

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
BACHARELADO EM ENFERMAGEM

ANA PAULA NUNES DE LIMA
ELIZABETH DE MELO BENTES
FERNANDA NASCIMENTO BORGES
RENATA RAFAELA SILVA DE MELO
WENIA KETILY MARIA SANTOS SILVA

**SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE
ENFERMAGEM:
Uma Revisão de Literatura**

RECIFE/2022

ANA PAULA NUNES DE LIMA
ELIZABETH DE MELO BENTES
FERNANDA NASCIMENTO BORGES
RENATA RAFAELA SILVA DE MELO
WENIA KETILY MARIA SANTOS SILVA

**SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE
ENFERMAGEM:
Uma Revisão de Literatura**

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA,
como requisito parcial para obtenção do título de Bacharelado
em Enfermagem.

Professor Orientador: Esp. Hugo Christian de Oliveira Felix

RECIFE/2022

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

S615 Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem: uma revisão de literatura / Ana Paula Nunes de Lima [et al]. - Recife: O Autor, 2022. 25 p.

Orientador(a): Me. Hugo Christina de Oliveira Félix.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado em Enfermagem, 2022.

Inclui Referências.

1. Enfermeiros. 2. Síndrome. 3. Burnout. 4. Saúde. I. Bentes, Elizabeth de Melo. II. Borges, Fernanda Nascimento. III. Melo, Renata Rafaela Silva de. IV. Silva, Wenya Ketily Maria Santos. V. Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA. VI. Título.

CDU: 616-083

Dedicamos esse trabalho a nossos pais.

AGRADECIMENTOS

A todos que participaram, A todos aqueles que contribuíram, de alguma forma, para a realização deste trabalho.

direta ou indiretamente do desenvolvimento deste trabalho de pesquisa, enriquecendo o meu processo de aprendizado.

Às pessoas com quem convivi ao longo desses anos de curso, que me incentivaram e que certamente tiveram impacto na minha formação acadêmica.

*“Não é a força, mas a constância
dos bons resultados que conduz
os homens à felicidade.*

(Friedrich Nietzsche)

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM: Uma Revisão de Literatura

Ana Paula Nunes de Lima
Elizabeth De Mello Bentes
Fernanda Nascimento Borges
Renata Rafaela Silva de Melo
Wenia Ketily Maria Santos Silva
Hugo Christian de Oliveira Felix¹

RESUMO

Os profissionais da área da saúde estão entre os mais vulneráveis a sofrer a Síndrome de Burnout podem ser definidos como irritabilidade, dores musculares, esgotamento físico e mental, subdividida em três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e realização profissional. O objetivo deste estudo é realizar uma revisão da literatura com base em materiais bibliográficos publicados nos últimos 10 anos sobre o tema. Para essa revisão, foi realizada uma busca por artigos, livros, dissertações e teses nas bases de dados Google Acadêmico, Scielo e Google Pesquisas. Além da busca nas bases de dados, também foram realizadas pesquisas em sites, jornais e revista. As buscas ocorreram nos meses de fevereiro, março e abril e as palavras-chave utilizadas na busca foram enfermagem, burnout, síndrome e profissionais. De acordo com os achados da literatura, os resultados obtidos nos estudos demonstram que a doença é caracterizada por sintomas como irritabilidade, dores musculares, esgotamento físico e mental, subdividida em três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e realização profissional. Dessa forma, pode ser concluído que os enfermeiros são um dos principais grupos atingidos pela síndrome, uma vez que eles experimentam situações estressantes constantes no trabalho, além de atuarem em contato direto com os pacientes críticos que têm prognósticos diferentes e graus de sofrimento diversos.

Palavras-chave: Enfermeiros, Síndrome, Burnout e Saúde

ABSTRACT

Health professionals are among the most vulnerable to suffer from Burnout Syndrome, which can be defined as irritability, muscle pain, physical and mental exhaustion, subdivided into three dimensions: emotional exhaustion, depersonalization and professional fulfillment. The objective of this study is to carry out a literature review based on bibliographic materials published in the last 10 years on the subject. For this review, a search for articles, books, dissertations and theses was carried out in the Google Scholar, Scielo and Google Pesquisas databases. In addition to searching the databases, searches were also carried out on websites, newspapers and magazines. The searches took place in April and the keywords used in the search were nursing, burnout, syndrome and professionals.

¹ Docente da UNIBRA. Esp. em Gestão Educacional. E-mail: hugo.christian@grupounibra.com

According to the findings in the literature, the results obtained in the studies demonstrate that the disease is characterized by symptoms such as irritability, muscle pain, physical and mental exhaustion, subdivided into three dimensions: emotional exhaustion, depersonalization and professional fulfillment. Thus, it can be concluded that nurses are one of the main groups affected by the syndrome, since they experience constant stressful situations at work, in addition to working in direct contact with critical patients who have different prognoses and different degrees of suffering.

