

A síndrome de *Burnout* frente aos profissionais da área de saúde

André Nunes de Carvalho*

Gabriela Maria Gomes Vieira*

Resumo

A síndrome de *Burnout* vem sendo estudada há décadas, mas foi somente em 1999, ano o qual o Ministério da Saúde reconheceu como um transtorno mental e comportamental relacionados diretamente ao trabalho. Este artigo busca descrever e analisar a síndrome de *Burnout* a partir da literatura, e para tal, foi realizada uma pesquisa bibliográfica com base em fontes especializadas na temática encontrada nas bases de dados LILACS e SCIELO e livros em periódicos de 2012 a 2016. Para o estudo, o material foi selecionado ressaltando dados considerados de relevância para o tema proposto. Diante da dificuldade de se localizar material sobre o tema específico, foram utilizados artigos que abordavam a discussão sobre a síndrome, como seus malefícios causados, tanto à parte física quanto mental dos profissionais de saúde, os quais adquiriram no ambiente de trabalhista, a partir disso foi realizado a especificação de respostas frente à patologia, assim como o controle aversivo causado pelo *Burnout*, espera-se que este trabalho possa contribuir para a compreensão da síndrome e fornecer subsídios para agir de forma direta na elaboração de estratégias efetivas de prevenção e de intervenção.

Palavras Chaves: síndrome de *Burnout*, trabalho, saúde.

Abstract

The Burnout syndrome has been studied for decades, but it was only in 1999, which the Ministry of Health recognized as a mental and behavioral disorder directly related to work. This article aims to describe and analyze the Burnout syndrome from the literature, and to this end, a literature search was based on expert sources on the theme found in the databases LILACS and SCIELO and books in 2012 and 2016. For the periodic study, the material was selected highlighting data considered relevant to the theme. Given the difficulty of finding material on the specific subject, articles were used that addressed the increasing discussion about the syndrome, as its caused harm both the mental as physical part of health professionals, which have acquired in the labor environment, as it was conducted to specify responses to the disease, as well as aversive control caused by Burnout, it is expected that this work can contribute to the understanding of the syndrome and provide subsidies to act directly in the development of effective strategies for prevention and intervention.

Keywords: syndrome of Burnout, work, health.

Introdução:

A saúde mental é uma área que abrange dentre várias coisas ao bem-estar a auto eficácia, a auto realização pessoal intelectual e emocional das pessoas, é um conceito que está ligado a saúde do trabalho a qual indica que se estar saudável ou não pode ser determinado

*Estudante da graduação em Enfermagem da Faculdade Maurício de Nassau –
andrecarvalhonunes@outlook.com

*Estudante da graduação de Nutrição das Faculdades Integradas de Patos – gabrielamgvieira@outlook.com

pela interação do trabalhador com o serviço o qual influencia diretamente em sua psique podendo afetar seu desempenho, onde as formas de organização de trabalho e as condições impostas caracterizado pelo aumento das pressões produtivas, geram um isolamento gerado por uma relação de competitividade de busca e de destaque para a manutenção do emprego, onde quanto mais intensas e precárias mais desgaste causa ao trabalhador, anulando seus direitos como profissional e cidadão sendo principal responsável por patologias corporais e mentais dentre as quais está a síndrome de *Burnout*.

Burnout é um tipo de estresse ocupacional que acomete profissionais envolvidos com qualquer tipo de cuidado em uma relação de atenção direta, contínua e altamente emocional (Maslach & Jackson, 1981; 1986; Leiter & Maslach, 1988, Maslach, 1993; Vanderberghe & Huberman, 1999; Maslach & Leiter, 1999). As profissões mais vulneráveis são geralmente as que envolvem serviços, tratamento ou educação (Maslach & Leiter, 1999).

