



Universidade Federal de Minas Gerais – UFMG
Escola de Enfermagem
Curso de Especialização em Saúde Coletiva
Área de Concentração: Enfermagem do Trabalho

**OS FATORES DESENCADEANTES PARA A SÍNDROME DE
BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM**

Alexandra Onília de Souza Araújo

Belo Horizonte/MG
2011

ALEXANDRA ONILIA DE SOUZA ARAÚJO

**OS FATORES DESENCADEANTES PARA A SÍNDROME DE
BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM**

Monografia apresentada ao Curso de Especialização em Saúde Coletiva – Área de Concentração: Enfermagem do Trabalho, da Escola de Enfermagem da UFMG, como requisito parcial para a obtenção do Título de Especialista.

Orientadora: Profa. Dra. Solange Godoy

**Belo Horizonte – MG
2011**

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	06
2	OBJETIVOS	11
3	METODOLOGIA	12
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO	14
6	CONCLUSÃO	17
	REFERÊNCIAS	19

Universidade Federal de Minas Gerais – UFMG
Escola de Enfermagem
Curso de Especialização em Saúde Coletiva
Área de Concentração: Enfermagem do Trabalho

A comissão abaixo-assinada aprova a Monografia intitulada “Os fatores desencadeantes para a Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem elaborado por Alexandra Onília de Souza Araújo e apresentada ao Curso de Especialização em Saúde Coletiva – Área de Concentração: Enfermagem do Trabalho, da Escola de Enfermagem da UFMG, como requisito parcial para a obtenção do Título de Especialista.

Aprovado em: ____/____/____

Profa. Dra. Adelaide de Mattia Rocha – Orientadora

Profa. Dra. Solange Godoy

Profa. Dra. Mércia de Paula Lima

RESUMO

ARAÚJO, Alexandra Onília de Souza. Os fatores desencadeantes para a Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem

O trabalho é fonte de satisfação, mas também pode ser fonte de adoecimento. Alguns fatores de risco como os psicossociais, podem ocasionar problemas à saúde, sendo capazes de causar estresse. O estresse é hoje um problema frequente no ser humano e, o trabalho é um importante mecanismo gerador do mesmo. Estresse ocupacional, frequentemente está relacionado à organização do trabalho e se o indivíduo não apresentar uma resposta de enfrentamento, ele será desencadeado. Os profissionais de enfermagem que estão expostos frequentemente a altos níveis de estresse, estão sujeitos a desenvolver a Síndrome de Burnout. A Síndrome se apresenta principalmente nos profissionais insatisfeitos, com atitudes negativas em relação ao seu trabalho, interferindo em sua relação interpessoal e profissional. Burnout é uma síndrome psicológica decorrente da resposta prolongada a estressores no ambiente de trabalho. Os fatores desencadeantes da Síndrome de Burnout trazem consequências para a vida dos profissionais que sofrem da mesma. E diante do sofrimento vivido por eles, é que optei por realizar este estudo de revisão bibliográfica, com o intuito de compreender os fatores desencadeantes para a Síndrome de Burnout, presentes no ambiente de trabalho do profissional de enfermagem.

Palavras-chave: *Burnout*, Estafa profissional, Estresse ocupacional, enfermagem e fatores predisponentes.

ABSTRACT

ARAUJO, Alexandra de Souza Onilia. Stressing agents and trigger factors for the syndrome Burnout in professional nursing.

The work is satisfying, but can also be a source of illness. Some risk factors such as psychosocial, can lead to health problems, being able to cause stress. Stress is now a frequent problem in humans, and the work is an important mechanism generating it. Occupational stress is often related to work organization and if the individual does not make a coping response, he will be fired. Nurses who are often exposed to high levels of stress are likely to develop the syndrome Burnout. The syndrome is presented especially for professional unsatisfied with negative attitudes to their work, interfering in their interpersonal relationships and professional. Burnout is a psychological syndrome due to prolonged response to stressors in the workplace. The triggering factors of Syndrome Burnout have consequences for the lives of professionals who suffer from it. Facing the pain suffered by them, is that I choose to make this literature review, in order to understand the triggering factors for the syndrome Burnout present in the work environment of nursing staff.