Keywords: Nurses, Syndrome, Burnout and Health

1 INTRODUÇÃO

A Síndrome de *burnout* (SB) pode ser definida como um distúrbio emocional caracterizado por extremo esgotamento físico e mental decorrente de situações laborais estressantes. Trabalhar em condições deletérias pode provocar agravos na saúde física e psíquica. Embora a conexão entre saúde e condições de trabalho não seja um tema recente, continua atualizado, relevante e bastante discutido nas pesquisas (PATRÍCIO et al. 2021).

A importância de se estudar esse tema é que ele tem grande relevância em nossa atualidade pelo fato de enfermagem atuar no ambiente hospitalar possuindo características bastante peculiares, tais como: estabelecer contato íntimo com pacientes e familiares, atuar em equipe multidisciplinar, suportar jornadas extensas de trabalho, horários rodiziados e plantão, lidar com superlotação hospitalar. Tais características, associadas a um ambiente hospitalar enquanto lugar insalubre e propício ao adoecimento, podem resultar no desgaste físico e emocional do enfermeiro (PATRÍCIO et al. 2021).

No entanto, um problema relacionado a esse tema é que ao se analisar os estudos, observou-se que, dentro do corte temporal selecionado o ano de 2012 foi o que teve mais publicações na íntegra sobre o objeto de estudo, perfazendo um total de 05 artigos (45,45%), seguido dos anos de 2009 (27,27%), 2013 (18,18%) e 2010 (9,09%). No ano de 2011 não foi publicado artigos que atendiam os critérios de inclusão e exclusão (PORTELA et al. 2015).

Nesse contexto, o desenvolvimento de uma revisão da literatura sobre o tema proposto, poderia contribuir com a solução destes problemas, uma vez que as revisões têm a função de possibilitar uma análise sobre um determinado assunto a partir de diferentes perspectivas, auxiliando em sua compreensão.

Nesse sentido Portela et al. 2015 questiona o que traz a literatura atual sobre a síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de serviços de urgência e emergência? Dessa forma, o presente estudo objetivou analisar como os estudos científicos descrevem a síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem de serviços de urgência e emergência.

2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Este estudo trata-se de uma revisão da literatura. As revisões são publicações amplas com a função de discutir o desenvolvimento de um assunto sob pontos de vista diferentes. Esse tipo de estudo constitui basicamente da análise da literatura publicada em artigos científicos, livros, revistas impressas ou eletrônicas na interpretação e análise crítica do autor, com o objetivo de permitir ao leitor uma atualização do seu conhecimento sobre um determinado tema.

Para essa revisão, foi realizada uma busca por artigos, livros, dissertações e teses nas bases de dados Google Pesquisa, Google Acadêmico, Scielo e Periódicos Capes. Além da busca nas bases de dados, também foram realizadas pesquisas em sites, jornais e revista. As buscas ocorreram no mês de abril e as palavras-chave utilizadas na busca foram: Enfermagem, Síndrome. Burnout, Estudos.

Como critério de inclusão dos materiais literários neste estudo, definiu-se o período de publicação de 10 anos pela possibilidade de poder ser encontrado um maior número de artigos científicos sobre o tema. Além disso, incluíram-se apenas artigos disponibilizados em português e inglês, dissertações, teses, livros, matérias de revistas eletrônicas e sites. Como critérios de exclusão, foram rejeitados os materiais literários que não tinham relação direta com o tema proposto pelo trabalho.

Após ser realizada a busca, os materiais que atenderam aos critérios de inclusão e exclusão foram analisados e resumidos em uma tabela. O resumo foi organizado de forma a apresentar a estrutura dos trabalhos em tópicos, compostos por: nome do autor, ano de publicação, formato do material e principais resultados obtidos.

Os dados encontrados foram analisados quantitativamente através de porcentagem e apresentados por meio de tabelas.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

No estudo de Patrício et al. 2021 foi uma análise sobre o aumento significativo de casos de tensão emocional e depressão em enfermeiros do sexo feminino, e os resultados obtidos foram que o trabalho de enfermagem no ambiente hospitalar possui características bastante peculiares, onde geralmente os profissionais de enfermagem têm mais de um vínculo empregatício, podendo implicar a diminuição de horários de alimentação, lazer, repouso, sono, convívio social e familiar e, conseqüentemente, sobrecarga física e mental. Em conjunto, esses aspectos tornam-se fatores de desgaste e sofrimento, podendo conduzir ao aparecimento de distúrbios psíquicos menores (não psicóticos), entre os quais *burnout* e depressão.

Já Campos et al. 2014 concentrou em seu estudo em investigar a prevalência da síndrome de *Burnout* nos profissionais de enfermagem de um hospital e de Unidades Básicas de Saúde, comparando-a entre as três categorias profissionais (enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem) e os tipos de serviços, e identificou seus fatores sociodemográficos e ocupacionais preditores. Realizando uma amostra composta por 116 profissionais, entre 21 e 60 anos e os resultados obtidos confirmaram que a categoria profissional que obteve a maior percentagem de acometidos pela síndrome de Burnout foi a de auxiliares de enfermagem (52,94%).