Existe uma definição mais aceita sobre essa síndrome a qual é fundamentada numa perspectiva social e psicológica a qual sendo está constituída em 3 dimensões:

Maslach, Schaufeli e Leiter (2001) assim definem as três dimensões da síndrome: Exaustão emocional, caracterizada por uma falta ou carência de energia, entusiasmo e um sentimento de esgotamento de recursos; despersonalização, que se caracteriza por tratar os clientes, colegas e a organização como objetos; e diminuição da realização pessoal no trabalho, tendência do trabalhador a se auto avaliar de forma negativa. As pessoas sentem-se infelizes consigo próprias e insatisfeitas com seu desenvolvimento profissional.

O processo do *Burnout* é individual (Rudow, 1999). Sua evolução pode levar anos e até mesmo décadas (Rudow, 1999).

Seu surgimento é paulatino, cumulativo, com incremento progressivo em severidade (França, 1987), não sendo percebido pelo indivíduo, que geralmente se recusa a acreditar estar acontecendo algo de errado com ele (França, 1987; Dolan, 1987; Rudow, 1999).

Maslach, Schaufeli e Leiter (2001) pontuam que, nas várias definições do *Burnout*, embora com algumas questões divergentes, todas encontram no mínimo cinco elementos comuns: existe a predominância de sintomas relacionados à exaustão mental e emocional, fadiga e depressão; a ênfase nos sintomas comportamentais e mentais e não nos sintomas físicos; os sintomas do *Burnout* diretamente relacionados ao trabalho; os sintomas manifestam-se em pessoas “normais” que não sofriam de distúrbios psicopatológicos antes do

*Estudante da graduação em Enfermagem da Faculdade Maurício de Nassau –
andrecarvalhonunes@outlook.com

*Estudante da graduação de Nutrição das Faculdades Integradas de Patos – gabrielamgvieira@outlook.com

surgimento da síndrome, a diminuição da efetividade e desempenho no trabalho ocorre por causa de atitudes e comportamentos negativos.

Material e Métodos:

Neste estudo, utilizou-se a revisão bibliográfica com a realização de pesquisas na bibliográfica com base em fontes especializadas na temática encontrada nas bases de dados LILACS e SCIELO e livros em periódicos de 2012 a 2015. O material foi selecionado ressaltando dados considerados de relevância para o tema proposto.

Objetivo geral: Estudar as principais causas da doença e sua relação direta e indireta com o ambiente de trabalho correlacionando-se.

Objetivo específico: Identificar as causas da doença, a qual está diretamente ligado a outras, e demonstrar possíveis soluções para a melhor qualidade de vida.

Resultados e Discussão:

Principais causas do *Burnout*

Alguns estudos têm sido realizados para identificar as causas da síndrome pressupõe de que suas causas são uma combinação de uma série de fatores individuais que está ligado a vida profissional e social tendo como resultado final a doença, profissionais de saúde em destaque a classe de enfermagem está entre as mais vulneráveis pois são comprometidos com o trabalho e envolvem-se diretamente com a vida dos pacientes por eles assistidos, sentem-se desapontados quando não são recompensados pelos seus esforços o qual muitos não trabalham em condições favoráveis, com uma alta carga horária de trabalho e baixas remunerações os quais mostra todos os indicadores a desenvolvimento desta patologia psicológica, que pode ser dividida em estágios como: a necessidade de se firmar provando que é capaz sempre, necessidade de querer fazer tudo sozinho a vida social começa a perder o sentido não sente vontade de ter relações com outras pessoas, tornando antissocial, perda de humor não aceitando questionamentos, vazio interior onde enxerga tudo difícil e complicado depressão e por fim o esgotamento profissional que corresponde ao colapso físico e mental.