Keywords: Burnout, fatigue professional, occupational stress, nursing and predisposing factors.

1 INTRODUÇÃO

O trabalho é parte essencial da vida humana, sendo definido como uma atividade física ou intelectual que visa algum objetivo como o labor e a ocupação¹; é uma fonte de satisfação de diversas necessidades humanas e, constitui um meio de produção para a sociedade e lucratividade para o indivíduo que o pratica. O homem busca no trabalho não só atendimento às suas necessidades de sustento, mas também sua valorização pessoal e satisfação como um ser humano útil e provido de capacidade intelectual².

O trabalho possui um aspecto de grande relevância e um significado simbólico muito forte. Sendo um espaço de socialização, ele dá sentido à vida das pessoas, mas não pode ser considerado como único aspecto relevante da vida humana³. No entanto as empresas têm cobrado uma produção cada vez maior dos empregados com menor custo. Em muitos casos, o número de trabalhadores é inferior ao que a atividade necessita para ser executada. O sentimento de estar sempre apressado é recorrente entre os trabalhadores. O empregador busca com a intensificação do trabalho, alcançar uma produtividade definida pelo capital, para isso emprega a sobreposição de tarefas, ou seja, a imposição de diferentes tarefas ao mesmo tempo⁴.

A intensificação do trabalho é um traço característico da atual fase do capitalismo e tem levado a um consumo desmedido de energias físicas e espirituais dos trabalhadores. Este consumo de energia leva a outras situações insatisfatórias, causando apatia e irritação dos trabalhadores⁴.

A intensificação do trabalho deve-se das transformações ocorridas nas últimas décadas, de ordem econômica, política e social, que vêm repercutindo no mundo do trabalho e exercido forte influência sobre a saúde dos indivíduos e do coletivo de trabalhadores de forma intensa⁴. Esta intensificação traz consequências para a saúde dos empregados. O processo de intensificação provoca a degradação do trabalho não só em termos de qualidade da atividade, mas também da qualidade do bem ou do serviço produzido. Confrontados com a falta de tempo, os trabalhadores limitam a atividade em suas dimensões centrais, que seriam manter o controle da turma e responder aos dispositivos regulatórios.

O processo de intensificação do trabalho pode comprometer a saúde dos trabalhadores, como também colocar em risco a qualidade da atividade executada pelos mesmos, uma vez que se encontram em constante situação de ter de eleger o que

consideram central e o que pode ficar em segundo plano diante de um contexto de sobrecarga e hipersolicitação, cujas fontes estão nas infindáveis e crescentes demandas que lhes chegam dia após dia.

O ambiente de trabalho pode afetar a satisfação, desempenho e produtividade, diante da pressão por resultados positivos e aumento de produtividade. A imposição de prazos rigorosos e o aumento das exigências impostas a um menor número de trabalhadores podem levar a um aumento do estresse profissional. Independente das características de personalidade individual, o dinamismo e pró atividade são cobrados a todo instante, desta forma o estresse ocupacional gera alto custo para as organizações, pois comprometem a qualidade de vida no trabalho, gerando desgastes intensos e conseqüentemente doenças ocupacionais. O estresse profissional é um dos maiores desafios que a Europa enfrenta no domínio da segurança e saúde no trabalho (SST), prevendo-se o aumento do número de pessoas afetadas por doenças relacionadas com estresse provocadas ou agravadas pelo trabalho.

Entende-se que é no ambiente de trabalho que se estabelecem à demanda psicológica relacionada ao trabalho e onde o profissional experimenta variados graus de controle sobre as atividades que executa. O aumento dessa demanda psicológica pode causar riscos à saúde, pois tem a capacidade de provocar o estresse, que é reconhecido como uma reação do organismo, com componentes físicos e/ou psicológicos. A palavra estresse tornou-se de uso comum, difundida por vários meios de comunicação². Explicando as inúmeras aflições desencadeadas pela vida moderna.

O estresse é definido como qualquer evento que demande do ambiente externo ou interno e que taxee ou exceda as fontes de adaptação de um indivíduo ou sistema social⁶.

