



ISSN: 2230-9926

Available online at <http://www.journalijdr.com>

# IJDR

International Journal of Development Research

Vol. 11, Issue, 08, pp. 49906-49912, August, 2021

<https://doi.org/10.37118/ijdr.22727.08.2021>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

## SINDROME DE BURNOUT E ESGOTAMENTO PROFISSIONAL ENTRE ENFERMEIROS: UMA REVISÃO DE LITERATURE

\*<sup>1</sup>Kayo Elmano Costa da Ponte Galvão, <sup>2</sup>Luciano da Silva Façanha, <sup>3</sup>Roseane Lustosa de Santana, <sup>4</sup>Rivaldo Lira Filho, <sup>5</sup>Janete Brasil Torres, <sup>6</sup>Lanna Gabriela Façanha Costa Isidro, <sup>7</sup>Conceição de Maria Belfort de Carvalho, <sup>8</sup>Sansão Hortegal Neto and <sup>9</sup>Ana Amélia Costa Oliveira

<sup>1</sup>Enfermeiro - Residente em Enfermagem Obstétrica HU-UFMA; <sup>2</sup>Professor do Programa de Pós-Graduação em Cultura e Sociedade-Mestrado Interdisciplinar em Cultura e Sociedade da Universidade Federal do Maranhão; <sup>3</sup>Enfermeira, Mestra em biologia parasitária pela universidade CEUMA; <sup>4</sup>Enfermeiro, Mestre em Ciências da Saúde pela UFPI; <sup>5</sup>Enfermeira, Residente em Enfermagem Obstétrica HU-UFMA; <sup>6</sup>Enfermeira Neonatal da Unidade de Cuidados Intensivos neonatais do Hospital Universitário da Universidade Federal do Maranhão – HUUFMA; <sup>7</sup>Mestra em Enfermagem Professora do Programa de Pós-Graduação em Cultura e Sociedade da Universidade Federal do Maranhão; <sup>8</sup>Mestrando do Programa de Pós-Graduação em Cultura e Sociedade da UFMA; <sup>9</sup>Nurse, post-graduate student in Intensive Care

### ARTICLE INFO

#### ArticleHistory:

Received 20<sup>th</sup> May, 2021

Received in revised form

22<sup>nd</sup> June, 2021

Accepted 19<sup>th</sup> July, 2021

Published online 30<sup>th</sup> August, 2021

#### Key Words:

Estresse Ocupacional,  
Exaustão Profissional,  
Burnout.

#### \*Corresponding author:

Rafael Gemin Vidal

### ABSTRACT

Burnout Syndrome is characterized by a rupture in adaptation and personal fulfillment at work, involving negative attitudes that end up appearing in the professional/client relationship being, therefore, a problem in which the worker loses the essence of his relationship with work. According to Guido (2012), it is one of the major problems brought about by stress, characterized by the great negative consequences that involve the individual, family and collectivity. OBJECTIVE: to make a reflexive analysis about the stress routinely experienced by nurses, and its consequence on quality of life. This is a descriptive exploratory study of quantitative approach, carried out through a bibliographic review, the collection of data was performed through consultations in electronic portals, Latin American Literature in Health Sciences (LILACS) and Scientific Electronic Library Online (SCIELO). RESULTS AND DISCUSSION: We found 129 articles in LILACS, and 81 articles in SCIELO, totaling 210 publications. After applying the inclusion and non-inclusion criteria, a final sample of 18 articles was obtained. CONCLUSION: It was evidenced that burnout syndrome is present in the routine of hospitals, in the various health teams, and with more emphasis on nursing, due to high workload, low social support, inadequate shifts and low pay.

Copyright © 2021, Kayo Elmano Costa da Ponte Galvão et al. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: Kayo Elmano Costa da Ponte Galvão, Luciano da Silva Façanha, Roseane Lustosa de Santana, Rivaldo Lira Filho et al. "Síndrome de burnout e esgotamento profissional entre enfermeiros: uma revisão de literatura", *International Journal of Development Research*, 11, (08), 49906-49912.

## INTRODUCTION

O processo Saúde-Doença vem se mostrando um forte fator de mudanças no contexto atual, que vai desde o conceito de saúde como ausência de doenças, até a saúde relacionada ao contexto social. Relacionado a esse processo, o estresse vem apresentando uma elevada importância no ambiente de trabalho dos profissionais de saúde, que traz consigo uma alta taxa de desgaste emocional, cansaço e alterações funcionais significativas(CAVALHEIRO; JUNIOR; LOPES, 2008). Selaghim e colaboradores (2012) afirmam que o estresse e a sobrecarga relacionada ao ambiente profissional