*Estudante da graduação em Enfermagem da Faculdade Maurício de Nassau –
andrecarvalhonunes@outlook.com

*Estudante da graduação de Nutrição das Faculdades Integradas de Patos – gabrielamgvieira@outlook.com

Sintomas

Os sintomas físicos compreendem a sensação de fadiga constante e progressiva, distúrbios do sono, dores musculares e gastrointestinais, imunodeficiência, transtornos cardiovasculares, distúrbios do sistema respiratório, disfunções sexuais e alterações musculares nas mulheres, dentre os sintomas de ordem psíquica, temos a falta de atenção, alterações de memória, falta de concentração, sentimento de alienação, de solidão, de insuficiência, impaciência, desânimo, desconfiança e paranoia. Os sintomas comportamentais se expressam pela falta ou excesso de escrúpulos, irritabilidade, agressividade, incapacidade para relaxar, dificuldade de aceitação de mudanças, perda de iniciativa, aumento de consumo de substâncias como, por exemplo, o tabaco e o álcool, entre outros. Como sintomas defensivos, podemos encontrar a tendência ao isolamento, sentimento de onipotência, perda do interesse pelo trabalho ou pelo lazer e cinismo e como consequência o transtorno bipolar.

O *Burnout* e o transtorno bipolar

O transtorno bipolar é uma síndrome que consiste de um grupo de sinais e sintomas mantidos por um período que se estende de semanas a meses. Apesar de existirem várias hipóteses para explicar a causa dessa patologia, seus mecanismos fisiopatológicos ainda são pouco conhecidos (Ebert et al., 2002).

No transtorno bipolar, o paciente experimenta uma rápida alternância do humor acompanhada por sintomas de um episódio maníaco-depressivo. A apresentação sintomática envolve agitação, insônia, desregulação do apetite, características psicóticas e pensamento suicida. No entanto, essa alteração do humor deve causar um prejuízo na vida do indivíduo para que realmente possa ser considerada uma crise (Jorge, 2003).

Diante disso notasse que tantos os sintomas da síndrome quanto os do transtorno estão totalmente correlacionados um ao outro mostrando ser uma doença que traz consigo muitas outras providas do trabalho realizado exaustivamente, que é contraditório a lei da constituição dos sus a 8080 que em seu artigo 6, no qual fala em proteção em relação ao ambiente e o trabalhador, tornando-se invalida pois não a nenhuma proteção nem de quem está sendo assistido pelo seu estado de necessidade como quem realiza o atendimento, entrando em total contradição com outro artigo o 3 no qual fala sobre fatores determinantes e

*Estudante da graduação em Enfermagem da Faculdade Maurício de Nassau –
andrecarvalhonunes@outlook.com

*Estudante da graduação de Nutrição das Faculdades Integradas de Patos – gabrielamgvieira@outlook.com

condicionantes de saúde no que diz respeito a saúde mental que vêm a garantir condições para a mesma, a qual ainda dentro das seus objetivos e atribuições fala em assistência ao trabalhador vítima de acidente provido pelo trabalho, entretanto não existe tal assistência a profissionais vítimas da síndrome do *Burnout* isso deixa claro a falta de respeito pra com a classe de enfermagem na qual sofre pelos erros totalmente induzidos pela máquina em falência chamada sistema único de saúde o SUS, pessoas que já desenvolveram a síndrome tem tendência a abandonar seus empregos devido a não conseguir mais realizar seu serviço com a qualidade desejada vindo sobre si a baixa satisfação como profissional vindo a faltar, sentindo-se desmotivado podendo cometer acidentes de trabalho.

Para Carvalho (2007) é evidente as dificuldades e escassez de recursos físicos, humanos, estruturais e materiais em grande parcela dos serviços de saúde. Essa carência põe em risco a prática educativa, tornando-a monótona, desestimulante e repetitiva, para o profissional e para a clientela.

Na vida social do indivíduo os estragos começam pelo isolamento no ambiente de trabalho também como o afastamento familiar incluindo filhos e seu conjugue nesse sentindo se faz necessário uma reavaliação do seu estilo de vida até o momento como colocar estratégias preventivas para não desenvolver o transtorno bipolar ou até mesmo depressão as quais trazem de volta uma qualidade de vida e um maior equilíbrio entre sua vida profissional e social, a adoção de estratégias individuais e organizacionais se faz necessária pra minimizar seus feitos ou até mesmo reverte-los a longo prazo, nessa perspectiva no que vem a se referir as intervenções diretas parecem uteis pra enfrentamento de tal problema elas envolvem programas não só apenas para lidar com o estresse, mas para fazer o indivíduo mostrar as qualidades que já possui tais como um senso de gratidão e satisfação com o seu trabalho mostrando-se áreas de futuras pesquisas.

