



## SÍNDROME DE BURNOUT EM ENFERMEIROS: CONSEQUÊNCIAS NA ATIVIDADE PROFISSIONAL

### *BURNOUT SYNDROME IN NURSES: CONSEQUENCES ON PROFESSIONAL ACTIVITY*

Karla Oliveira Batista<sup>1</sup>  
Joeuma Febrônio dos Santos<sup>2</sup>  
Stephanie Dutra Santos<sup>3</sup>  
Elisângela de Andrade Aoyama<sup>4</sup>  
Ronaldo Nunes Lima<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Acadêmica de Enfermagem. Instituição: Faculdade Juscelino Kubitschek – JK. Brasília, Distrito Federal. *E-mail:* karlaoli83@gmail.com

<sup>2</sup>Acadêmica de Enfermagem. Instituição: Faculdade Juscelino Kubitschek – JK. Brasília, Distrito Federal. *E-mail:* joeumafebrôniodosantos@hotmail.com

<sup>3</sup>Acadêmica de Enfermagem. Instituição: Faculdade Juscelino Kubitschek – JK. Brasília, Distrito Federal. *E-mail:* stephaniedutrasantos@gmail.com

<sup>4</sup>Mestra em Engenharia Biomédica pela Universidade de Brasília – UnB. Instituição: Faculdade Juscelino Kubitschek – JK. Brasília, Distrito Federal. *E-mail:* eaa.facjk@gmail.com

<sup>5</sup>Mestrando em Ciências e Tecnologia em Saúde pela Universidade de Brasília – UnB. Instituição: Faculdade Juscelino Kubitschek – JK. Brasília, Distrito Federal. *E-mail:* ronaldo10df@yahoo.com

**Resumo:** Síndrome de *Burnout* (SB) pode ser definida como um estresse emocional crônico relacionado às atividades ocupacionais que possuem um contato direto e constante com público em geral. Esta pesquisa teve como objetivo analisar a literatura existente sobre o tema, a fim de construir um referencial teórico que servirá para orientar os estudos sobre a Síndrome, a fim de incentivar futuras pesquisas acadêmicas. É uma pesquisa integrativa realizada sobre a SB em profissionais da saúde, este trabalho buscou identificar na literatura consequências na atividade profissional em decorrência desta Síndrome, para isso foram utilizados o site da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e com publicações nacionais nos anos de 2011 a 2019. Dentre o número total de artigos pesquisados para serem utilizados, 75% dos artigos selecionados apresentaram o descritor “*Burnout*”, 30% apresentavam o descritor “hospitalar”. A prevalência da Síndrome de *Burnout* na grande maioria de profissionais de enfermagem foi alarmante devido aos níveis analisados, mesmo sendo constatadas disparidades entre os artigos encontrados através do critério utilizado.

**Palavras-chave:** *Burnout*, causas, consequências, enfermagem e laborais.

**Abstract:** *Burnout Syndrome* can be defined as chronic emotional stress related to occupational activities that have direct and constant contact with the general public. This research aimed to analyze the existing literature on the subject in order to build a theoretical framework that will serve to guide studies on the syndrome, in order to encourage future academic research. It is an

*integrative research conducted on health professionals with Burnout, this work sought to identify in the literature consequences on professional activity due to this syndrome, for this we used the Virtual Health Library (VHL) website, Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (Lilacs), Scientific Electronic Library Online (SciELO) and with national publications from 2011 to 2019. Among the total number of articles searched for use, 75% of the articles selected presented the descriptor “Burnout”, 30% had the descriptor “hospitalar”. The prevalence of Burnout Syndrome in the vast majority of nursing professionals was alarming due to the levels analyzed, even though there were disparities between the articles found through the criteria used.*

**Keywords:** *Burnout, causes, consequences, nursing and labor.*

### Introdução

*Burnout* é uma síndrome que ocorre em primazia entre indivíduos cuja profissão lida diretamente com o atendimento ao público, sendo direto ou indireto, podendo causar diversos sintomas, entre eles o desgaste ou exaustão emocional, referente a sentimentos de cansaço e dificuldade em lidar com situações estressantes ou conflituosas em demasia [1]. A despersonalização referente a atitudes negativas e insensibilidade com respeito a outras pessoas, além da reduzida satisfação pessoal ou sentimento de incompetência do trabalhador. “*Burn*, em inglês, significa queimar, *out*, é algo fora, exteriorizado” [2].