O estresse ocupacional exige contatos interpessoais muito intensos, tais como médicos, enfermeiros, bombeiros, e outros. Estes profissionais são os mais suscetíveis ao estresse crônico. A exposição prolongada a este estresse crônico desenvolve uma síndrome que é conhecida como “*Burnout*”. É notável o impacto multiplicador que o alto nível de estresse pode causar não só para o indivíduo em si, mas também para os recebedores de seus serviços^{7, 8, 9, 10}.

A diferença entre estresse agudo e Burnout é que o estresse aparece em resposta a incidentes críticos específicos, e Burnout é uma reação a constante acumulação dos diversos estressores ocupacionais em curso, acontece uma erosão psicológica e o resultado desta erosão é mais que simples sintomas físicos⁹.

Na área de saúde os hospitais são lugares de estresse laboral, devido à crescente complexidade e exigências da maioria das descrições de trabalho, as mudanças imprevisíveis em seu trabalho cotidiano, expectativas irreais de pacientes e suas famílias, e os encontros comuns com a finalidade ética e das questões da vida⁸. Os enfermeiros são frequentemente expostas a muitos desses fatores estressores, podendo desenvolver o *Burnout*.

Trindade e Lautert⁴ mostram o crescimento do número de trabalhadores da área de saúde acometidos pelo adoecimento no trabalho. E Cardoso e Silva¹¹ destacam que o profissional de enfermagem é frequentemente acometido por altos níveis de estresse. Acrescenta ainda, que a atividade realizada por este trabalhador é voltada para a satisfação das necessidades sociais, biológicas e de saúde que se apresentam durante o cuidado. Pelo fato da atividade profissional do enfermeiro envolver o cuidado com os pacientes, colegas de trabalho, ambiente de trabalho, e familiares, este trabalhador está sob constante pressão, em contato contínuo e ininterrupto com diversos fatores estressores, como o sofrimento e a dor¹².

Para Contreras, Juárez e Murrain¹³ a enfermagem é a profissão mais vulnerável para se ocorrer o estresse laboral e se produzir a síndrome do desgaste profissional o “*Burnout*”. Percebe-se que este trabalhador sofre com, as longas jornadas de trabalho; a falta de autonomia para a tomada de decisões; a falta de reconhecimento profissional e o contato direto com a dor, com as doenças, a morte. Estes fatores são considerados estressantes e na maioria das vezes, o profissional não está preparado.

Conforme Gomes, Cruz e Cabanelas¹⁴ descrevem em seu trabalho, essa diversidade de problemas além do medo de cometer erros e lidar com insucessos, o excesso de trabalho, a instabilidade profissional, o ambiente de trabalho ruim e os trabalhos de formação e elaboração de relatórios, estão entre as principais fontes de estresse relatadas por enfermeiros.

De um modo geral, as questões relacionadas com as implicações dos erros cometidos (“tomar decisões onde os erros podem ter consequências graves”); as relações profissionais (“a incompetência e/ou inflexibilidade dos meus superiores hierárquicos”); a relação com os clientes (“comunicar aos clientes decisões e/ou informações difíceis ou delicadas”); as apresentações do trabalho aos outros (“falar ou fazer apresentações em público”); a carreira profissional (“a falta de perspectivas de desenvolvimento e promoção na carreira”); o excesso de trabalho e a gestão do tempo (“falta de tempo para realizar adequadamente as minhas tarefas profissionais”) são os

fatores que mais perturbam os profissionais de enfermagem, levando-os a altos níveis de estresse laboral¹⁴.

Contreras, Juárez e Murrain¹³ explicam que como resposta a situações permanentes de estresse laboral, o profissional da área de saúde pode desenvolver a síndrome de *Burnout*. Esta expressão é empregada por traduzir uma exaustão emocional gradual causando um descomprometimento em função das altas demandas de trabalho. Para Maslach⁹ *Burnout* é “uma síndrome psicológica decorrente da resposta prolongada a estressores interpessoais crônicos no trabalho.