Existe um confronto satisfação e insatisfação o qual se mostra presente na relação homem e trabalho, ou seja, quando o trabalho é organizado e bem estruturado torna-se um meio de prazer e relaxamento e alegria para o indivíduo, no entanto quando isso não ocorre gera uma canalização de energia psíquica a qual se acumula resultando em síndromes e patologias.

Estudos evidenciaram que as variáveis que contribuem para a apresentação de padrões comportamentais relacionados à SB estariam presentes em um ambiente organizacional

*Estudante da graduação em Enfermagem da Faculdade Maurício de Nassau –
andrecarvalhonunes@outlook.com

*Estudante da graduação de Nutrição das Faculdades Integradas de Patos – gabrielamgvieira@outlook.com

conflitante com as necessidades do trabalhador (Freudenberger, 1974; Maslach & Leiter, 1999; Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001).

Considera-se, a partir das descrições da Síndrome de *Burnout*, a qual está totalmente relacionada mais à maneira como se organiza o trabalho do que a profissões específicas, sendo independente da atividade exercida. Entende-se que uma das principais variáveis relacionadas à síndrome seja a impossibilidade encontrada por pessoas altamente dedicadas em atingir um ideal, representado pelo engajamento no trabalho, de realizar tal meta. Tal impossibilidade

Também seria determinada pelas características da organização do trabalho.

Sobre as causas e consequências de Síndrome de *Burnout* possibilita ao profissional estar alerta sobre o problema e permite a busca por ajuda caso necessite, impedindo que o processo se agrave. Compreender o que está envolvido no desenvolvimento da síndrome também auxilia o indivíduo acometido pela mesma a não se culpar pela situação em que se encontram.

A saúde do trabalhador precisa ser considerada de maneira global, por meio da avaliação de fatores que estão presentes na relação homem-trabalho. Tal compreensão pode auxiliar na produção de um ambiente laboral agradável, que leve em consideração a saúde física e mental e que ofereça condições de desenvolvimento pessoal e profissional, onde o indivíduo que exerce sua função com satisfação acaba por produzir ganhos para si e para a organização, tanto em relação à produtividade como na construção de um ambiente laboral mais aprazível.

Estudos apontam que a síndrome teve sua primeira publicação científica lá por volta de 1987 o qual foi publicado por França na revista brasileira de medicina tal artigo tratava a doença como resultado de emoções e formas de se lidar com ela, entretanto notasse que com o tempo não existe nada a ver com emoções as quais todos nós carregamos dentro de si, porém o que realmente vêm a demonstrar e a desvalorização caracterizada pelo sistema de saúde vigente no país que estampa no rosto dos profissionais o *Burnout* que começa no âmbito do trabalho o qual não deveria ser um fardo e sim um ato prazeroso o qual o mesmo não afetaria as lógicas trabalhistas nem por fim destruindo as emoções vigentes em cada ser humano.

Geralmente, altos níveis de *Burnout* fazem com que os profissionais fiquem contando

*Estudante da graduação em Enfermagem da Faculdade Maurício de Nassau –
andrecarvalhonunes@outlook.com

*Estudante da graduação de Nutrição das Faculdades Integradas de Patos – gabrielamgvieira@outlook.com

as horas para o dia de trabalho terminar, pensem frequentemente nas próximas férias e se utilizem de inúmeros atestados médicos para aliviar o estresse e a tensão do trabalho (Wisniewski & Gargiulo, 1997).

Entende-se desta forma que o bem-estar físico e mental de trabalhadores pode ser afetado, ficando estes suscetíveis ao aparecimento de estresse ocupacional e *Burnout*, o que tem gerado grandes preocupações nos ambientes de trabalho em virtude das consequências.

Desta forma os trabalhadores assumem posturas inadequadas e defensivas frente às condições de trabalho insatisfatórias. Percebe-se que tanto as políticas empresariais assim como as condições de trabalho não favorecem a saúde do trabalhador (GUIMARAES, 2005).