ênfaticamente a falta de capacidade em se adaptar a carga exaustiva de trabalho, devido às demandas de trabalho intensas, capacidade de resolução de problemas em tempo hábil, assistência imediata aos pacientes que requerem atendimento em tempo muito oportuno, e a baixa valorização dos profissionais de saúde. Para Guido *et al* (2012), a Síndrome de *Burnout* é um dos grandes problemas trazidos pelo estresse, caracterizado pelas grandes consequências negativas que envolvem o indivíduo, família e a coletividade. Estar exposto aos estressores relacionado ao trabalho favorece, significativamente, a incidência desta síndrome nos profissionais de saúde. Os Enfermeiros estão entre os profissionais que mais são afetados com o estresse no

ambiente de trabalho, e os fatores que levam a isso se caracterizam pela falta de pessoal para a jornada intensa de trabalho, levando à acumulação de tarefas, falta de valorização dos profissionais diante das altas demandas de trabalho, cuidados diretos e imediatos aos pacientes graves, entre diversos outros fatores. Em um estudo realizado por Galindo (2012), foi evidenciado que os altos níveis de exaustão emocional indicavam forte propensão para o desenvolvimento da síndrome, e que a sobrecarga de tarefas evidencia o comprometimento da qualidade de vida no trabalho. A Síndrome de *Burnout* é caracterizada por uma ruptura na adaptação e realização pessoal no trabalho, envolvendo atitudes negativas que acabam transparecendo na relação profissional/cliente sendo, portanto, um problema no qual o trabalhador perde a essência de sua relação com o trabalho e com as demais situações ao seu redor (RISSARDO; GASPARINO, 2013). A partir do exposto, considera-se o Enfermeiro como um profissional que vivencia condições estressantes no trabalho, com jornadas intensas de cuidados prestados aos clientes, atuando de forma assistencial em setores considerados exaustivos, seja pela elevada carga de trabalho, ou pela especificidade de tarefas realizadas (MONTE; LIMA; NEVES, *et al.*, 2013). Mediante as considerações supracitadas, é importante citar o curso seguido por este estudo. Na metodologia, foi realizado uma revisão integrativa de literatura, buscando artigos que possuíam a temática do estudo, utilizando critérios de inclusão e não inclusão, citados no capítulo de Metodologia. Para os resultados, foi elencada uma tabela demonstrativa dos artigos encontrados, que seguiam a temática proposta pelo presente estudo, com nome dos autores, ano de publicação, e principais resultados. Em seguida, foi realizada uma discussão sobre os principais pontos encontrados pelos autores, fazendo uma breve comparação de resultados. Por fim, nas considerações finais, é enfatizada a importância da continuidade de estudos com o tema, para que haja uma abordagem mais ampla do problema. Diante disso, o objetivo deste estudo é fazer uma análise reflexiva sobre o estresse vivenciado rotineiramente pelos Enfermeiros, e sua consequência na qualidade de vida. Esta pesquisa justifica-se pelo alto nível de estresse que é vivenciado pelos profissionais de enfermagem, e as consequências que o esgotamento físico e emocional traz para o dia a dia das pessoas submetidas a carga de trabalho excessiva. Considerando todas as informações supracitadas, questiona-se: como o estresse laboral e *Burnout* podem interferir na qualidade de vida dos profissionais de Enfermagem?

## METODOLOGY

Estudo abordando o método de Revisão Integrativa de Literatura. Para Toledo (2011), esse tipo de estudo fornece informações sobre um fato ou problema, conectando elementos isolados de pesquisas já existentes. A elaboração deste estudo se deu por etapas, definidas como: identificação do tema; aplicação dos critérios de inclusão e exclusão; escolha das informações a serem retiradas dos estudos; análise dos dados; interpretação e apresentação dos dados obtidos. A questão que conduz o estudo é a seguinte: como o estresse laboral pode interferir na qualidade de vida dos profissionais de Enfermagem?. Para a busca dos artigos, foram utilizadas as seguintes terminologias, previamente identificadas como descritores no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde): Estresse ocupacional; Esgotamento profissional; *Burnout*. Foram utilizados os seguintes critérios de inclusão: artigos publicados em português, que apresentaram a temática “a interferência do estresse laboral e *Burnout* na qualidade de vida dos profissionais de Enfermagem”, ordenados nas bases de dados Literatura Latino-americana em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SCIELO), excluindo os artigos que se repetiam nas respectivas bases de dados, ou que não atendiam aos critérios de inclusão desse estudo. Para a pesquisa, foram utilizados dados contidos em artigos publicados no ano de 2018, com o intuito de obter pesquisas relevantes e recentes sobre o tema. As buscas *online* foram realizadas no mês de abril de 2019. Foram encontrados 129 artigos na base de dados LILACS, e 81 artigos na base de dados SCIELO, totalizando 210 publicações. Após a aplicação dos critérios de inclusão e não-inclusão, obteve-se uma amostra final de 18 artigos, dos quais 12 pertencem a base de dados

LILACS e 06 pertencem a base de dados SCIELO, como pode ser analisado na figura. A análise dos dados foi feita a partir da leitura dos resumos dos artigos encontrados nas bases de dados supracitadas. Os estudos que atenderam aos critérios de inclusão, e que apresentaram apontamentos e informações que respondiam à questão deste estudo, foram selecionados e verificados na íntegra. Após a análise integral dos artigos, foi elaborado um quadro demonstrativo, contendo autores, ano, título, metodologia e conclusão.