A síndrome de *Burnout* é uma resposta a situações permanentes de estresse laboral e se apresentam principalmente em pessoas que trabalham com assistência aos outros, é uma síndrome que estava relacionada inicialmente com a qualidade da atenção que prestavam os profissionais de saúde¹³.

Castro e Zanelli¹⁰ afirmam que algumas situações de trabalho favorecem o aparecimento da síndrome, em especial a tensão emocional crônica vivida por profissionais cujo trabalho envolve o relacionamento intenso e freqüente com pessoas que necessitam de cuidado e/ou assistência.

Burnout é uma experiência subjetiva interna que gera sentimentos e atitudes negativas do indivíduo em relação ao seu trabalho, como insatisfação, desgaste e perda do comprometimento, interferindo em seu desempenho profissional, trazendo consequências indesejáveis para o cliente e para a organização (absenteísmo, abandono do emprego e baixa produtividade)⁷.

A Síndrome de *Burnout* é caracterizada por 3 fatores que são considerados importantes à predisposição da mesma, que são: exaustão emocional (EE), a despersonalização (D) e a diminuição da realização pessoal (DRP). O fator exaustão emocional refere-se à sensação de esgotamento físico e mental, aos sentimentos de falta de energia para as atividades diárias, ter chegado aos seus limites de força. O fator despersonalização indica que o profissional vem alterando seus sentimentos e comportamentos, tornando-se frio e impessoal com seus pacientes e colegas de trabalho e, por vezes até cínico e irônico em relação às pessoas e situações. E por fim o fator diminuição da realização pessoal remete-se aos sentimentos de insatisfação, baixa auto-estima, sensação de fracasso profissional e desmotivação com as atividades laborais⁴.

Atualmente o *Burnout* é considerado um problema importante no trabalho e vem sendo tema de várias pesquisas em todo o mundo. Estes estudos são direcionados a identificar qual o impacto que o trabalho tem na saúde física e mental do trabalhador⁷.

A Síndrome pode atingir indivíduos de diferentes categorias profissionais, de qualquer faixa etária, mas as profissões que exigem intenso contato interpessoal são as que apresentam altos índices de trabalhadores com Burnout e, entre elas, encontram-se as profissões assistenciais⁴.

Os trabalhadores que sofrem de *Burnout* se sentem debilitados, esgotados, sem nenhuma fonte de reposição⁹.

Diante disso, considerando a relevância do tema para a saúde dos profissionais de enfermagem, tendo em vista que os enfermeiros apresentam o quadro de *Burnout* significativamente elevado na área da saúde realizou-se o presente estudo, com o objetivo de identificar fatores desencadeantes para a Síndrome de *Burnout* em profissionais de enfermagem.

Este problema é apontado na literatura como um quadro importante que merece ser investigado em várias pesquisas diante do impacto que o trabalho pode desencadear na saúde física e mental do trabalhador.

2 OBJETIVO

2.1 GERAL

Realizar revisão integrativa da literatura para identificar os fatores desencadeantes para a Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem.

3 METODOLOGIA

Para elaboração deste estudo e alcance do objetivo geral, optou-se pela revisão integrativa da literatura. Este método possibilita que as conclusões de estudos anteriormente realizados sejam sumarizadas a fim de se formular inferências sobre um tópico específico. Dessa forma, a pesquisa bibliográfica não é mera repetição do que já foi dito ou escrito sobre certo assunto, mas propicia o exame de um tema sob novo enfoque ou abordagem, utilizando os mesmos padrões de rigor, clareza e replicação utilizada nos estudos primários, chegando a conclusões inovadoras¹⁵.

Na etapa inicial deste estudo foi realizado um levantamento bibliográfico por meio da internet na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) – BIREME – nas bases de dados LILACS (Literatura Latino-Americana em Ciências de Saúde), SCIELO (*Scientific Eletronic Library Online*), MEDLINE (Literatura Internacional em Ciências da Saúde) e BDENF (Base de Dados de Enfermagem). Para a localização dos estudos nas bases de dados citadas utilizou-se como estratégia de busca, os descritores em Ciências da Saúde (plataforma BIREME). Foram utilizados os descritores *Burnout*, estafa profissional e estresse ocupacional, “enfermagem”, e “fatores predisponentes” de forma individual ou por agrupamento. A amostra inicial totalizou-se em 24 artigos SCIELO, LILACS, MEDLINE e BDENF.