Guimarães (2005, p. 15) completa que trabalhadores com algum vínculo empregatício poderão ter acesso à licença do trabalho para tratamento de doenças por períodos determinados pelo médico.

Podemos alegar que a capacidade de trabalho está totalmente relacionada com a saúde do trabalhador, sofrendo alterações diante das condições do ambiente a ele oferecido. O trabalhador, portanto, deve ser protegido dos danos à sua saúde no momento em que executa suas tarefas até o encerramento das mesmas.

Segundo Guimarães (2005, p. 16) *“o adoecer e morrer por causa do trabalho gera situações evitáveis, e não se pode aceitar passivamente que o trabalho seja causador de doenças ao trabalhador, produzindo interferências na quantidade e qualidade de vida”*.

Assim, o estresse ocupacional apresenta-se atualmente, como uma das dificuldades na área psicossocial e isto têm ocasionado discussões acadêmicas e das entidades governamentais, empresariais e sindicais, devido à austeridade de suas consequências (GUIMARÃES, 2005).

Não há um consenso sobre o termo estresse. Alguns autores entendem que representa uma adaptação inadequada à mudança imposta pela situação externa, uma tentativa frustrada de lidar com os problemas. O termo estresse até o século XVII era utilizado na literatura esporadicamente com o significado de aflições e adversidade”, contudo aparece pela primeira vez “o uso da palavra estresse para denotar o complexo fenômeno composto de atenção-angústia- desconforto, tão característico da sociedade atual.

*Estudante da graduação em Enfermagem da Faculdade Maurício de Nassau – andrecarvalhonunes@outlook.com

*Estudante da graduação de Nutrição das Faculdades Integradas de Patos – gabrielamgvieira@outlook.com

Segundo Lipp (2001, p. 20) o stress é “um processo e não uma reação única, pois no momento em que a pessoa é sujeita a uma fonte de tensão, um longo processo bioquímico se instala.

Assim, muitos trabalhadores são acometidos de incertezas, frustrações e medos, provocados por inúmeros fatores, inclusive as dificuldades no exercício profissional. Tantas pressões sociais acarretam para o trabalhador situações de estresse psíquico que comprometem sua qualidade de vida (MASLACH; LEITER, 1999).

Desta forma, o trabalho, visto como forma de realização tornou-se fonte de risco para a saúde, pois o trabalhador é visto como uma “máquina” no processo produtivo e pouca atenção têm sido dadas aos aspectos de proteção ambiental no trabalho (MASLACH; LEITER, 1999).

Com tudo isso local de trabalho, hoje, se tornou um ambiente frio, hostil que exige muito, economicamente e psicologicamente. As pessoas estão emocionalmente, física e espiritualmente exaustas. As exigências diárias do trabalho, da família e de tudo o que se encontra entre eles corroem a energia e o entusiasmo dos indivíduos. A alegria do sucesso e a emoção da conquista se mostram cada vez mais difíceis de alcançar. A dedicação ao trabalho e o compromisso com ele estão diminuindo. As pessoas estão ficando descrentes, mantendo-se distantes e tentando não se envolver demais, mesmo com as existências das leis não garantiram a satisfação total do trabalhador, apesar de constituírem um avanço considerável. Falta ainda uma transformação por parte dos empregadores, que muitas vezes desrespeitam a lei prejudicando a saúde de seus trabalhadores.

O mundo do trabalho tem sofrido ao longo dos tempos diversas transformações advindas de processos como a globalização, aumento da instrumentação tecnológica, competitividade, perda do sentimento de coletividade entre outros, estes fatores têm colocado o ambiente profissional como um espaço que não propicia a satisfação pessoal (MASLACH & LEITER, 1999, p. 59).

Em contrapartida, muitas empresas ignoram as angústias e sofrimentos de seus funcionários. Pois uma vez que identifiquem e reconheçam o problema, teriam que investir em programas de saúde e qualidade de vida e no trabalho. Enxergando o desgaste do profissional como um problema pessoal e não de responsabilidade da empresa (MASLACH & LEITER, 1999).