O atendimento pré-hospitalar, hospitalar e pós-hospitalar tem vários objetivos, entre eles, como determinar a forma de melhor resposta à demanda



solicitada, por meio da regulação de todos os chamados e prestar atendimento, no campo pré-hospitalar, que responda às necessidades prementes do paciente crítico; no ambiente hospitalar, a continuidade de tratamentos, descobertas e, em alguns casos, óbitos; e o pós-hospitalar, onde o enfermeiro trabalha com atendimentos em Postos de Saúde para Família (PSF) [3]. Em virtude da constante expectativa de situações que podem surgir, a frequência de pacientes graves, possibilidades de mudanças súbitas no estado geral, o ambiente de trabalho caracteriza-se como estressante [4].

O exercício da profissão de enfermagem reúne vários fatores que podem provocar o aparecimento de problemas para a saúde. Na prática profissional existe um alto grau de frustração, descontentamento em relação ao exercício da enfermagem, o que é consequência de uma sobrecarga de trabalho devido à demanda e ao déficit de pessoal em todo o hospital, pela baixa remuneração, não correspondente à preparação profissional [5].

Este estudo torna-se relevante por contribuir para ampliação do conhecimento e compreensão das dificuldades laborais encontradas pelos profissionais da saúde, principalmente aqueles que atuam no serviço hospitalar e no cotidiano da área, que envolve a saúde humana, e como eles lidam no dia a dia com as condições de trabalho e as causas mais frequentes encontradas para o aumento dos níveis de estresse, que podem gerar a SB [6].

Esta pesquisa tem como objetivo analisar a literatura existente sobre a ocorrência da Síndrome de *Burnout* em profissionais de enfermagem, observando a causa do aparecimento desta Síndrome por meio da análise e apreciação da literatura acadêmica produzida entre os anos de 2011 e 2019.

### **Materiais e métodos**

Esta é uma pesquisa integrativa realizada sobre a SB em profissionais da saúde. A pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, constituída principalmente de livros e artigos científicos. Trata-se de uma revisão bibliográfica, para isso foram utilizados o site da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), *Literatura Científica e Técnica da América Latina e Caribe (Lilacs)* e *Scientific Electronic Library Online (SciELO)* com publicações nacionais nos anos de 2011 a 2019.

Foram utilizados na busca os seguintes descritores: *Burnout*, enfermagem, causas, consequências e laborais. Foram selecionados 20 artigos, entre eles, 5 foram excluídos por não corresponderem ao tema ou por serem anteriores a 2011.

Para análise foram utilizadas algumas variáveis, como ano de publicação, profissão dos autores, local da pesquisa, instrumento utilizado, amostra e revista de publicação.

### **Fatores que desencadeiam a síndrome de *Burnout***

#### **em enfermeiros**

O estresse pode ser definido como um desgaste do organismo, tal desgaste causa alterações psicofisiológicas, que ocorrem quando o indivíduo é forçado a enfrentar situações que o excitam, irritam, amedrontam ou até mesmo o façam imensamente feliz [6].

Outros autores mencionam que se trata de um termo amplamente empregado como sinônimo de frustrações, cansaço, dificuldades, ansiedade, desamparo e desmotivação, sendo considerado como o responsável por significativa parcela dos problemas modernos, principalmente nos grandes centros urbanos [7].

Considerando-se que a Síndrome de *Burnout* decorre de altos níveis de tensão e desgaste no trabalho, os quais conduzem a inadequadas atitudes de enfrentamento das situações de conflito, os resultados desta investigação devem ser apreciados com especial atenção. Nesse sentido, destacam-se os fatores ocupacionais que influenciaram as médias nas três subescalas do Inventário de *Burnout* dos trabalhadores de enfermagem [6].