Os critérios utilizados para a seleção da amostra foram: artigos publicados em periódicos nacionais e internacionais e que abordassem a temática “Os fatores predisponentes para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout no profissional de Enfermagem”. Para tanto, buscou-se artigos em periódicos indexados nas bases de dados LILACS, SCIELO, MEDLINE e BDENF; publicados no período de 2000 a 2010, independentes do método de pesquisa utilizados.

Após a leitura minuciosa dos títulos e resumos, procurou-se selecionar aqueles que abordavam aspectos relativos aos fatores desencadeantes para a Síndrome de Burnout no profissional de enfermagem que atua em unidades de serviços de saúde. A amostra final foi constituída de 12 artigos publicados em periódicos nacionais e internacionais.

Os estudos selecionados foram analisados considerando a temática, o ano de publicação, o idioma de origem, o tipo de publicação. A amostra totalizou 6 estudos para a elaboração dos resultados e discussão, advindos das bases de dados pesquisadas.

Os estudos foram agrupados conforme o conteúdo apresentado, o que possibilitou a reflexão e discussão sobre os fatores predisponentes para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados podem ser visualizados nos quadros que se seguem:

Autor	Ano de Publicação	Intervenção estudada	Local de realização do estudo	Idioma	Fonte/ Base de dados	Tipo de Publicação	Tipo de delineamento	Métodos
Castro e Zanelli ¹⁰	2007	Síndrome de burnout e projeto de ser	Santa Catarina	Português	Lilacs	Artigo	Revisão	Descritivo de abordagem quantitativa

Para Castro e Zanelli¹⁰ afirmam que a Síndrome de Burnout é caracterizada pelo fato da pessoa encontrar-se exaurida, esgotada, sem energia para enfrentar outro projeto, as outras pessoas, é incapaz de recuperar-se de um dia pra o outro. A pessoa adota atitudes de descrença, distância, frieza, indiferença, e descomprometimento em relação ao trabalho e aos colegas; ela experimenta-se ineficiente, incapaz e, certa de que seu trabalho não faz diferença.

Autor	Ano de Publicação	Intervenção estudada	Local de realização do estudo	Idioma	Fonte/ Base de dados	Tipo de Publicação	Tipo de delineamento	Métodos
Trindade e Lautert ⁴	2010	Síndrome de Burnout entre os trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família	São Paulo	Português	Revista Escola de Enfermagem USP	Artigo	Estudo descritivo	Pesquisa descritiva com abordagem quantitativa, feita através de coleta de dados.

Para Trindade e Lautert⁴ o desgaste emocional se refere à sensação de esgotamento físico e mental, aos sentimentos de falta de energia para as atividades diárias. Eles (as) afirmam que o contato direto com público, somada aos recursos escassos, se refletem no trabalho e afetam a resolutividade das ações, levando ao esgotamento físico e mental. Afirmam ainda que a despersonalização indica que o indivíduo vem alterando seus sentimentos e comportamentos, tornando-se frio e impessoal com usuários e colegas e, por vezes, cínico e irônico em relação às pessoas e situações⁴.

A falta de realização ou incompetência profissional se refere aos sentimentos de insatisfação, baixa auto-estima, sensação de fracasso profissional e desmotivação com as atividades laborais. A prevalência da síndrome de Burnout entre trabalhadores jovens

atribui a pouca experiência do trabalhador, a qual acarreta insegurança, ou choque com a realidade quando este percebe que o trabalho não garantirá a realização pessoal, de suas ansiedades e desejos, gerando insatisfação e desgaste do trabalhador⁴.

Autor	Ano de Publicação	Intervenção estudada	Local de realização do estudo	Idioma	Fonte/ Base de dados	Tipo de Publicação	Tipo de delineamento	Métodos
Cavalheiro, Junior, Lopes ¹²	2008	Estresse de enfermeiros com atuação em unidade de terapia intensiva.	São Paulo	Português	SciELO	Artigo	Metanálise	Estudo transversal, dados coletados através de questionário auto aplicável.

