristic of lasting occupational stress syndrome, which is related to a group composed of insulating behavior, exhaustion and professional disappointment regarding your work. **Objectives:** To identify the causes and consequences of burnout syndrome in nurses working in hospitals, with possible preventive measures for the implementation of occupational health services. **Methodology:** descriptive and qualitative study was conducted through literature review. The theme approach was through division into categories that address the causes, consequences and preventive measures of burnout syndrome. **Results and Discussion:** From the result analysis, it was found that chronic occupational stress is the result of a working process marked by long working hours, held in shifts, overload of activities, dealing with the patient's suffering - constantly. In addition to poor conditions of work, it has influence on personal and professional tasks of nurses. **Conclusion:** further insight into the Burnout syndrome is essential, in order to have, in addition to the promotion of workers' quality of life in the working environment, means to prevent the appearance of the syndrome itself.

Keywords: Nursing. Burnout, professional. Occupational diseases. Health personnel. Occupational health.

INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout foi definida na década de 70, pelo americano Herbert Freudenberger, na publicação de um artigo na área da psicologia. O termo foi utilizado para relatar situações observadas em jovens voluntários e idealistas. Sem embargo, a psicóloga Christina Maslach, em 1976, ao aprofundar os estudos nas reações emocionais de profissionais que atuam ajudando ao próximo, utilizou o termo para descrever o que advogados californianos falavam sobre seus companheiros que perdiam aos poucos o interesse e a responsabilidade profissional (SCHWARTZMAM, 2004).

Burnout é uma palavra inglesa que significa algo ou alguém que deixou de funcionar por esgotamento de energia, exaustão física e mental, em virtude da não adaptação do profissional a um trabalho estressor e com elevada carga tensional (ANDRADE e CARDOSO, 2012). Segundo Freudenberger (1974) o Burnout é uma consequência do estresse ocupacional duradouro, que está relacionado a um conjunto composto por comportamento de isolamento, esgotamento e desilusão do profissional referente ao seu trabalho.

A síndrome de Burnout pode ser compreendida em três dimensões: a exaustão emocional, caracterizada pelo sentimento de esgotamento emotivo, diminuição da eficiência e insatisfação dos trabalhadores; a despersonalização, com a ausência de sensibilidade emocional e a frieza perante a equipe; e a redução da realização profissional, que ocorre uma baixa na sensação de eficiência em referência sua ocupação (GIL-MONTE, 2003; CARLOTTO e PALAZZO, 2006). Esta síndrome colabora vigorosamente para a privação da qualidade de vida do trabalhador, de sua família e do relacionamento social, ademais de acarretar danos ao ambiente ocupacional e às organizações, como a elevada rotatividade de pessoal, taxas de absenteísmo, abandono do emprego, pedidos de licença e problemas com a qualidade da assistência prestada.

Os altos índices de absenteísmo dos enfermeiros e a deterioração na qualidade de serviços de instituições de saúde são alguns dos fatores ocasionais para que a profissão de enfermagem seja classificada como a quarta profissão mais estressante no setor público. (GIL MONTE, 2002). Os enfermeiros estão expostos com frequência a situações de sobrecarga física e mental nos ambientes de trabalhos, como ocorrências emergenciais que impõem atividades que sobrecarregam o trabalhador (MOREIRA et al., 2009). Além do mais esta situação é reforçada com a jornada de trabalho extensa, conflitos no trabalho em equipe, inexistência de plano de cargos e salários, sobrecarga de atividades.

Segundo a Health Education Authority, a enfermagem é classificada como a quarta profissão mais estressante do setor público (MUROFUSE et al., 2005). Esta encontra-se entre as profissões que mais tem desenvolvido a Síndrome de Burnout, devido a jornada de trabalho ser realizada em variados turnos, carga horária excessiva, falta de reconhecimento profissional, lidar com o sofrimento do paciente constantemente, condições de trabalhos precárias, entre outros.

Este estudo se propôs a identificar as causas e consequências da Síndrome de Burnout em Enfermeiros, apresentando possíveis medidas preventivas para implementação nos serviços de saúde ocupacional.

METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão bibliográfica do tipo exploratória sobre o tema Síndrome de Burnout: Um estudo Bibliográfico sobre sua ocorrência em Enfermeiros. Trata-se de uma revisão de literatura, na qual foram analisadas publicações científicas referentes a Síndrome de Burnout e a rotina de Enfermeiros.