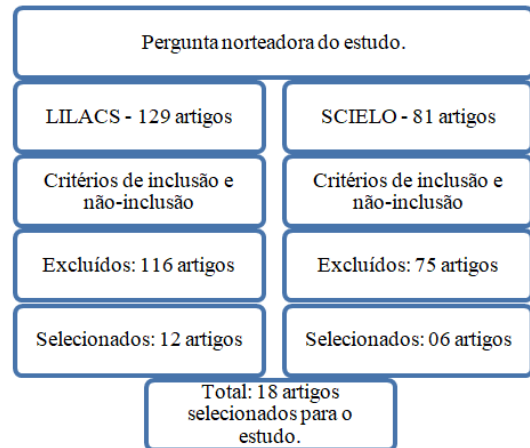


Figura 1. Fluxograma explicativo do processo de seleção dos artigos

## RESULTS

Após a Análise dos dados dos artigos selecionados, das 18 publicações selecionadas, publicadas no ano de 2018, foram encontrados estudos de diversas metodologias para obtenção dos resultados. Estudos que usaram apenas metodologia tipo transversal estiveram em maior número (4/18), seguidos por Revisões Integrativas de Literatura (3/18) e estudos que usaram abordagens tanto quantitativas quanto descritivas e transversais (3/18). Além disso, estudos que usaram metodologia tanto quantitativa e qualitativa estiveram presentes (2/18), além de estudo quantitativo transversal (1/18), quantitativo descritivo (1/18), apenas quantitativo (1/18), quantitativo correlacional (1/18), transversal correlacional (1/18) e prospectivo longitudinal (1/18). A tabela abaixo demonstra a caracterização dos artigos encontrados segundo base de dados, ano, título, autores, objetivos, tipo de estudo e principais conclusões

## DISCUSSION

A saúde tornou-se um bem social, onde se envolve vida, liberdade, propriedade e integridade do corpo como direitos. Hoje pensamos em saúde na sua forma dinâmica e integrada, resultante da sintonia entre dimensões nas quais se insere a vida de cada indivíduo, como a dimensão física, psicológica, social e espiritual. É através dessa harmonia de dimensões que é possível gozar de uma satisfatória qualidade de vida (MELO; FIGUEIREDO, 2005). O estresse laboral é uma das formas de se pensar em saúde no trabalho, que acaba diminuindo a qualidade de vida dos profissionais, e interfere profundamente na saúde dos indivíduos. Em um estudo realizado em 2018 por Souza e colaboradores, enfatiza-se a Enfermagem como uma profissão com grande probabilidade de sofrer com o impacto do estresse. Isso acontece devido aos cuidados prestados aos pacientes, sejam eles os de menor ou maior complexidade, além de estarem sujeitos a conflitos pessoais e profissionais no ambiente de trabalho. Os enfermeiros vulneráveis aos estressores laborais, como a carga excessiva de trabalho, estão mais propensos ao desenvolvimento de fatores determinantes da depressão, que é aqui definida como um estado de sofrimento psíquico, agindo nas relações interpessoais. Esse estado de depressão leva ao *Burnout*, que tem sua fisiopatologia

Quadro 1. Caracterização dos estudos quanto a base de dados, ano, título, autores, objetivos, tipo de estudo e principais conclusões

Base de Dados e Ano	Título	Autores	Objetivo e tipo de estudo.	Principais conclusões
SCIELO, 2018.	<i>A produtividade versus cargas de trabalho no ambiente laboral da Enfermagem</i>	CARVALHO, DP; ROCHA, LP; TOMASCHEWSKI-BARLEM, JE; BARLEM, ELD; CECAGNO, D; DALMDIN, EL.	Analisar a associação entre a perda de produtividade e as cargas de trabalho em um hospital universitário. Estudo descritivo quantitativo.	os trabalhadores apresentaram perda de produtividade e limitações para o trabalho associadas as cargas de trabalho.
SCIELO, 2018.	Burnout e sintomatologia depressiva em enfermeiros de UTI: análise de relação.	VASCONCELOS, EM; MARTINO, MMF; FRANÇA, SPS.	Analisar a existência de relação entre Burnout e a sintomatologia depressiva em enfermeiros de UTI. Estudo quantitativo, descritivo e transversal.	os enfermeiros com Burnout têm uma possibilidade maior de desencadear a sintomatologia depressiva.
SCIELO, 2018.	Efeito do ambiente da prática do enfermeiro nos resultados do trabalho e clima de segurança.	DORIGON, EH; GUIRARDELLO, EB.	Propor e analisar um modelo teórico que mensura o efeito da percepção de enfermeiros quanto a diversos fatores. Estudo correlacional.	O ambiente da prática mostrou forte impacto na satisfação no trabalho.
SCIELO, 2018.	Esgotamento profissional, qualidade e intenções entre enfermeiros da saúde da família.	LORENZ, VR; SABINO, MO; FILHO, HRC.	Analisar como enfermeiros de ESF avaliam a qualidade do cuidado. Estudo transversal correlacional.	Enfermeiros de ESF vivenciam esgotamento profissional que apresenta correlação com a diminuição da qualidade do cuidado.
SCIELO, 2018.	Preditores da síndrome de Burnout em enfermeiros de UTI.	VASCONCELOS, EM; MARTINO, MMF.	Identificar a prevalência e analisar a existência de fatores preditores de burnout em enfermeiros de UTI. Estudo quantitativo, descritivo e transversal.	A prevalência de burnout nos enfermeiros correspondeu a 14,3%.
SCIELO, 2018.	Síndrome de Burnout e o trabalho em turnos na equipe de enfermagem.	VIDOTTI, V; RIBEIRO, RP; GALDINO, MJQ; MARTINS, JT.	Analisar os fatores associados à síndrome de Burnout, segundo o turno de trabalho. Estudo transversal.	Os fatores psicossociais e do contexto laboral tiveram associação com as dimensões da síndrome entre os profissionais de ambos os turnos.
LILACS, 2018.	<i>(Re)conhecendo o cotidiano dos trabalhadores de um centro de saúde: um caminho para prevenção do Burnout e a promoção da saúde</i>	MICHELIN, SR; NITSCHKE, RG; MARTINI, JG; THOLL, AD; SOUZA, LCSL; HENCKEMAIER, L.	Compreender o cotidiano dos trabalhadores de um centro de saúde de Florianópolis. Estudo exploratório-descritivo.	A compreensão do cotidiano dos trabalhadores apontou que a maior parte da tensão e do estresse no dia a dia está concentrada no ambiente laboral.
LILACS, 2018.	A relação da Síndrome de Burnout com os profissionais de enfermagem: Revisão Integrativa.	LARRÉ, MC; ABUD, ACF; INAGAKI, ADM.	Identificar a ocorrência da Síndrome de Burnout no profissional de enfermagem. Revisão Integrativa de Literatura.	Os profissionais de enfermagem precisam buscar informações e conhecimentos acerca da doença a fim de promover a prevenção.