Para Cavalheiro, Junior, Lopes¹² afirmam em sua pesquisa que a insatisfação com o trabalho é a maior causa de estresse ocupacional, exaustão emocional e despersonalização da atividade. Os relacionamentos com a equipe, alguns aspectos do ambiente de trabalho, a pressão da chefia, conflito entre a vida pessoal e profissional, também são causas de estresse.

As manifestações de insatisfação com o trabalho sugerem um quadro favorável ao agravamento desse estresse, gerando esgotamento e prostração. A presença contínua da insatisfação com o trabalho do enfermeiro está associada a sua atividade e, somada a situações críticas e de alto estresse, pode surgir nos profissionais sintomas relacionados ao desencadeamento de fatores orgânicos que, se não controlados, predispõe a doenças graves e descontentamento com a profissão¹².

O enfrentamento deficitário gera estratégias inapropriadas causando dificuldades de comunicação no ambiente de trabalho, pouca efetividade dentro da função, cansaço e desânimo. Este déficit de enfrentamento leva ao estresse ocupacional que pode agravar e levar a Síndrome de Burnout¹².

Autor	Ano de Publicação	Intervenção estudada	Local de realização do estudo	Idioma	Fonte/ Base de dados	Tipo de Publicação	Tipo de delineamento	Métodos
Gomes, Cruz e Cabanelas ¹⁴	2009	Estresse ocupacional em profissionais de saúde: Um estudo com enfermeiros portugueses	Braga / Portugal	Português	SciELO	Artigo	Metanálise	Aplicação de questionário para a análise dos dados coletados

Segundo estudo realizado por Gomes, Cruz e Cabanelas¹⁴, em termos de Burnout a variável com mais efeitos negativos generalizados é a exaustão emocional, além de aumentar os níveis de despersonalização, desencadeia um quadro de menor satisfação e realização pessoal em paralelo com um maior desejo de abandonar o emprego e a profissão. Com o aumento de qualquer uma das dimensões do estresse, a exaustão emocional tende a ser a mais elevada.

A despersonalização aumenta com as queixas acerca do excesso de trabalho, do ambiente de trabalho ruim, o desejo de abandonar o emprego e a profissão, a falta de reconhecimento, da baixa remuneração e também de problemas pessoais e familiares. Gomes, Cruz e Cabanelas¹⁴ afirmam que uma maior realização pessoal associa-se a uma menor despersonalização e uma maior satisfação e realização profissional.

Para Gomes, Cruz e Cabanelas¹⁴, no que diz respeito à relação entre o estresse; a satisfação e a realização profissional é evidente a tendência de a satisfação profissional diminuir à medida que os profissionais de enfermagem vão tendo mais problemas relacionados com o fato de cometer erros, ao excesso de trabalho, à instabilidade profissional fatores estes associados à baixa remuneração.

Autor	Ano de Publicação	Intervenção estudada	Local de realização do estudo	Idioma	Fonte/ Base de dados	Tipo de Publicação	Tipo de delineamento	Métodos
Maslach ⁹	2009	Comprendiendo el Burnout	Califórnia U.S.A	Espanhol	Lilacs	Artigo	Revisão	Relato de opinião

Segundo Maslach⁹, a Síndrome de Burnout compreende um conjunto de três variáveis essenciais que especificam o fenômeno, são elas: a **exaustão emocional (EE)**, a **despersonalização (D)** e a **diminuição da realização pessoal (DRP)**.

Malasch⁹, afirma que trabalhadores com sentimento de cinismo (D), reduzem a quantidade de tempo que passam no trabalho e a quantidade de energia que dedicam ao mesmo; fazendo sempre o seu mínimo, diminuindo a qualidade do serviço prestado por ele.