É importante destacar que a maioria dos profissionais identificou tanto a sobrecarga de trabalho, quanto à existência de conflitos entre os valores pessoais e laborais como fatores geradores de estresse laboral, e também a possibilidade de progresso e recompensas como fator de proteção contra o estresse, o que merece atenção dos gestores [7].

A Organização Internacional do Trabalho (OIT) reconhece que praticamente todas as profissões podem desenvolver estresse ocupacional, mas que a enfermagem é apontada como a profissão mais estressante [5].

No Brasil, segundo o decreto 3.048 de 6 de maio de 1999, que fala sobre agentes patogênicos causadores de doenças ocupacionais, a Síndrome de *Burnout* está classificada junto aos Transtornos Mentais e do Comportamento Relacionados com o Trabalho, manifestando-se com a sensação de exaustão. Nesse caso, a Síndrome de *Burnout* aparece como sinônimo de Síndrome de Esgotamento Profissional, que dentre os sinais e sintomas, o profissional demonstra a despersonalização do estado psíquico, no qual prevalece a dissimulação afetiva ou o cinismo e uma tendência a criticar tudo e todos com quem se relaciona no trabalho [7].

### **Resultados**

De acordo com a pesquisa realizada e com base nos descritores propostos, é importante ressaltar que em todos os artigos selecionados, descritos no Quadro 1, o *Burnout* é caracterizado por um conjunto de sinais e sintomas físicos e psíquicos, consequentes da má adaptação ao trabalho e com intensa carga emocional, pode estar acompanhado de frustração em relação a si e ao trabalho [8].

Apesar de ainda não possuir uma definição precisa, a mais aceita atualmente é a proposta por Maslach, que



## ReBIS Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde

caracteriza a Síndrome pela presença de exaustão emocional (esgotamento da energia emocional devido às altas demandas e trabalho contínuo), resposta fria e distanciamento dos pacientes e do trabalho (conhecido como despersonalização), e baixa realização pessoal (diminuição da autoestima e sensação de ineficiência no trabalho) [2].

Observa-se, no Quadro 1, a relação dos principais artigos selecionados para a reflexão do tema aqui proposto, citando o título da obra, o ano de publicação e

o objetivo proposto por esses estudos. Ficam evidentes entre os fatores presentes no *Burnout*: identificou-se a exaustão emocional como sendo o mais prevalente – chegando a 54%, uma vez que é o sintoma que mais representa as consequências que o estresse no trabalho pode causar aos profissionais de saúde. O segundo quesito mais prevalente é a despersonalização, seguida da baixa realização pessoal [3].