Continue.....

LILACS, 2018.	Análise da prevalência da Síndrome de Burnout em profissionais da atenção primária em saúde.	LIMA, AS; FARAH, BF; BUSTAMANTE-TEIXEIRA, MT.	Identificar a prevalência de Burnout nos profissionais da atenção primária e fatores associados. Estudo transversal.	A prevalência de Burnout foi de 51%, destacando-se que ela foi maior entre profissionais de enfermagem.
LILACS, 2018.	Associação entre Síndrome de Burnout, uso prejudicial de álcool e tabagismo na enfermagem nas UTIs de um hospital universitário.	FERNANDES, LS; NITSCHKE, MJT; GODOY, I.	Verificar a presença da Síndrome de Burnout entre profissionais da enfermagem e a existência de associação entre consumo de álcool e tabaco. Estudo de abordagem quantitativa.	Os serviços de UTI necessitam de intervenções dos gestores dos serviços, com a finalidade de cuidar da saúde de seus cuidadores.
LILACS, 2018.	Autonomia e controle do ambiente de trabalho por profissionais de enfermagem reduzem índices de exaustão emocional.	MARCELINO, CF; ALVES, DFS; GUIRARDELLO, EB.	Avaliar o ambiente da prática profissional e os níveis de burnout entre os profissionais de enfermagem e estimar o efeito preditor do ambiente da prática. Estudo transversal.	A autonomia e o controle sobre o ambiente da prática profissional foram considerados fatores preditores do burnout entre enfermeiros, auxiliares e técnicos de enfermagem.
LILACS, 2018.	Burnout e a organização do trabalho na enfermagem.	SOBRAL, RC; STEPHAN, C; BEDIN-ZANATTA, A; DE-LUCCA, SR.	Identificar os fatores de risco psicossociais e da organização do trabalho preditores de sofrimento mental, além de estimar a prevalência de SB em profissionais de enfermagem. Pesquisa quantitativa – qualitativa.	Há uma necessidade de um olhar mais amplo sobre as causas da SB.
LILACS, 2018.	Burnout e depressão em residentes de um programa multiprofissional em oncologia: estudo longitudinal prospectivo.	CAVALCANTI, IL; LIMA, FLT; SOUZA, TA; SILVA, MJS.	Analisar a ocorrência de SB e depressão entre residentes de um programa de residência multiprofissional em oncologia. Estudo longitudinal prospectivo.	Estratégias para prevenção e controle são necessários a fim de minimizar as consequências na aprendizagem, qualidade de vida e assistência prestada.
LILACS, 2018.	Estresse e síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem que atuam na nefrologia: uma revisão integrativa.	RUBACK, SP; TAVARES, JMAB; LINS, SMSB; et al.	Identificar a produção científica relacionada a SB e estresse em profissionais da enfermagem na nefrologia.	Espera-se ampliar a visão sobre o estresse e SB em enfermeiros que atuam em nefrologia, identificando os fatores que podem influenciar na assistência.
LILACS, 2018.	Estresse ocupacional em enfermeiros da pediatria: manifestações físicas e psicológicas.	FABRI, JME; NORONHA, JR; OLIVEIRA, EB; et al.	Verificar a presença de estresse ocupacional em enfermeiros da pediatria e analisar as manifestações físicas e psicológicas de estresse. Estudo quantitativo, descritivo e transversal.	A amostra apresentou alto nível de estresse cujo adoecimento já se faz presente, considerando-se as manifestações na fase de exaustão.
LILACS, 2018.	Fatores associados ao desenvolvimento de estresse e Burnout entre profissionais de enfermagem que atuam na assistência a pessoas vivendo com HIV/Aids.	SANCHES, RS; SOUZA, AR; LIMA, ES.	Identificar quais fatores relacionados ao desgaste emocional, estresse e Burnout estão presentes na assistência de enfermagem às pessoas vivendo com HIV/Aids. Revisão integrativa de literatura.	Estressores como falta de recursos, dificuldades para atender expectativas, sobrecarga de trabalho e medo de contaminação estão presentes no cotidiano dos enfermeiros.
LILACS, 2018.	Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem atuantes em setores críticos.	SOUZA, VS; SILVA, DS; LIMA, LV; TESTON, EF; et al.	Analisar a qualidade de vida de profissionais de enfermagem atuantes em setores críticos. Estudo transversal – quantitativo.	Os profissionais de enfermagem possuem uma qualidade de vida satisfatória, porém, questões relacionadas a saúde física e estrutura da instituição são fatores que interferem nessa qualidade de vida.
LILACS, 2018.	Saúde e trabalho de residentes multiprofissionais.	ROCHA, JS; CASAROTTO, RA; SCHMITT, ACB.	Analisar e correlacionar a qualidade de vida, estresse e satisfação com o trabalho de tais residentes. Estudo transversal.	A prevalência do estresse nos residentes foi alta, e contribui negativamente para a qualidade de vida.