A ineficiência é um componente da evolução da Síndrome de Burnout. Os sentimentos de incompetência e carência na produtividade diminuem a auto-eficiência. O profissional passa por uma carência de recursos no ambiente de trabalho, assim como por falta de apoio social, e de oportunidades para melhorar profissionalmente. Estes

profissionais por diversas vezes se questionam sobre a escolha da profissão, sobre o tipo de pessoa que se tornaram, tendo uma imagem negativa sobre si mesmo⁹.

Autor	Ano de Publicação	Intervenção estudada	Local de realização do estudo	Idioma	Fonte/ Base de dados	Tipo de Publicação	Tipo de delineamento	Métodos
Oliniski e Lacerda ³	2006	Cuidando do cuidador no ambiente de trabalho: uma proposta de ação	Brasília	Português	Lilacs	Artigo	Observacional	Relato de experiência

As experiências ocorridas ao longo do tempo, somadas à agitação da vida cotidiana têm levado o enfermeiro a buscar mecanismos de defesa ou enfrentamento para suportar a mobilização interna à qual são submetidos. Esses mecanismos ao mostrarem-se insuficientes podem encaminhá-los ao desinteresse pelo outro como ser humano, ao agir mecanizado na execução do cuidado, desvalorizando o cuidado e a si mesmo como pessoa e profissional³.

5 CONCLUSÃO

Pode-se perceber que a investigação sobre o estresse ocupacional nos profissionais de enfermagem deve ser trabalhada, diante do número de casos significativos no setor saúde. Entende-se que Burnout é sem dúvida uma patologia grave, quer pelo sofrimento que causa a quem dela padece, como também pela diminuição acentuada do rendimento no trabalho. Não se deve esquecer que este agravo pode causar transtornos nas instituições diante do quadro de absenteísmo.

Verificou-se que existe uma ampla dimensão de fatores que podem contribuir para altos níveis de estresse laboral. Estes fatores causam conseqüências para a saúde do trabalhador que devem ser combatidas e incluídas como estratégias de intervenção para o combate da mesma. Dentre estes fatores destacam-se a intensificação do trabalho; a pressão por resultados positivos e aumento de produtividade; a imposição de prazos rigorosos e o aumento das exigências impostas a um menor número de trabalhadores; o aumento da demanda psicológica exigida dos trabalhadores; as longas jornadas de trabalho; a falta de autonomia para a tomada de decisões; a falta de reconhecimento profissional e o contato direto com a dor, com as doenças e a morte; o medo de cometer erros e lidar com insucessos; o excesso de trabalho; a instabilidade profissional; o ambiente de trabalho ruim e os trabalhos de formação e elaboração de relatórios de erros cometidos; as relações profissionais; a relação com os clientes; a carreira profissional; o excesso de trabalho e a gestão do tempo.

A Síndrome pode atingir indivíduos de diferentes categorias profissionais, mas foi identificado que as profissões que exigem intenso contato interpessoal são as que apresentam altos índices de trabalhadores com Burnout. Nesse sentido, o presente estudo identificou diversos fatores relacionados ao exercício da enfermagem no contexto atual que a colocam em destaque na manifestação deste agravo.

O estresse é vivenciado individualmente, mas o senso comum mostra a influência do mesmo no desempenho das atividades laborais à medida que vão promovendo desgaste físico e emocional. Compreende-se que o estresse gera sentimentos e atitudes negativas do indivíduo em relação ao seu trabalho, interferindo no desempenho profissional, trazendo conseqüências indesejáveis para o cliente e para a organização.

Durante os estudos pode-se observar nos artigos uma parcela significativa de profissionais de enfermagem que sofrem de Síndrome de Burnout. Os motivos que

podem levar o trabalhador a sofrer este quadro são muito variados, desta forma fica difícil delinear uma intervenção dirigida à melhoria destes fatores estressantes.

Compreende-se a necessidade de novos pesquisadores e de um maior aprofundamento sobre o tema. Acredita-se que, à medida que se entender melhor como a síndrome se inicia e como evolui com o passar do tempo, sua reação no organismo e suas consequências, e mecanismos que permitam melhorar o seu diagnóstico precocemente ter-se-á maiores condições para interferir em ações de prevenção.