De acordo com Oliveira (2002) a revisão bibliográfica “é o levantamento da literatura relevante, já publicada na área, que serve de base à investigação do trabalho proposto”. Não é apenas transcrever os dados, mas discutir ideias, fundamentos, sugestões dos autores selecionados, tendo como finalidade principal conhecer as diferentes formas de contribuições científicas realizado sobre um determinado assunto.

A coleta de dados foi realizada mediante busca eletrônica, na base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS/BIREME), sobre a temática em questão, referente ao período de 2009 a 2014. Após essa busca eletrônica, foi realizada uma consulta manual com autores de fontes originais. A coleta de todo material foi realizada no período do mês de fevereiro de 2015.

Como localizador dos artigos, foi utilizado o termo Síndrome de Burnout, no modo integrado, e selecionado como assunto principal, as seguintes palavras: enfermagem, esgotamento profissional, doenças profissionais, pessoal de saúde e saúde do trabalhador

Foram encontrados inicialmente um quantitativo de 68 artigos disponíveis, lido na íntegra pelos autores, os resumos. Esta pesquisa incluiu os artigos disponibilizados na íntegra, na base de dados escolhida; no período de publicação anterior a cinco anos e que tenham relação acerca os objetivos do trabalho.

Os artigos que não se reportavam ao tema proposto e não se encontravam no período determinado, foram excluídos. Por fim, após a seleção foram obtidos 30 artigos. Considerando que esta amostra não era suficiente para embasar o estudo, foram utilizados 11 livros e 01 manual, os quais serviram de base para a elaboração do artigo.

Assim, procedeu-se com as etapas do processo de análise de conteúdo temática, segundo Bardin:

a) Pré-análise: leitura flutuante do material coletado; constituição do *corpus* da pesquisa;

b) Exploração do material: recorte em unidades de registro de contexto; codificação e classificação segundo categorias empíricas e teóricas;

c) Tratamento dos dados e interpretação: análise final dos dados obtidos.

Não foi necessária a aprovação por um Comitê de Ética em Pesquisa por se tratar de uma pesquisa bibliográfica.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Após a análise criteriosa dos materiais, os quais foram agrupados de acordo com sua temática e divididos em três categorias: 1) as causas da SB em enfermeiros, 2) repercussões da SB e 3) medidas preventivas para a SB. Como disposto na Tabela 1.

TABELA 1: Relação quantitativa de obras sobre a temática, agrupadas em categorias, 2015.

	CATEGORIAS	TIPO DE MATERIAL		
		ARTIGO	LIVRO	MANUAL
1.1	CAUSAS DA SB	09	04	-
1.2	REPERCUSSÕES DA SB	16	02	-
1.3	MEDIDAS PREVENTIVAS	05	05	01
	TOTAL	30	11	01

Fonte: Elaborado pelas autoras baseado em dados coletados.

A Tabela 1 representa o quantitativo de obras utilizadas pelas autoras, demonstrando que 42 materiais foram analisados, distribuídos em 30 artigos, 11 livros e 01 manual, o que representa 71,4%, 26,9% e 2,4% respectivamente.

De acordo com os resultados apresentados nessa tabela, para a discussão das Causas da SB, foram aproveitados 09 artigos e 04 livros, consoante tópico 1.1. A construção da categoria Repercussões da SB foi embasada em 16 artigos e 02 livros como apresenta o tópico 1.2. Ademais, para a categoria de Medidas preventivas foram apurados 05 artigos, 05 livros e 01 manual, como retrata o tópico 1.3.

As categorias referidas acima estão apresentadas e caracterizadas a seguir.

AS CAUSAS DA SB EM ENFERMEIROS

O estresse é uma das dificuldades mais comuns enfrentadas no cotidiano das pessoas. Definido como uma condição do organismo, no qual é submetido à tensão e ao esforço. O dano ao ser humano acontece quando os episódios são constantes, ocasionando uma desarmonia intensa no organismo, que pode gerar doenças graves (LIPP, 2001).

O estresse é algo contínuo na vida da maior parte das pessoas, que pode ou não estar relacionado à profissão. Entretanto, é na atividade profissional que a exaustão emocional se torna evidente, podendo ser conhecida como causa do esgotamento profissional, bem como estar associada à ineficiência profissional (CARLOTTO e PALAZZO, 2006; CARLOTTO e CÂMARA, 2006).

Síndrome de Burnout é um conjunto de sinais e sintomas psicológicos que aparece em virtude da má adaptação do trabalhador a um ambiente de trabalho bastante estressante e com elevada carga tensional (ANDRADE E CARDOSO, 2012). Segundo Costa e colaboradores (2003) é na fase de exaustão emocional que “anuncia o primeiro sinal da Síndrome do Burnout, porém seu surgimento é progressivo e cumulativo, podendo levar até mesmo décadas para seu aparecimento”.