**Quadro 1:** Quadro informativo dos artigos estudados para análise do tema proposto, publicações feitas em 2018 e 2019.

Nº	Título da obra	Ano	Objetivo proposto
01	Síndrome de <i>Burnout</i> em profissionais de enfermagem	2018	A pesquisa realizada objetivou identificar e analisar as produções científicas sobre os fatores desencadeantes do desenvolvimento da Síndrome de <i>Burnout</i> nos profissionais de enfermagem, no período de janeiro de 2008 a dezembro de 2013 [9].
02	Síndrome de <i>Burnout</i> e os fatores de risco em profissionais de enfermagem	2018	A pesquisa realizada objetivou identificar os fatores de risco que levam os profissionais de enfermagem a desencadear a Síndrome de <i>Burnout</i> , além de reconhecer os sintomas e consequências da Síndrome [6].
03	Síndrome de <i>Burnout</i> : uma análise acerca de sua compreensão para a enfermagem	2018	A pesquisa realizada objetivou identificar aspectos clínicos decorrentes de fatores de risco laboral, proporcionando medidas preventivas para o desenvolvimento da compreensão e resiliência profissional [8].
04	<i>Burnout</i> entre profissionais de enfermagem em hospitais no Brasil	2018	O objetivo desta pesquisa foi avaliar a ocorrência de <i>Burnout</i> entre os profissionais de enfermagem de três hospitais públicos [10].
05	Fatores desencadeantes de estresse do enfermeiro na unidade de urgência e emergência	2019	Os objetivos são descrever os fatores de estresse do enfermeiro no setor de emergência e identificar a influência das ações do enfermeiro como líder na atuação dos processos do cuidado no setor de emergência [11].
06	Nível de estresse em profissionais da enfermagem no alojamento conjunto de um hospital universitário	2018	O objetivo do estudo foi investigar a prevalência e o nível de estresse ocupacional na equipe de enfermagem do setor de alojamento conjunto de uma Maternidade Pública de São Luís e reveste-se de grande relevância, visto que o estresse ocupacional é pouco abordado em setores de obstetrícia, como o alojamento conjunto[12].
07	Estresse em profissionais de enfermagem: importância da variável clima organizacional	2018	Buscou-se identificar a vulnerabilidade ao estresse e a presença de sintomas de estresse em uma amostra não probabilística por acessibilidade composta por 30 profissionais: enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem de uma UTIN de um hospital público[13].
08	Agentes comunitários de saúde: a síndrome de <i>Burnout</i> em discussão	2019	Evidenciar as publicações em periódicos <i>online</i> de caráter nacional e internacional que abordam as temáticas da Síndrome de <i>Burnout</i> em agentes comunitários de saúde[3].
09	Síndrome de <i>Burnout</i> : estratégias de prevenção e tratamento nos profissionais de enfermagem	2019	O objetivo do estudo foi investigar quais estratégias têm sido adotadas para prevenir ou até mesmo amenizar os problemas da Síndrome de <i>Burnout</i> nos profissionais de enfermagem. Sendo assim, este trabalho buscou identificar na literatura, estratégias utilizadas para prevenir ou tratar esta Síndrome[5].
10	Impactos da Síndrome de <i>Burnout</i> na enfermagem	2019	O artigo teve como objetivo descrever o que acontece com o profissional enfermeiro que adquire essa Síndrome e suas consequências no cotidiano, discutindo fatores que favoreçam o desenvolvimento da Síndrome e sua possível sintomatologia, bem como tratamento [2].

Foram detectadas quatro dimensões para a identificação dos fatores desencadeantes de *Burnout*,

conforme apresentado no Quadro 1 de autores e artigos. Observou-se, também, que a situação econômica,



quando afeta o sistema de saúde de um país, influencia e justifica o maior acometimento dos profissionais de saúde por *Burnout*, uma vez que tais fatos acarretam mais burocracia, maior carga de trabalho e menos recursos humanos e materiais disponíveis.

O Quadro 2 demonstra o número e a porcentagem de artigos selecionados a partir dos descritores usados para pesquisa. Dentre o número total de artigos pesquisados para serem utilizados, 75% dos artigos selecionados apresentaram o descritor “*Burnout*”, 30% apresentavam o descritor “hospitar”. Os descritores “enfermeiros” e “doenças” apareceram em 50% dos artigos selecionados e os descritores “decorrências” e “riscos ocupacionais” apareceram ambos em 20% dos artigos selecionados.

Os achados obtidos por meio da pesquisa apontam uma produção atual escassa nas dimensões propostas nessa temática, em linhas gerais, ressaltaram-se trabalhos científicos voltados a eixos fundamentais: síndrome de *Burnout*, estresse ocupacional e enfermagem.

**Quadro 2:** quadro informativo do número artigos encontrados durante a pesquisa do tema proposto, respeitando os parâmetros de publicações feitas do ano de 2011 até o ano de 2019 e a porcentagem dentre os 20 artigos utilizados.

Palavra-chave	Número de artigos pré-selecionados	Porcentagem de artigos utilizados a partir de cada descritor
Riscos ocupacionais	16	20%
Doenças	20	50%
Decorrências	16	20%
Enfermeiros	20	50%
Hospitalar	18	30%
<i>Burnout</i>	15	75%

Referente aos objetivos dos estudos, 7 artigos abordaram os fatores estressores em enfermeiros intensivistas (58%), 2 discutiram o estresse laboral (17%), 1 enfatizou o estresse em Unidades de Terapia Intensiva (UTI's) (8%) e 2 abordaram a percepção do estresse da equipe de enfermagem (17%). Com relação à origem das publicações, instituição e autores, predominaram os trabalhos de origem brasileira.