REFERÊNCIAS

1. “trabalho”, in **Dicionário Priberam da Língua Portuguesa** [em linha], 2010, <http://www.priberam.pt/dlpo/dlpo.asp?pal=trabalho>[consultado em 23-05-11].
2. Ocupacional. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, 20(1), p. 39-47. jan/abr. 2004.
3. OLINISKI, S.R., LACERDA, M.R.. Cuidando do cuidador no ambiente de trabalho: uma proposta de ação. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília/Brasil, 59(1), p 100-104. jan/fev. 2006.
4. TRINDADE, L.L., LAUTERT, L.. Síndrome de Burnout entre os trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família. **Revista Escola de Enfermagem USP**. São Paulo/Brasil, 44(2), p. 274-279. abr/jun. 2010.
5. SCHERMERHORN, J.. **Administração**. Rio de Janeiro: LTC, 2007.
6. BIANCHI, E.R.F. Enfermeiro hospitalar e o stress. **Revista Escola de Enfermagem USP**, São Paulo/Brasil, 34(4), p. 390-394, dez. 2000.
7. BEZERRA, R.P., BERESIN, R.. A síndrome de Burnout em enfermeiros da equipe de resgate pré-hospitalar. **Einstein**, São Paulo/Brasil, 7(3), p. 351-356. 2009.
8. MEREDITH, M., et al. Prevalência e incidência de estresse pós-traumático e síndrome de burnout em enfermeiros. **PMC**, 26(12), p. 1118-1126. 2009. Acessado em 23 fev 2011. Disponível em: <http://www.pubmed.com>
9. MASLACH, C.. Comprendiendo el Burnout. **Ciencia Trabajo**. 11(32), p. 37-43. abr/jun. 2009.
10. CASTRO, F.G., ZANELLI, J.C.. Síndrome de burnout e projeto de ser. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**. Santa Catarina/Brasil, 10(2), p. 17-33. 2007.
11. CARDOSO, G.B., SILVA, A.L.A.. O processo de trabalho na enfermagem: articulação das tecnologias do cuidado. **Revista de Enfermagem UERJ**. Rio de Janeiro/Brasil, 18(3), p. 451-455. jul/set. 2010.
12. CAVALHEIRO, A.M., JUNIOR, D.F.M., LOPES, A.C.. Estresse de enfermeiros com atuação em unidade de terapia intensiva. **Revista Latino Americana de Enfermagem**. São Paulo/Brasil, 16(1). Jan/fev. 2008. Acessado em 10 mar. 2011. Disponível em: <http://www.eerp.usp.br/rlae>.
13. CONTRERAS, F.T., JUÁREZ, F.A., MURRAIN, E.K. Influencia del Burnout, la calidad de vida y los factores socioeconómicos en las estrategias de

- afrentamiento utilizadas por los profesionales y auxiliares de enfermería. **Pensamiento Psicológico**. Bogotá/Colômbia, 11(4), p. 29-44. jul/set 2008.
14. GOMES, A.R., CRUZ, J.F., CABANELAS, S.. Estresse ocupacional em profissionais de saúde: Um estudo com enfermeiros portugueses. **Psicologia Teoria e Pesquisa**. Braga/Portugal. 25(3), p. 307-318, jul/set. 2009.
15. BEYEA, S.C., NICOLL, E.L.H.. Writing an integrative review. **Aorn J** . 67(4), p. 877-880. abr 1998 Disponível em: <http://findarticles.com/p/articles/mim0FSL/isn4v67/ai20972821/>. Acesso em 23 fev de 2011.

ANEXO I**Instrumento para coleta dos dados dos estudos selecionados**

Referências do artigo _____

Autores: _____

Ano de Publicação do estudo: _____

Intervenção estudada: _____

Local de realização do estudo: _____

Idiomas: Inglês Português EspanholFonte/Base de dados: MEDLINE BDENF LILACS SCIELOTipo de publicação: Artigo tese dissertação monografiaTipo de delineamento: metanálise experimental quase experimental
 caso coorte descritivo revisão observacional

Métodos/resultados: _____

Conclusões/recomendações: _____

Comentários: _____