A síndrome de Burnout é instituída em três dimensões: a exaustão emocional, a despersonalização e a redução da realização profissional (GIL-MONTE, 2003). A exaustão emocional é descrita por uma redução ou falta de eficiência relacionada a sensação de esgotamento emocional e insatisfação dos trabalhadores, podendo se manifestar fisicamente, psicologicamente ou ambas. Os profissionais entendem que já não possui disposição para aplicar mais energia para proporcionar o paciente uma assistência (MUROFUSE, 2005).

A despersonalização é caracterizada como a ausência de envolvimento no trabalho. Nessa fase, os trabalhadores apresentam ansiedade, elevada irritabilidade, ausência de motivação, diminuição dos propósitos e do compromisso com os resultados do trabalho (MUROFUSE, 2005).

Na dimensão da redução da realização profissional ou ausência de envolvimento pessoal existe baixa na sensação de eficiência em referência sua ocupação e sua vida pessoal. Os profissionais tendem a fazer uma avaliação negativa de suas atitudes, afetando assim, na efetuação do trabalho e na assistência aos pacientes (MUROFUSE, 2005).

Segundo Escribà Agüir et al. (2000) umas das causas básicas da síndrome é a inexperiência profissional e a sobrecarga de trabalho.

Uma das profissões de maior predisposição a desenvolver a síndrome de Burnout é dos Enfermeiros hospitalares, pois estão em contato direto com pacientes e familiares no ambiente de trabalho. Além disso, a indefinição da tarefa profissional, a jornada de trabalho extensa, pela falta de recursos humanos e materiais, trabalho por turno, a baixa autonomia para tomada de decisões, precárias condições de trabalho, ausência de plano de cargos e salários e do reconhecimento profissional, entre outras que provocam o estresse crônico (MUROFUSE et al., 2005; GIL-MONTE, 2002; STACCIARINI E TRÓCCOLI, 2001).

Os fatores que contribuem para o aparecimento do Burnout estão igualmente associados às relações interpessoais, especialmente, com o doente em situação de fragilidade, sofrimento ou morte. Portanto, são causas do estresse: “desgaste provocado pelo contato direto com pacientes, maior atenção do trabalhador em relação ao usuário, contato constante com sofrimento, dor e muitas vezes a morte” (CAMPOS, 2005). Não estando todos os profissionais da enfermagem preparados psicologicamente para suportar tal condição.

Os trabalhadores da saúde, inclusive os enfermeiros hospitalares, estão sujeitos à sobrecarga física e mental nas atividades laborais, que podem estar relacionadas à insatisfação no meio profissional, bem como de conviverem com as condições precárias de trabalho, prejudicando o processo de trabalho (GOMES, LUNARDI E ERDMANN, 2006).

De acordo com Franco et al. (2011) o enfermeiro que possui mais de 10 anos de trabalho é menos vulnerável a desenvolver a síndrome, pois quanto mais tempo de profissão maior a confiança e a habilidade nas funções exercidas e, por consequência, menor é a sobrecarga física e emocional.

Segundo Santos e Cardoso (2010) a síndrome acomete mais frequentemente os profissionais bastante motivados e jovens, uma vez que os mesmos ainda não sabem lidar com as decepções e as tensões no ambiente do trabalho, enfrentando o estresse laboral trabalhando excessivamente até que atingem o ápice.

Por outro lado, existem autores que acreditam que a síndrome pode acarretar, também os trabalhadores com mais experiência profissional, em razão de se manifestar após o excesso de um estresse duradouro, no decorrer de anos de trabalho (MOREIRA et al., 2009).

Outros fatores importantes que favorecem a síndrome é a constante preocupação do trabalhador com sua segurança, devido a elevada exposição a riscos físicos e químicos, os riscos psicossociais como a ausência de treinamento adequado, acúmulo de atividades laborais, ambiente ocupacional conflituoso, dificuldade para aliar a vida pessoal e profissional, entre outros (EZAIAS et al, 2010).

Do exposto, faz-se necessário conhecer as causas da síndrome de Burnout, a fim de que sejam implantadas medidas preventivas e de promoção à saúde do trabalhador, para que se possa evitar prejuízos à qualidade de vida do trabalhador.