Referente aos objetivos dos estudos pode-se observar que metade dos profissionais apresentava altos níveis de exaustão emocional, 27% despersonalização e 4,8% revelou baixo nível de realização pessoal no trabalho. Foi elevada a proporção daqueles com níveis médios de exaustão emocional e despersonalização. Em 68,3% dos enfermeiros, pelo menos uma das três dimensões indicava alta propensão ao *Burnout*, enquanto para 27% pelo menos duas das três dimensões apontavam alta propensão à Síndrome. Por volta de 4,7% estavam acometidos de *Burnout* [14].

## Discussão

Ao analisar os trabalhos e artigos listados no Quadro

1, nota-se que, nos trabalhos selecionados, os resultados apontaram fatores organizacionais sugestivos para desencadear estresse no enfermeiro intensivista: estrutura física inadequada, gestão da carga de trabalho e relações interpessoais. Bem como existência de espaços físicos inadequados às necessidades dos trabalhadores e, ainda, a imprescindibilidade de novas contratações para a equipe de enfermagem, diminuindo, assim, a carga de trabalho [15].

A análise dos artigos trouxe evidências de que os profissionais de enfermagem e de saúde estão expostos a situações que lhe exigem habilidades que podem ser analisadas como fatores de risco para desenvolver a SB. Essa realidade de baixo reconhecimento, burocracia, intensidade e ritmo elevado, violência e sobrecarga física e psíquica são fatores de estresse para esses profissionais.

Nos artigos encontrados sobre seus fatores de risco, a falta de experiência, autonomia, pressões, alta demanda do setor, entre outros problemas encontrados na instituição, podem ser gatilhos para o desenvolvimento da SB, principalmente em enfermeiros recém-formados e equipe de enfermagem despreparada ou sem apoio psiquiátrico disponível.

Nos estudos selecionados para esta pesquisa, foi analisado se a equipe de enfermagem se encontrava com sintomas e evolução da Síndrome. Percebe-se que pela alta demanda de trabalho, o funcionário não dispõe de tempo suficiente para cuidar da saúde e tempo para lazer. Observou-se que grande parte dos artigos encontrados sobre a Síndrome de *Burnout* foi realizada com enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem da atenção básica, unidade de emergência e hospitais de grande ou médio porte.

Os dez artigos, entre os 20 analisados, evidenciaram que as formas de adoecimento pelos agentes não podem ser modificadas ou evitadas, já que constituem em aspectos essenciais a atuação desse profissional. E com relação às estratégias de enfrentamento, parece haver um desconhecimento por parte das instituições sobre as amplas atividades que podem ser desenvolvidas, com o objetivo de diminuir o estresse no ambiente de trabalho.

Torna-se evidente, a partir dessa análise, a necessidade de adentrar mais nessa problemática, realizando novas pesquisas, com uma amostragem maior e de preferência com uma abordagem longitudinal para se ter um melhor conhecimento sobre essa doença, já que ainda hoje, embora significativamente prevalente, é pouco explorada.

Ademais, vale evidenciar que os profissionais mais jovens que, como visto, foram os que mais apresentaram a Síndrome de *Burnout*, precisam de mais suportes e atividades que os amparem e previna o desenvolvimento dessa patologia.

## Conclusão

Estudar a SB no ambiente laboral de enfermeiros permite uma melhor compreensão de suas causas,



aprofundamento das discussões e análises de resultados, o que contribui para elucidar situações cotidianas, além de expressar dados estatisticamente coerentes, para servir de fonte de planejamento de ações multidisciplinares de cuidado e atenção à saúde do trabalhador.