*Estudante da graduação em Enfermagem da Faculdade Maurício de Nassau –
andrecarvalhonunes@outlook.com

*Estudante da graduação de Nutrição das Faculdades Integradas de Patos – gabrielamgvieira@outlook.com

Também foram encontrados resultados que mostravam a ocorrência de *Burnout* em pessoas com personalidades aparentemente ajustadas e equilibradas até entrar em contato com ambientes de trabalho específicos (BENEVIDES- PEREIRA, 2001).

Importantes perdas de recursos humanos e econômicos foram detectadas pelas organizações, principalmente educativas e de saúde, onde os estudos foram realizados, indicando altos níveis de *Burnout*, ocasionando principalmente ausências por doenças, fadiga, desilusão, absenteísmo e declínio da motivação (BENEVIDES- PEREIRA, 2001).

Maslach e Leiter (1999) afirmam que o mesmo não tem mais se restringido a profissões ligadas à saúde e educação, sendo este visto como um fenômeno que afeta praticamente todas as profissões, uma vez que a tendência atual é pensar em *Burnout* em profissões que possuem intenso e constante contato interpessoal.

Destaca-se esta questão, uma vez que a maior parte das profissões tem exigido inter-relações, sejam no atendimento de clientes, consumidores, colegas e supervisores, ou mesmo pela sua modalidade do trabalho, em grupos e equipes, tratar do *Burnout* é falar de desesperança ou na perda da capacidade de modificar circunstâncias.

Maslach & Leiter (1999), pioneiras nos estudos empíricos, o definiram inicialmente como um processo em que ocorre perda de criatividade e como uma reação de tédio e aborrecimento.

Embora ainda não haja um consenso sobre a definição de *Burnout*, a proposta por Maslach e colaboradores tem sido a mais aceita e utilizada por pesquisadores e estudiosos sobre o tema. *Burnout* tem sido definido como um fenômeno multidimensional, formado por três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e diminuição do sentimento de realização profissional no trabalho (MASLACH & LEITER, 1999).

Burnout é uma crise do indivíduo com o seu trabalho, não necessariamente uma crise no relacionamento com as pessoas do trabalho (MASLACH & LEITER, 1999).

Sendo assim, entende-se que a síndrome de *Burnout* está ligada aos fatores ambientais no qual o indivíduo exerce seu trabalho.

A organização do serviço onde o sujeito está inserido assim como o próprio ambiente de trabalho e as suas características têm um papel importante no bem-estar e desempenho do profissional. A comunicação, a participação ativa na própria organização e tomadas de decisões, autonomia, a existência de supervisões disponíveis e a sua relação com os

*Estudante da graduação em Enfermagem da Faculdade Maurício de Nassau –
andrecarvalhonunes@outlook.com

*Estudante da graduação de Nutrição das Faculdades Integradas de Patos – gabrielamgvieira@outlook.com

subordinados, são algumas das variáveis das estruturas organizativas, que podem condicionar o aparecimento da *Burnout* (MASLACH & LEITER, 1999).

Aqueles sujeitos que não conseguem responder de uma forma adaptativa eficaz a estes fatores, acabam por desenvolver sem que na maior parte das vezes percebam o seu estado físico e psicológico real (MASLACH & LEITER, 1999).

Segundo Dejours (2001, p. 75): “*acontece um choque entre um indivíduo dotado de uma história personalizada, e a organização do trabalho portadora de uma injunção despersonalizam-te, emergem uma vivência e um sofrimento*”.

Quando o indivíduo já fez usar todas as suas faculdades, sejam elas intelectuais, psicoafetivas, de aprendizagem ou de adaptação, para tentar diminuir a frustração sentida.

Transformação por parte dos empregadores que muitas vezes desrespeitam a lei prejudicando a saúde de seus trabalhadores, Apesar das diferentes nomenclaturas, todos os autores sempre concordaram em um ponto: os profissionais que trabalham diretamente com outras pessoas, assistindo-as, ou como responsáveis de seu desenvolvimento e bem-estar, encontram-se mais susceptíveis ao desenvolvimento do *Burnout*.