AS REPERCUSSÕES DA SB NA VIDA DOS ENFERMEIROS

A Síndrome de Burnout vem sendo definida como problema de saúde pública, em virtude de suas decorrências para a saúde mental e física do trabalhador, comprometendo, assim, a qualidade de vida no âmbito do trabalho e pessoal (SALANOVA, LLORENS, 2008).

Pode-se observar que impacto do Burnout não se restringe somente à vida profissional do trabalhador, afetando do mesmo modo a sua vida familiar e pessoal. O indivíduo com a síndrome perde o interesse por suas obrigações diárias, lazer e a motivação para o convívio com os amigos (LOUREIRO et al., 2008). Acarretando até um afastamento dos familiares, filhos e cônjuge.

Segundo Benevides-Pereira (2002) a Síndrome de Burnout pode se manifestar através de alguns sinais e sintomas, como alterações fisiológicas, psicológicas e comportamentais. No entanto, o trabalhador com a síndrome não manifestará obrigatoriamente todos os sinais e sintomas, visto que o aparecimento dos mesmos está relacionado a fatores ambientais, individuais, organizacionais e o período de desenvolvimento do Burnout.

Corroborando o quanto afirmado é o entendimento de Maslach e Leiter (2008); Codo (1999) “geralmente as pessoas acometidas apresentam: insônia, fadiga, irritabilidade, tristeza, desinteresse, apatia, angústia, tremores e inquietação; caracterizando uma síndrome depressiva ou de ansiedade”.

O surgimento destes sintomas afeta diretamente o ambiente de trabalho, interferindo na organização, qualidade da assistência de saúde prestada e produtividade dos colaboradores (EZAIAS et al. 2012, p. 20). Outras consequências relacionadas a alta taxa de incidência do Burnout são os elevados índices de absentismo dos trabalhadores, rotatividade de pessoal, aumento de atos violentos e redução da qualidade do trabalho (MOREIRA et al., 2009, p.1560; GALINDO et al., 2012 p.421).

De acordo com Benevides (2003), os efeitos do Burnout no ambiente organizacional atingem não só a qualidade do trabalho, o aumento do absenteísmo e a elevada rotatividade de funcionários, mas também o elevado número de acidentes de trabalho, o aspecto negativo para a organização, bem como de grandes despesas organizacionais.

A incapacidade para a realização de atividades se manifesta usualmente por afecções fisiológicas como queda na imunidade e o surgimento da maioria das doenças, como, por exemplo: dores vagas; taquicardia; alergias; psoríase; caspa e seborreia; hipertensão; diabetes; herpes; graves infecções; problemas respiratórios (asma, rinite, tuberculose pulmonar); intoxicações; distúrbios gastrointestinais (úlceras, gastrite, diarreia, náuseas); alteração de peso; depressão; ansiedade; fobias; hiperatividade; hipervigilância; entre outros (MASLACH, 2001, p.84).

Além dos sintomas citados acima, estão presentes também os distúrbios do sono, disfunções sexuais e alterações no ciclo menstrual das mulheres (RITTER, STUMM E KIRCHER, 2009).

Quando o convívio no andamento do trabalho e entre a equipe deixa de ser motivante, como ocorre nesta doença ocupacional, reflete na redução da assistência prestada. Podendo causar danos à saúde do cliente, como possíveis erros irreversíveis ou à morte, que é bastante grave, do ponto de vista assistencial (MUROFUSE et al., 2005; MARAVELL, 1986; BENEVIDES-PEREIRA, 2003).

O enfermeiro hospitalar que está com a síndrome reporta uma posição de indiferença em relação aos pacientes, evitando intervir com as questões e demandas emocionais dos mesmos. Os vínculos interpessoais são partidos, é evidenciado grande irritabilidade, avaliam negativamente seu desempenho, não sentem prazer em suas atividades laborais (AVELLAR, IGLESIAS E VALVERDE, 2007).

Portanto, se faz necessário a implantação de propostas de promoção e prevenção à saúde do trabalhador, que tenham como objetivo minimizar os problemas nos ambientes ocupacionais, reduzir as dificuldades, dar apoio aos funcionários e proporcionar melhores condições de trabalho, vez que se tem ciência que a síndrome traz consequências indesejáveis tanto para o trabalhador quanto para o paciente e a organização.

MEDIDAS PREVENTIVAS PARA A SB EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Atualmente, a mudança da situação em que se encontram as patologias relacionadas ao trabalho passa por uma reorganização, sendo construída uma nova cultura organizacional

dentro dos serviços de saúde. Nesse tocante, perceber as crenças e valores prescritos dentro de uma organização de trabalho, são tidos como parâmetros corretos e justos (SHEIN, 2001).