A SB acarreta inúmeras consequências aos profissionais de saúde nos âmbitos físico, psicológico e mental, ocasionando sequelas secundárias aos ambientes profissional e social. E, devido à sua alta incidência, tornou-se um problema de saúde pública em vários países, incluindo o Brasil.

A partir disso, é notável a necessidade de diagnósticos precisos e precoces, bem como a estimativa detalhada da prevalência da síndrome para que, dessa forma, suas consequências sejam prevenidas, diminuídas e/ou sanadas. Tais riscos e condições, quando não bem ajustados e adequados, influenciam diretamente na saúde física e mental desses indivíduos, contribuindo para o desencadeamento de níveis altos de sintomas psicofisiológicos do estresse e consequente exaustão emocional, interferem negativamente no labor.

#### Referências

- [1] Moreira DS. Prevalência da síndrome de *Burnout* em trabalhadores de enfermagem de um hospital de grande porte da Região Sul do Brasil. Caderno Saúde Pública. 2013; 25(7):1559-68.
- [2] Nogueira LSF. Impactos da Síndrome de *Burnout* na Enfermagem. Orientador: Cardoso R. Centro Universitário do Planalto Central. Brasília; 2018.
- [3] Silva LSR. Agentes comunitários de saúde: a síndrome de *Burnout* em discussão. *Brazilian Journal of Health Review*, Curitiba. 2019;2(1):624-43.
- [4] Rego KVM. Permanência de acompanhantes em unidade de terapia intensiva: revisão da literatura. Mestrado em terapia intensiva. Oeiras –Piauí; 2011.
- [5] Brito TB, Sousa SC, Rodrigues TS. Síndrome de *Burnout*: estratégias de prevenção e tratamento nos profissionais de enfermagem. Revista Uningá. 2019; 56(S2):113-22.
- [6] Oliveira MC. Síndrome de *Burnout* e os fatores de risco em profissionais de enfermagem. Universidade Católica de Salvador. Faculdade de enfermagem. 2018;10(3):889-99.
- [7] Leão LHC, Gomez CM. A questão da saúde mental na vigilância em saúde do trabalhador. Ciência Saúde Coletiva. 2014; 19(12):4649-58.
- [8] Paula AS, Ferreira WFS, Oliveira EC, Dutra DA. Síndrome de *Burnout*: uma análise acerca de sua compreensão para a enfermagem. Revista Saúde e Desenvolvimento. 2018;12(13); 123-48.
- [9] Braga DS, Paula MAB. Síndrome de *Burnout* em profissionais de enfermagem. Revista do Programa de Pós-Graduação em Humanidades, Culturas e Artes. 2018; 1(17):30-43.
- [10] Dutra HS, Gomes PAL, Garcia RN, Oliveira HC, Freitas C, Guirardello EB. *Burnout* entre profissionais de enfermagem em hospitais no Brasil. Revista Cuidados. 2019; 10(1):1-13.
- [11] Tatiana AFG, Luiz AA, Eliseu SN, Aline V. Fatores desencadeantes de estresse do enfermeiro na unidade de urgência e emergência. Revista Enfermagem Atual. 2019; 87(3):1-5.
- [12] Belga EE. Nível de estresse em profissionais da enfermagem no alojamento conjunto de um hospital universitário. Trabalho de Projeto do Mestrado em Educação para a Saúde, apresentado à Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra e à Escola Superior de Educação de Coimbra para obtenção do grau de Mestre. Colombo Coimbra; 2018.
- [13] Mello RCC, Reis LB; Ramos FP. Estresse em Profissionais de Enfermagem e Clima Organizacional. Revista Interinstitucional de Psicologia. 2018;11(2):193-207.
- [14] Galindo RH, Feliciano KVO, Lima PAS, Souza AI. Síndrome de *Burnout* entre enfermeiros de um hospital geral da cidade do Recife. Revista Escola de Enfermagem-USP. 2012; 46(2):420-27.
- [15] Paiva LC. Análise da qualidade de vida e fatores de risco para a Síndrome de *Burnout* em profissionais de saúde [tese]. Natal: Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Rio Grande do Norte; 2019.