Fonte: Elaboração do autor (2019)

ligada ao local de trabalho do indivíduo (VASCONCELOS; DE MARTINO; FRANÇA, 2018). Para Ribeiro (2018), “o processo de *Burnout* é individual, e sua evolução pode levar anos ou décadas” Nesse sentido, é importante o reconhecimento dos sintomas e fatores pertinentes ao aparecimento da Síndrome, tanto pelas instituições quanto pelos profissionais. O conhecimento sobre o assunto faz com que sua evolução não chegue ao extremo, e traga consigo todos os prejuízos a ela vinculados. Os problemas no desempenho das atividades estão ligados à perda da produtividade, e maior *deficit* no cumprimento de prazos, levando o trabalhador a cometer erros potenciais no exercício laboral. Em um estudo realizado em 2017, com participação de 211 trabalhadores de Enfermagem, evidencia-se que a perda da produtividade pode estar relacionada às doenças e desgastes que são caracterizados pela presença de altas cargas de trabalho. Para os autores, essa improdutividade traz um impacto negativo na assistência ao paciente que está sob seus cuidados (Carvalho; Rocha; Tomaszewski-Barlem; *et al*, 2017). O *Burnout* está frequentemente presente na Enfermagem. É evidenciado que esses profissionais não possuem muita autonomia na administração dos cuidados para resolver, ou minimizar, os problemas de seus clientes em diversas situações. Essa falta de autonomia, como explica um estudo realizado por Larré, Abud e Inagaki (2018), está relacionada a pouca comunicação entre os gestores das instituições e seus funcionários, especificamente os profissionais de enfermagem. Embora o estudo descreva a insuficiência da autonomia entre os profissionais da Enfermagem, outro estudo, realizado por Marcelino, Alves e Guirardello (2018), afirma que os enfermeiros que possuem autonomia avaliam seu ambiente de prática com bastante positividade, uma vez que há mais liberdade para tomar decisões sobre os cuidados prestados, aumentando assim a satisfação profissional. Em um estudo quantitativo correlacional de 2018, utilizando uma amostra final de 465 enfermeiros inscritos no Conselho Regional de Enfermagem de São Paulo (COREN-SP), é discutida a presença de insegurança com o trabalho prestado, ocasionada pela exaustão emocional, mesmo com a percepção positiva do enfermeiro em relação ao seu ambiente de prática (DORIGAN; GUIARDELLO, 2018). Para que haja uma diminuição dos níveis de *Burnout*, algumas melhorias no ambiente de prática podem ser significativas para a diminuição no quadro de desgaste e estresse laboral, haja visto que esse método pode proporcionar um ambiente com mais autonomia e boas relações de trabalho, uma vez que essas ações de melhoria podem ser positivas tanto na percepção ao clima de insegurança nas instituições de assistência à saúde, quanto na permanência dos enfermeiros em suas funções. Essa melhora no ambiente diminui a insegurança e aumenta a qualidade do cuidado (MARCELINO; ALVES; GUIARDELLO, 2018). A exaustão, o estresse e a insegurança refletem no desempenho durante a jornada de trabalho. Isso acontece devido a tolerância dos riscos das situações de trabalho, que muitas vezes são negados ou banidos em função do medo de se sentirem desqualificados ou prejudicados em sua trajetória profissional ou funcional. Esse medo compromete a integridade moral desses profissionais, levando-os a intenção de abandonar o trabalho ou sua função na instituição (LORENZ; SABINO; CORREA FILHO, 2018).

A presença de *Burnout* também é significativa em trabalhadores jovens, entre 20 e 30 anos, devido à pouca experiência de trabalho e insuficiência de habilidades que são caracterizados pela pouca prática clínica (VASCONCELOS; DE MARTINO; FRANÇA, 2018). Em um estudo realizado em um hospital universitário de São Paulo, é enfatizado a predominância de *burnout* e estresse laboral em enfermeiros jovens, do sexo feminino, e que possuem características em comum de suscetibilidade à doença, e concluem que, quanto maior o grau de exaustão emocional e menor realização profissional, maior é a sintomatologia depressiva (LARRÉ; ABUD; INAGAKI, 2018). Em uma Revisão Integrativa de Literatura realizada por Ruback e colaboradores em 2018, com base em 13 artigos estudados, evidenciou-se que o contato intenso e duradouro com pacientes, familiares e equipes multiprofissionais desencadeiam uma aproximação que pode diminuir os limites do vínculo profissional, podendo ser um fator protetor caracterizado pelo seu envolvimento com o paciente, como também pode ser um fator estressante advindo