O desequilíbrio na saúde do profissional compromete o nível de produção e a qualidade do serviço. As organizações de trabalho têm demonstrado grande interesse em conhecer o impacto que o processo de trabalho tem sobre o trabalhador e, por conseguinte, os seus efeitos para a instituição (BENEVIDES, 2002).

Em busca de minimizar as consequências para o indivíduo, a equipe, os clientes e a organização de trabalho, é de grande importância que se realize o diagnóstico e a avaliação da Síndrome de Burnout, para se identificar quando, onde e em quem deve-se intervir. Para se obter um diagnóstico adequado, faz-se necessário a avaliação correta dos sintomas, sua frequência e intensidade. Já, para sua prevenção, é preciso focalizar o ambiente do trabalho tanto quanto o trabalhador, para que haja mudanças em todo o processo de trabalho e, por consequência, um equilíbrio entre as exigências da organização e as expectativas do indivíduo (TAMAYO et al., 2002).

É de suma importância que os próprios profissionais juntamente com as organizações estejam atentos quanto às alterações comportamentais, psíquicas e físicas que se manifestem nos locais de trabalho, de forma que sejam desenvolvidas intervenções necessárias para garantir a saúde do trabalhador. Destarte, é de grande relevância a implantação de ações preventivas (MORENO et al., 2011).

A equipe de enfermagem, passa por situações estressantes que levam a necessidade de propor mudanças organizacionais no ambiente de trabalho, com a finalidade de diminuir os fatores estressantes, os quais interferem na saúde do trabalhador, que podem resultar na desmotivação, insatisfação, aumento da taxa de absenteísmo e, até mesmo, o abandono da profissão (MUROFUSE, 2005; STACCIARINI, 2001).

Desse modo, é indispensável que as organizações tenham um planejamento, com a finalidade de combater o Burnout, fazendo com que os trabalhadores se sintam motivados, valorizados e, principalmente, estejam inseridos em um ambiente harmonioso e com recursos técnicos e humanos. Estudos recomendam a implementação de ações que favoreçam a integração interpessoal e a melhoria das condições de trabalho, observando os aspectos ergonômicos (FERNANDES et al., 2006).

É importante que sejam desenvolvidas manobras de enfrentamento com o fim de atenuar os problemas existentes no meio de trabalho, diminuir as dificuldades, dar suporte aos trabalhadores, propiciar-lhes melhores condições de vida dentro e fora da organização e, conseqüentemente, melhorar a qualidade do cuidado prestado ao indivíduo. Para tanto, os

gestores devem propiciar o fortalecimento do pessoal e coletivo, desenvolvendo capacidades de lidar com o estresse, valorização pessoal e em grupo, controle das situações de conflito, modificando o contexto e canalizando necessidades e aspirações (MONTERO et al., 2003).

A presença de mecanismos de suporte ao profissional é indispensável, valorizando aspectos pessoais e familiares e incentivando os profissionais a aproveitar os momentos de convivência familiar, com o intuito de contribuir com o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento e superação (TRINDADE et al., 2010).

A convergência de temáticas como qualidade de vida e saúde do trabalhador, compreende um outro aspecto que pode proporcionar melhorias na qualidade dos serviços prestados pelos trabalhadores de saúde, uma vez que muitos profissionais de enfermagem atuam em favor do bem-estar de seus clientes e esquecem de se cuidarem (NEVES, 2010).

Modificações de condições físicas, flexibilidade de horário, participação na tomada de decisão, plano de carreira, melhoria da sinalização dos espaços físicos, bem como melhores condições materiais de trabalho são necessidades pontuadas por alguns autores para a melhoria da saúde no processo de trabalho (GASPARINI, 2006; BORGES, 2002).

Adquirir hábitos de vida saudáveis, como praticar exercícios físicos regularmente, dormir bem, manter uma dieta equilibrada e lazer são necessários para diminuir os efeitos do estresse profissional (SPINDOLA e MARTINS, 2007; RODRIGUES e CHAVES, 2008).

A empresa deve produzir um conjunto de metodologias de ação, de investigação, de tecnologias de intervenção, de avaliação e de monitoramento das ações de saúde dos seus colaboradores. Deve sempre estimular a participação dos trabalhadores no acompanhamento das ações prevenção à saúde (Brasil, 2012).