Burnout ocorre sempre que o lado humano do trabalho não é considerado. “*É provável que Burnout ocorra sempre que existir desequilíbrio entre a natureza do trabalho e a natureza da pessoa que faz o trabalho*” (MASLACH & LEITER, 1999, p. 87).

Para Maslach e Leiter (1999), cada pessoa expressa a síndrome de uma forma única, mas de uma maneira geral, apresenta-se como um processo gradual onde a pessoa começa a perder o significado e a fascinação pelo trabalho, dando lugar a sentimentos de aborrecimento e falta de realização.

As pessoas não começam um trabalho sentindo *Burnout*, ao contrário, as pessoas esperam sentir-se engajadas e satisfeitas com ele. Aos poucos, o sentimento de entusiasmo, dedicação e prazer com o trabalho dá lugar a sentimentos de raiva, ansiedade e depressão, fazendo com que o indivíduo acredite estar vivendo uma crise pessoal.

A primeira dimensão a surgir é a da exaustão emocional, geralmente relacionada às excessivas demandas provenientes do exercício do trabalho. Como estratégia defensiva surge o afastamento psicológico do profissional de sua clientela e relações sociais, surgindo então como fase e dimensão subsequente, a despersonalização ou desumanização (MASLACH & LEITER, 1999).

*Estudante da graduação em Enfermagem da Faculdade Maurício de Nassau – andrecarvalhonunes@outlook.com

*Estudante da graduação de Nutrição das Faculdades Integradas de Patos – gabrielamgvieira@outlook.com

Como resultado de todo este funcionamento defensivo, surge a que seria a última fase, que é o sentimento de incompetência e inadequação profissional, chamada de redução do sentimento de realização profissional (MASLACH & LEITER, 1999).

É importante destacar-se que a despersonalização pode ser uma resposta de enfrentamento aceitável ao provocar razoável distanciamento interpessoal do profissional em relação ao seu cliente. Esta dimensão torna-se resposta negativa quando associada à de exaustão emocional, produzindo sentimento de difícil controle e que interfere no desempenho e nos sentimentos de competência profissional (MASLACH & LEITER, 1999).

Diante da frequência, e o nível mínimo corresponde ao surgimento de sintomas esporádicos e o máximo estaria relacionado à presença diária e permanente na vida do indivíduo. Para a intensidade, o nível inferior seria a presença de sintomas como irritação, fadiga, inquietação e frustração, e o nível máximo estaria vinculado à presença crônica de doenças e só matizações.

A síndrome de *Burnout* apresenta-se hoje como um dos grandes problemas psicossociais. Tem gerado grande interesse e preocupação por parte da comunidade científica e também de entidades governamentais, empresariais e sindicais norte-americanas e europeias, devido à severidade de suas consequências, seja em nível individual como organizacional (CARLOTTO, 2001).

Portanto, o que já se conhece hoje sobre as possíveis consequências de *Burnout*, indica que estas merecem registro importante por seu número, severidade potencial, domínios afetados, e, em muitas situações, pela difícil reversão de suas consequências.

Conclusão:

Trabalhar não é apenas aplicação de conhecimentos e habilidades para atingir a satisfação das próprias necessidades, trabalhar é fazer-se a si e a outros transformando a realidade, Partindo da concepção de que o homem é um ser social historicamente determinado, o qual descobre, que se transforma e é transformado pelo ambiente do trabalho, é que acreditamos ser de fundamental importância para a qualificação desta construção social entender os fenômenos psicossociais que envolvem o trabalho humano. *Burnout*, não há dúvida, é um destes fenômenos. Torna-se de fundamental importância destacar que a prevenção e a erradicação de *Burnout* na classe de profissionais de saúde em

*Estudante da graduação em Enfermagem da Faculdade Maurício de Nassau – andrecarvalhonunes@outlook.com