dessa relação, que é caracterizado pelas diversas emoções envolvidas nesse processo de cuidar. Os relacionamentos entre profissionais da equipe de Enfermagem e outros profissionais da saúde, muitas vezes, são permeados de conflitos, seja pela fraca comunicação, seja pela falta de solidariedade entre os trabalhadores de diversas categorias profissionais, explica Sobral (2018). Associado ao *Burnout*, o baixo apoio social esteve presente como um facilitador no desenvolvimento da síndrome, visto que esse apoio social é essencial para diminuir as chances de prevalência do estresse, pois devido ao compartilhamento de vivências e situações, os profissionais podem promover um ambiente mais amigável, e com mais apoio emocional (VIDOTTI; RIBEIRO; GALDINO; *et al*, 2018). Os profissionais estão sujeitos a maior prevalência de *Burnout* quando estão recebendo baixo apoio social, onde as relações interpessoais fazem o indivíduo sentir-se insatisfeito com o trabalho, facilitando a presença da Síndrome (LIMA; FARAH; BUSTAMANTE-TEIXEIRA, 2018). Michelin (2018), em um estudo que tinha como objetivo compreender o cotidiano dos trabalhadores de um centro de saúde de Florianópolis, é discutido que a falta de tempo pode se associar ao estresse, ao cansaço e a correria no trabalho, se tornando algo crônico e que tem forte impacto na qualidade de vida do profissional da saúde, em especial aos enfermeiros. Entretanto, no mesmo estudo, alguns participantes da pesquisa mencionaram que o dia a dia fora do trabalho é tranquilo, sem grandes correrias. Esse quadro muda de configuração quando os mesmos participantes são questionados sobre o ambiente laboral, e acabam relatando a predominância do estresse no trabalho. Enquanto uns participantes relatam o estresse no trabalho, outros estão em fase de adaptação no seu dia a dia, o que pode, ou não, implicar na predominância de estresse, irritação, desconforto ou sentimentos negativos. Essas oscilações de sentimentos entre o contexto geral de vida e o cotidiano no trabalho revelam uma divisão do ser, uma vez que o indivíduo passa a viver circunstâncias diferentes na vida dentro e fora do trabalho (MICHELIN; NITSCHKE; MARTINI; *et al*, 2018).

Em outro estudo realizado com 153 profissionais da saúde, que atuavam na atenção básica do município de Juiz de Fora, observa-se a prevalência de *Burnout* em, pelo menos, 51% dos participantes da pesquisa, sendo a maior parte formada por profissionais da Enfermagem, do sexo feminino, e que tinham dois ou mais vínculos empregatícios. Entretanto, há diferenças de gêneros que resultam em riscos laborais diferentes para profissionais de ambos os sexos. Enquanto as mulheres estão predispostas aos riscos psicossociais, há uma maior vulnerabilidade aos riscos físicos e químicos em homens (LIMA; FARAH; BUSTAMANTE-TEIXEIRA, 2018). Além da carga de trabalho exaustiva vivida pelas profissionais de enfermagem, sejam elas técnicas ou enfermeiras, Fabri (2018) explica que a questão de gênero tem forte impacto no modo de vida das mulheres. O exercício de múltiplos papéis, como tarefas domésticas, cuidado com os filhos e o acúmulo de mais de um vínculo empregatício, também contribuem para o desenvolvimento de sentimento de impotência e frustração. O fato de ter filhos e ser casado pode ser um fator protetor, pois o profissional pode se sentir amparado pelo cônjuge, além de desenvolver o sentimento de afetividade, que protege contra a incidência da Síndrome de *Burnout* (FERNANDES; NITSCHKE; GODOY, 2018). Em um estudo de 2017, realizado em um hospital universitário de São Paulo é revelado que a maior porcentagem de profissionais enfermeiros está na Unidade de Terapia Intensiva do local, no turno noturno, com prevalência de *Burnout* em 14,3% dos participantes da entrevista, e mostra que há altos índices de exaustão emocional e despersonalização, além de baixos índices de realização profissional. A pesquisa afirma a predominância de *Burnout* em indivíduos jovens, recém-formados, devido à baixa experiência na UTI, mesmo com a busca por aperfeiçoamento profissional no manejo de pacientes críticos, e maior empenho diante de situações urgentes e emergentes (VASCONCELOS; DE MARTINO, 2017). Esses profissionais em busca de mais experiência acabam sofrendo influência do estresse ocupacional, desencadeando mais facilmente a presença da síndrome. Com base nisso, os profissionais mais jovens são mais propensos a desenvolver a despersonalização (FERNANDES; NITSCHKE; GODOY, 2018). Em outra pesquisa envolvendo 128 residentes do Programa de Residência