A política Nacional de saúde do Trabalhador (2012), no contexto da Atenção à Saúde do Trabalhador nas empresas, traz:

1. reconhecimento e mapeamento das atividades produtivas na unidade;
2. reconhecimento e identificação da população trabalhadora e seu perfil sócio ocupacional da unidade;
3. reconhecimento e identificação dos potenciais riscos e impactos (perfil de morbi-mortalidade) à saúde dos trabalhadores, advindos das atividades produtivas na unidade;
4. identificação e registro da situação de trabalho, da ocupação e do ramo de atividade econômica dos usuários das unidades ;
5. suspeita e ou identificação da relação entre o trabalho e o problema de saúde apresentado pelo colaborador, para fins de diagnóstico e notificação dos agravos relacionados ao trabalho.

Todas essas medidas citadas podem prevenir o aparecimento da Síndrome de Burnout, ao proporcionar soluções ao indivíduo em relação ao estresse no ambiente de trabalho. Além disso, os trabalhadores produzem mais e melhor se estiverem em perfeita

harmonia com o corpo e a mente (SPINDOLA e MARTINS, 2007; CHIRISTOFOLETTI et al., 2007).

CONCLUSÃO

O estresse ocupacional crônico resultante de um processo de trabalho marcado por jornada de trabalho extensa, realizada em turnos, sobrecarga de atividades, lidar com o sofrimento do paciente – constantemente. Além de precárias condições de trabalhos, possui influência no cotidiano pessoal e profissional dos enfermeiros.

Portanto, se faz necessário o conhecimento da Síndrome de Burnout pelas instituições hospitalares que empregam os enfermeiros, a fim de propor mudanças no ambiente de trabalho, para minimizar fatores que interferem na saúde do trabalhador.

Com esta pesquisa, sugere-se que o tema seja estudado, para melhor compreender as causas que contribuem com a ocorrência da síndrome, bem como suas repercussões e estratégias para minimizar sua incidência no ambiente laboral. Com o propósito de proporcionar um ambiente de trabalho mais produtivo, menos cansativo e mais prazeroso.

No entanto, é imprescindível uma visão mais aprofundada da síndrome, para que se tenha, além da promoção da qualidade de vida do trabalhador no ambiente de laboral, meios que previnam o surgimento da própria síndrome.

Salienta-se que o Burnout é um conjunto de sinais e sintomas psicológicos, com consequências individuais, organizacionais e sociais. A descoberta precoce dispõe a implementação de medidas, que tem como objetivo tanto a prevenção quanto a terapêutica.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, P. S; CARDOSO, T. A. O. Prazer e Dor na Docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. **Saúde Soc.** São Paulo, v.21, n.1, p.129-140, 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v21n1/13.pdf>>. Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

AVELLAR, L. Z.; IGLESIAS, A.; VALVERDE, P. F. Sofrimento psíquico em trabalhadores de enfermagem de uma unidade de oncologia. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v.12, n.3, p.475-481, set/dez, 2007. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pe/v12n3/v12n3a04>>. Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

BARDIN L. Análise de conteúdo. Lisboa: Ed.70; 1994.

BENEVIDE-PEREIRA, A. M. B. *Burnout: quando o bem-estar ameaça a saúde do trabalhador*. São Paulo, Casa do Psicólogo, 2003.

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. O estado da arte do burnout no Brasil. *Revista Eletrônica Interação Psy*, Curitiba, v.1, n.1, p.04-11, agosto, 2003. Disponível em: <http://www.saudeetrabalho.com.br/download_2/burnout-benevides.pdf>. Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

BORGES, L. O. et al. A síndrome de burnout e os valores organizacionais: um estudo comparativo em hospitais universitários. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, n.15, v.1, p.189-200, 2002. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/prc/v15n1/a20v15n1.pdf>>. Acesso em: 04 de agosto de 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria Nº 1.823 de 23 de agosto de 2012. Inclui a Política Nacional de Saúde do Trabalhador e da Trabalhadora. Secretaria de Atenção à saúde do Trabalhador e Trabalhadora. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. Brasília: 2012.

CAMPOS, R. G. Burnout: uma revisão integrativa na enfermagem oncológica [tese de mestrado]. Ribeirão Preto/SP, Universidade de São Paulo, 2005. Disponível em: <<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22132/tde-11052005-112045/pt-br.php>>. Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

CARLOTTO, M. S.; PALAZZO, L. S. Síndrome de Burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 22, n. 5, p. 1017-1026, maio 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v22n5/14.pdf>>. Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

CHRISTOFOLETTI, G. et al. Síndrome de burnout em acadêmicos de fisioterapia. *Fisioterapia e Pesquisa*, Campinas, n.14, v.2, p.35-9. Disponível em: <<http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=469888&indexSearch=ID>>. Acesso em: 04 de agosto de 2015.