*Estudante da graduação de Nutrição das Faculdades Integradas de Patos – gabrielamgvieira@outlook.com

destaque os de enfermagem não é tarefa solitária deste mas deve contemplar uma ação conjunta entre profissionais, o sistema único de saúde, ou a instituição privada. As reflexões e ações geradas devem visar à busca de alternativas para possíveis modificações, não só na esfera micros sociais de seu trabalho e de suas relações interpessoais, mas também na ampla gama de fatores macro organizacionais que determinam aspectos constituintes da cultura organizacional e social na qual o sujeito exerce sua atividade profissional. Destaco, ao finalizar este trabalho, que embora tanto o estresse como o *Burnout* no trabalho ocorram há muito tempo entre os profissionais de saúde, seu reconhecimento como problema sério, com importantes implicações psicossociais, tem sido mais explícito nos últimos 20 ou 30 anos. *Burnout* não é um fenômeno novo; o que talvez seja novo é o desafio dessa categoria profissional em identificar e declarar o estresse e o *Burnout* sentidos.

Referências:

Maslach, C. & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113.

Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). *The truth about burnout: how organization cause, personal stress and what to do about it*. San Francisco: Jossey-Bass.

Maslach, C., & Leiter, M. P. (1999). *Trabalho: fonte de prazer ou desgaste? Guia para vencer o estresse na empresa*. Campinas: Papirus.

Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review Psychology*, (52), 397-422.

Rudow, B.(1999). Stress and burnout in the teaching profession: european studies, issues, and research perspectives. Em Vanderbergue, R. & Huberman, M. A. (Eds.), *Understanding and preventing teacher burnout: a source book of international practice and research* (pp.38-58)

Maslach, C. & Leiter, M. P. (1999). Take this job and ...love it. *Psychology Today*, 32, 50-57, 1999.

*Estudante da graduação em Enfermagem da Faculdade Maurício de Nassau – andrecarvalhonunes@outlook.com

*Estudante da graduação de Nutrição das Faculdades Integradas de Patos – gabrielamgvieira@outlook.com

Maslach, C. & Goldberg, J. (1998). Prevention of burnout: new perspectives. *Applied & Preventive Psychology*, 7, 63-74.

Maslach, C. & Leiter, M. P. (1999). Take this job and ...love it. *Psychology Today*, 32, 50-57, 1999.

Rudow, B. (1999). Stress and burnout in the teaching profession: European studies, issues, M. A. (Eds.), *Understanding and preventing teacher burnout: a source book of international practice and research* (pp.38-58). Cambridge: Cambridge University Press.

Dolan, N. (1987). The relationship between burnout and job satisfaction in nurses. *Journal of Advanced Nursing*, 12, 3-12

LIPP, Marilda. *Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco*. 3. ed. São Paulo: Papyrus, 2001.

Benevides-Pereira, A.M.T. (2001) *A saúde mental de profissionais de saúde mental*. Maringá: EDUEM.

Wisniewski, L & Gargiulo, R.M. (1997). Occupational stress and burnout among special educators: a review of the literature. *The Journal of Special Education*, 31, 3, 325-349.

GUIMARÃES, L.A.M. *Escala de Estresse Ocupacional- EEO: adaptação e tradução para o português*. Campo Grande, 2005. Apostila do Programa de Mestrado em Psicologia da Universidade Católica Dom Bosco (mimeo).

Benevides-Pereira, A.M.T. *A saúde mental de profissionais de saúde mental: uma investigação da personalidade de psicólogos*. Maringá, Eduem, 2001.

CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout: Um tipo de estresse ocupacional. *Cadernos Universitários*. Canoas, v.18, n.1, p. 4-11, 2001.

Dejours, C. - *A loucura do trabalho*. Cortez-Oboré, São Paulo, 1992.

*Estudante da graduação em Enfermagem da Faculdade Maurício de Nassau –
andrecarvalhonunes@outlook.com

*Estudante da graduação de Nutrição das Faculdades Integradas de Patos – gabrielamgvieira@outlook.com