em Oncologia em um hospital no Rio de Janeiro, é reforçada a informação da incidência de *Burnout* em jovens recém-formados, enfatizando que os esforços colocados por cima dos discentes do programa podem prejudicar a aprendizagem, além de colocar em risco a qualidade da assistência prestada aos clientes. Ainda no estudo, dos 128 participantes, distribuídos em três momentos de avaliação, 72,5% estiveram predispostos a desenvolver depressão, devido à sobrecarga de atividades impostas aos residentes, havendo uma correlação positiva entre a ocorrência da doença e a Síndrome de *Burnout* (CAVALCANTI; LIMA; SOUZA; *et al*, 2018). Contudo, Souza (2018) conclui que há uma exaustão emocional alta nos profissionais que exercem suas funções durante o turno diurno. A ocorrência disso se relaciona ao fato de o turno diurno apresentar um número significativamente maior de mulheres jovens, que possuem relacionamento conjugal estável, além de ter um processo de trabalho mais intenso. Essas alterações na saúde física e mental dos enfermeiros ressaltam a importância dos períodos de descanso e sono satisfatórios, com o objetivo de minimizar os efeitos do estresse sobre o corpo e mente (VIDOTTI; RIBEIRO; GALDINO; *et al*, 2018). É evidenciado a existência de algumas fases que são vividas no cotidiano profissional. Na fase de resistência, o indivíduo tenta lidar com seus estressores, de maneira que consiga manter sua homeostase interna. Nessa fase, de resistência, há uma manifestação maior do medo, isolamento social, ansiedade, entre outros. Se houver persistência dos fatores psicossociais, o indivíduo passa para a fase de exaustão, onde não consegue conviver com o estresse, passando a desenvolver doenças e síndromes, como o *Burnout* (ROCHA; CASAROTTO; SCHMITT, 2018).

Na assistência aos soropositivos, a equipe de Enfermagem vivencia estresses pessoais no cuidado aos pacientes, culminando em uma grande probabilidade de incidência da Síndrome de *Burnout*. Esse estresse pode ser caracterizado, muitas vezes, pelo desconhecimento do HIV/AIDS e sobre sua transmissibilidade, resultando em atitudes negativas ou impessoais em relação aos clientes assistidos, além de acarretar sintomas físicos e psicológicos na vida dos profissionais (SANCHES; SOUZA; LIMA, 2018). As situações estressantes que são vividas rotineiramente pelos enfermeiros levam o profissional ao alcoolismo e a drogadição. O uso abusivo de drogas, como o tabaco, pode ser considerado como uma forma de fuga ou esquecimento do trabalho, além de proporcionar a busca pelo prazer que não é encontrado nas atividades laborais (FERNANDES; NITCHE; GODOY, 2018). As instituições de saúde têm papel fundamental no que diz respeito ao cuidado da organização e identificação dos estressores laborais, promovendo ações que privilegiem a saúde do trabalhador em todos os aspectos, desenvolvendo estratégias de educação continuada e permanente, dando ciência a que tipo de fatores estressantes os profissionais estão expostos, e quais os seus efeitos na saúde e qualidade de vida (SOBRAL; STEPHAN; BEDIN-ZANATTA, 2018). Algumas estratégias podem ser eficazes no enfrentamento de agentes estressores, prevenindo o aparecimento da Síndrome de *Burnout*. Suporte social e o enfrentamento focado no problema são alguns exemplos das estratégias que podem ser desenvolvidas para a melhoria da prática no ambiente de trabalho, explica Ribeiro (2018). Diante do exposto, é importante que gestores tracem metas e ações para minimizar o estresse nas equipes de Enfermagem, como incluir métodos de diminuição da sobrecarga de trabalho, melhoria nos recursos e materiais, além de salários mais compatíveis e educação permanente para os profissionais da saúde. Podem ser incentivados pelos gestores atividades físicas diárias, dedicação ao lazer e a família, programas culturais e atividades prazerosas como algumas medidas preventivas (LARRÉ; ABUD; INAGAKI, 2018).

## CONCLUSION

Com esse estudo foi permitido conhecer as consequências que são geradas pelo estresse laboral. Foi discutido que a Síndrome de *Burnout* está presente na rotina dos hospitais, nas diversas equipes de saúde, e com mais ênfase na Enfermagem, devido a alta carga de trabalho, baixo apoio social, turnos inadequados e baixa remuneração.

O estresse laboral, associado a incidência de *Burnout*, traz prejuízos para a qualidade de vida do profissional, na qualidade da assistência que é prestada por ele, e que reflete profundamente na sua satisfação enquanto provedor de saúde para seus clientes. Alguns objetivos foram traçados para a diminuição da carga de trabalho, e incidência da Síndrome nos profissionais de enfermagem, como a comunicação efetiva entre gestores e empregados, melhoria nas condições de trabalho em instituições de saúde, otimização dos recursos materiais, e mais valorização do profissional em seu campo de prática, além de autonomia para lidar com as situações cotidianas. Por fim, é de extrema importância a continuidade de pesquisas voltadas ao assunto, pois é preciso enxergar profundamente a problemática que envolve o estresse laboral, e suas consequências para a saúde do trabalhador.