CODO, W. *Educação: carinho e trabalho*. Petrópolis: Editora Vozes, 1999.

COSTA, J. R. A.; LIMA, J. V.; ALMEIDA, P. C. Stress no trabalho do enfermeiro. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, São Paulo, v. 37, n. 3, p. 63-71, set. 2003. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reensp/v37n3/08.pdf>>. Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

ESCRIBÀ AGÜIR, V.; MÁS PONS, R.; CÁRDENAS ECHEGARAY, M. Estresores laborales y bienestar psicológico: impacto en la enfermeira hospitalaria. *Rev ROL de enfermería*, v. 23, n. 7-8, p.506-11, 2000.

EZAIAS, G. M, et al. Síndrome de Burnout em Trabalhadores de Saúde em um Hospital de Média Complexidade. *Rev. Enferm. UERJ*, Rio de Janeiro, 18(4):524-9, out/dez, 2010. Disponível em: <<http://www.facenf.uerj.br/v18n4/v18n4a04.pdf>>. Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

FERNANDES, J. D. et al. Saúde mental e trabalho: significados e limites de modelos teóricos. *Rev Latino-Am Enfermagem*, v.14, n.5, set/out, 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v14n5/pt_v14n5a24.pdf>. Acesso em: 04 de agosto de 2015.

FRANCO, G. P, et al. Burnout em residentes de enfermagem. *Rev Esc Enferm USP*, São Paulo, 45(1):12-8, 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v45n1/02.pdf>>. Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

FREUDENBERG, H. J. Staff Burn-out. *Journal of Social Issues*, Malden, v. 30, n. 1, p. 159-165, 1974.

GASPARINI, S. M.; BARRETO, S. M; ASSUNÇÃO, A. A. Prevalência de transtornos mentais comuns em professores da rede municipal de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. *Cad Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v.22, n. 12, p.2679-91, dez, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v22n12/16.pdf>>. Acesso em: 04 de agosto de 2015.

GIL-MONTE, P. R. El síndrome de quemarse por el trabajo (síndrome de Burnout) en profesionales de enfermería. *Revista Eletrônica InterAção Psy*, Universidad de Valencia 1(1):19-33, fev, 2003. Disponível em: <<http://www.bvsde.paho.org/bvsacd/cd49/artigo3.pdf>>. Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

GIL-MONTE, P. R. Influencia del género sobre el proceso de desarrollo del síndrome quemarse por el trabajo (burnout) en profesionales de enfermería. *Psicologia em Estudo*. Maringá, v. 7, n. 1, p. 3-10, jan./jul. 2002. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pe/v7n1/v7n1a01.pdf>>. Acesso em 20 de fevereiro de 2015.

GOMES, G. C.; LUNARDI FILHO, W. D.; ERDMANN, A. L. O sofrimento psíquico em trabalhadores de UTI interferindo no seu modo de viver a enfermagem. *Rev Enferm UERJ*, Rio de Janeiro, v.14, n.1, p.93-9, jan/mar, 2006. Disponível em: <<http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&nextAction=lnk&base=LILACS&exprSearch=432223&indexSearch=ID&lang=p>>. Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

LIPP, M. E. N. Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco. 2. ed. Campinas, SP: Papirus, 2001.

LOUREIRO, H. et al. *Burnout no trabalho*. Referência. Série 2, nº 7, p. 33-41, 2008.
MARAVELL, J. M. Trabalho. In: Silva B, coordenador. Dicionário de Ciências Sociais. Rio de Janeiro (RJ): Fundação Getúlio Vargas; 1986. p. 1248-50.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. Revertendo o Burnout: como reacender sua paixão pelo trabalho. In: Congresso de stress da isma-br, 8.; fórum internacional de qualidade de vida no trabalho, 10., 2008, Porto Alegre. *Anais...* Porto Alegre: ISMA, 2008. CD Rom.

MASLACH. Burnout Inventory e suas adaptações para o Brasil. In: Anais da XXXII Reunião Anual de Psicologia. Rio de Janeiro, 2001. p 84-5.

MONTERO, M. Teoría y Práctica de la Psicología Comunitaria: la tensión entre la comunidad y sociedad. Buenos Aires: Piados, 2003.