## REFERENCES

- Cavalheiro AM, Junior DFM, Lopes AC. 2008. Estresse de enfermeiros com atuação em unidade de terapia intensiva. *Rev Latino-AM Enfermagem*. 16(1).
- Selegim MS, Mombelli MA, Oliveira MLF, Waidman MAP, Marcon SS. 2012. Sintomas de estresse em trabalhadores de Enfermagem de uma unidade de pronto socorro. *Rev Gaúcha Enferm*. 33(3): 165-173.
- Guido LA, Silva RM, Goulart CT, Bolzan MEO, Lopes LFD. 2012. Síndrome de Burnout em residentes multiprofissionais de uma universidade pública. *Rev Esc Enferm USP*. 46(6): 1477-83
- Galindo RH, Feliciano KVO, Lima RAS, Souza AI. 2012. Síndrome de Burnout entre enfermeiros de um hospital geral da cidade de Recife. *Rev Esc Enferm USP*. 46(2): 420-7.
- Rissardo MP, Gasparino RC. Exaustão emocional em enfermeiros de um hospital público. *Esc Anna Nery*. 2013; 17(1): 128-132.
- Monte PF, Lima FET, Neves FMO, Studart RMB, Dantas RT. 2013. Estresse dos profissionais enfermeiros que atuam na unidade de terapia intensiva. *Acta Paul Enferm*. 26(5); 421-427.
- Toledo MM, Takahashi RF, De-La-Torre-Ugarte-Guanilo MC. 2011. Elementos de vulnerabilidade individual de adolescentes ao HIV/Aids. *Rev Bras Enfermagem*. 64(2): 370-5.
- Melo ECP, Figueiredo NMA. Níveis de atenção à saúde: cuidado preventivo para o corpo sadio. IN: Figueiredo NMA. *Ensinando a cuidar em saúde pública*. 2005. Vol. 1: 125-142.
- Souza VS, Silva DS, Lima LV, Teston EF, Beneditti GMS, Costa MAR, Mendonça RR. 2018. Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem atuantes em setores críticos. *Rev Cuid*. 9(2): 2177-86.
- Vasconcelos EM, De Martino MMF, França SPS. 2018. Burnout e sintomatologia depressiva em enfermeiros de terapia intensiva: análise de relação. *Rev Bras Enferm*. 71(1): 135-41.
- Ribeiro VF. Estresse e Burnout entre enfermeiros perioperatórios. *Rev. Sobecc*. 2018; 23(2): 59-60.
- Carvalho DP, Rocha LP, Tomaschewski-Barlem JE, Barlem DC, Cecagno D, Dalmolin GL. 2017. A produtividade Versus Cargas de trabalho no ambiente laboral da Enfermagem. *Rev Esc Enferm USP*. 51:e 03301.
- Larré MC, Abud ACF, Inagaki ADM. 2018. A relação da Síndrome de Burnout com os profissionais de enfermagem: revisão integrativa. *Revista Nursing*. 21(237): 2018-2033.
- Marcelino CF, Alves DFS. 2018. Guirardello EB. Autonomia e controle do ambiente de trabalho por profissionais de enfermagem reduzem índices de exaustão emocional. *Rev Min Enferm*. 22. e 1101.
- Dorigan GH, Guirardello EB. 2018. Efeito do ambiente da prática do enfermeiro nos resultados do trabalho e clima de segurança. *Rev. Latino-AM. Enfermagem*. 26: e3056.
- Lorenz VR, Sabino MO, Correa Filho HR. 2018. Esgotamento profissional, qualidade e intenções entre enfermeiros de saúde da família. *Rev Bras Enferm*. 71: 2295-301.
- Ruback SP, Tavares JMAB, Lins SMSB, Campos TS, Rocha RE, Caetano DA. 2018. Estresse e Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem que atuam na nefrologia: uma revisão integrativa. *Rev Fund Care Online*. 10(3): 889-899.

- Sobral RC, Stephan C, Bedin-Zanatta A, De-Lucca SR. Burnout e a organização do trabalho na enfermagem. *Rev Bras Med Trab.* 2018; 16(1): 44-52.
- Vidotti V, Ribeiro RP, Galdino MJQ, Martins JT. Síndrome de Burnout e o trabalho em turnos na equipe de enfermagem. *Rev Latino-AM. Enfermagem.* 2018; 26: e3022.
- Lima AS, Farah BF, Bustamante-Teixeira MT. Análise da prevalência da Síndrome de Burnout em profissionais da atenção primária em saúde. *Trab. Educ. Saúde,* 2018; 16(1); 283-304.
- Michelin SR, Nitschke RE, Martini JE, Tholl AD, Souza LCSL, Henckemaier L. (Re)conhecendo o cotidiano dos trabalhadores de um centro de saúde: um caminho para prevenção do Burnout e a promoção da saúde. *Texto Contexto Enferm.* 2018; 27(1): e 5510015.
- Fabri JME, Noronha IR, Oliveira EB, Kestenberg CCF, Harbache LMA, Noronha IR. Estresse ocupacional em enfermeiros da pediatria: manifestações físicas e psicológicas. *Rev Baiana enferm.* 2018; 32: e 25070.
- Fernandes LS, Nitsche MJT, Godoy I. Associação entre Síndrome de Burnout, uso prejudicial de álcool e tabagismo na enfermagem nas UTIs de um hospital universitário. *Ciência & Saúde coletiva.* 2018. 23(1): 203-214.
- Vasconcelos EM, De Martino MMF. Preditores da síndrome de Burnout em enfermeiros de unidade de terapia intensiva. *Rev Gaúcha Enferm.* 2017; 38(4): e65354.
- Cavalcanti SL, Lima FLT, Souza TA, Silva MJS. Burnout e depressão em residentes de um programa multiprofissional em oncologia: estudo longitudinal prospectivo. *Revista Bras Educação Med.* 2018; 42(1): 188-196.
- Rocha JS, Casarotto RA, Schmitt ACB. Saúde e trabalho de residentes multiprofissionais. *Rev Cienc Salud.* 2018; 16(3): 447-62.
- Sanches RS, Souza AR, Lima ES. Fatores relacionados ao desenvolvimento de estresse e burnout entre profissionais de enfermagem que atuam na assistência a pessoas vivendo com HIV/Aids. *Rev Fund Care Online.* 2018; 10(1): 276-282.

\*\*\*\*\*