MOREIRA, D. S; MAGNAGO, R. F; SAKAE, T. M; MAGAJEWSKI, F. R. L. 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, 25(7):1559-1568, jul, 2009. Disponível em: <<http://www.scielosp.org/pdf/csp/v25n7/14.pdf>> Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

MORENO, F. N; GIL, G.P; LOURENÇO, M. C. H; OLIVEIRA, M. T. Estratégias e Intervenções no Enfrentamento da Síndrome de Burnout. *Rev. enferm. UERJ*, Rio de Janeiro, 19(1):140-5, jan/mar, 2011. Disponível em: <<http://www.facenf.uerj.br/v19n1/v19n1a23.pdf>> Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

MUROFUSE, N. T.; ABRANCHES, S. S.; NAPOLEÃO, A. A. Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem. *Rev Latino-am Enferm*; 13(2): 255-61, mar/abril, 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v13n2/v13n2a19.pdf>>. Acesso em 20 de fevereiro de 2015.

NEVES, M. J. A. O. et al. Influência do trabalho noturno na qualidade de vida do enfermeiro. *Rev enferm UERJ*, Rio de Janeiro, v.18, n.1, p.42-7, jan/mar, 2010. Disponível em: <<http://www.facenf.uerj.br/v18n1/v18n1a08.pdf>>. Acesso em: 04 de agosto de 2015.

OLIVEIRA, S. L. Tratado de metodologia científica: projetos de pesquisa, TGI, TCC, monografias, dissertações e teses. Bessana MA, revisão. São Paulo: Pioneira Thompson Learning; 2002.

RITTER, R. S; STUMM, E. M.; KIRCHER, R. M. Análise de Burnout em profissionais de uma unidade de emergência de um hospital geral. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, v.11, n.2, p. 236-48, 2009. Disponível em: <<http://www.fen.ufg.br/revista/v11/n2/v11n2a02.htm>>. Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

RODRIGUES, A. B.; CHAVES, E. C. Fatores estressantes e estratégias de coping dos enfermeiros atuantes em oncologia. *Rev Latino-Am Enfermagem*, n.16, v.1, p.24-8, jan/fev, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v16n1/pt_03.pdf>. Acesso em: 04 de agosto de 2015.

SALANOVA, M. Y; LLORENS, S. Estado actual y retos futuros en el estudio del Burnout. *Papeles del Psicólogo*, Espanha, v.29, n.1, p.59-67, abril, 2008. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77829108>>. Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

SANTOS, A. F. O.; CARDOSO, C. L. Profissionais de saúde mental: manifestação de stress e burnout. *Estudos de Psicologia*, Campinas, v.. 27, n. 1, p. 67-74, jan/mar, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v27n1/v27n1a08.pdf>>. Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

SCHEIN, E. H. Guia de sobrevivência da cultura corporativa. Rio de Janeiro: José Olympia, 2001.

SCHWARTZMANN, L. Strés laboral, síndrome de desgaste (quemado), depresión ? Estamos hablando de lo mismo? *Cienc Trab*, 6(14):174-84. 2004. Disponível em: <<http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&next>>

Action=lnk&base=LILACS&exprSearch=420804&indexSearch=ID&lang=p>. Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

SILVA, J. L. L.; DIAS, A. C.; TEIXEIRA, L. R. Discussão sobre as causas da Síndrome de Burnout e suas implicações à saúde do profissional de enfermagem, *Aquichan.*, CHÍA, COLOMBIA , 12 (2) : 144-159 Agosto;2012. Disponível em: <<http://www.scielo.org.co/pdf/aqui/v12n2/v12n2a06.pdf> >Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

SPINDOLA, T.; MARTINS, E. R. C. O estresse e a enfermagem: a percepção das auxiliares de enfermagem de uma instituição pública. *Esc Anna Nery R Enferm*, v.11, n.2 p.212-9, jun, 2007. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ean/v11n2/v11n2a05.pdf>>. Acesso em 04 de agosto de 2015.

STACCIARINI, J. M.; TRÓCCOLI, B. T. O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. *Rev Latino-am Enferm*, v.9, n.2, p.17-25, março, 2001. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v9n2/11510.pdf>>. Acesso em: 20 de fevereiro de 2015.

TAMAYO, M. R. Burnout: Implicações das fontes organizacionais de desajuste indivíduo trabalho em profissionais de enfermagem. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, Universidade de Brasília, v.22, n.3, p.474-482, 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/prc/v22n3/v22n3a19.pdf>>. Acesso em: 04 de agosto de 2015.

TRINDADE, L. L. et al. Estresse e síndrome de burnout entre trabalhadores da equipe de Saúde da Família. *Acta Paul Enferm*, Pato Branco/PR, v. 23, n.5, p. 684-9, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ape/v23n5/16.pdf>>. Acesso em: 04 de agosto de 2015.