A síndrome de Burnout manifesta-se através de quatro classes sintomatológicas, são elas:

1. Física (fadiga constante, alterações do sono, distúrbios gastrointestinais, perda de peso, distúrbios cardiovasculares e respiratórios, e dores musculares e/ou osteomusculares);
2. Psíquica (falta de atenção, alterações da memória, ansiedade, impaciência, mudanças bruscas de humor, desconfiança e frustração);
3. Comportamental (agressividade, irritabilidade, negligência no trabalho, incapacidade para relaxar, relacionamentos afetados devido distanciamento e indiferença);
4. Defensiva (isolamento, sentimento de onipotência, ironia e atitude cínica).

Afeta, principalmente, profissionais da área de serviços ou cuidadores, quando em contato direto com os usuários, destacando-se o profissional de enfermagem, que

está, frequentemente, exposto à sobrecarga física e mental nas demandas de seu trabalho, jornada de trabalho extensa, duplicada e, às vezes, acompanhada de plantões, trazendo problemas para o profissional e para a instituição como um todo, pois esta síndrome envolve causa de absenteísmo, gerando prejuízos financeiros e organizacionais a instituição.

Segundo Mendes et al. 2015, O desenvolvimento da síndrome de Burnout decorre de um processo gradual de desgaste no humor e desmotivação acompanhados de sintomas físicos e psíquicos. O impacto do trabalho na saúde física e mental dos profissionais tem sido considerado importante nos últimos anos. A atividade laboral pode ocupar grande parte do tempo e da vida dos profissionais que, de um modo geral, dedicam oito horas diárias por um período médio de trinta e cinco anos ao trabalho. (BENEVIDES- PEREIRA, 2010).

De acordo com Britto; Cruz e Figueiredo (2008) o estresse quando vinculado ao trabalho, chamado de estresse ocupacional, refere-se à falta de capacidade do trabalhador de se adaptar às demandas existentes no trabalho e àquelas que ele próprio percebe. O estresse ocupacional ou laboral pode, ainda, referir-se ao conjunto de perturbações de cunho psicológico e ao sofrimento psíquico associado às experiências de trabalho, cujas demandas ultrapassam as capacidades físicas ou psíquicas do sujeito para enfrentar as solicitações do meio ambiente profissional.

O estresse no trabalho pode representar fonte de satisfação ou insatisfação pessoal. Isso ocorre quando o ambiente de trabalho é percebido como uma ameaça ao indivíduo, repercutindo no plano pessoal e profissional, com demandas maiores do que a sua capacidade de enfrentamento. Miranda et al. 2007 em seu estudo evidenciou que a síndrome de Burnout associada ao ambiente de trabalho dificulta ao profissional de enfermagem fazendo assim com que o mesmo obtenha resultados negativos e significativos para os indivíduos, para as instituições e para sociedade.

Braga e Paula (2018) em seu estudo dá ênfase na questão de que profissões que lidam com dor, sofrimento e morte interferem na organização, gestão e condições de trabalho, pois o contato constante com o sofrimento humano, procedimentos com os familiares, sobrecarga de trabalho, conflitos interpessoais e outras responsabilidades tornam a enfermagem uma das ocupações de mais alto

risco de stress. Para Vieira, Guimarães e Martins (2009), a enfermagem em seu exercício profissional coloca como mais vulneráveis à manifestação da Síndrome de Burnout.

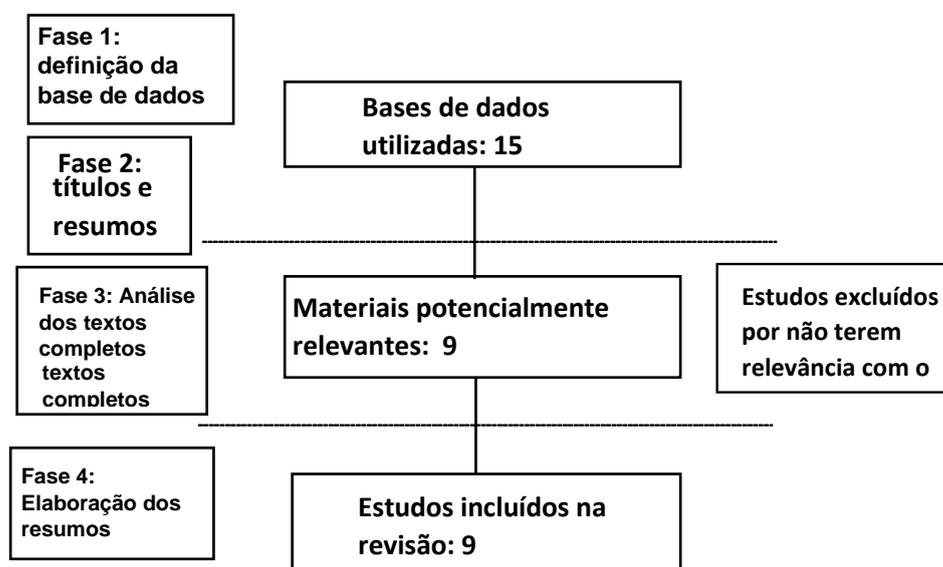
Ainda Bernik (2014), em seu estudo, os enfermeiros docentes identificaram seu estresse ao trabalho, referindo-se à agitação do dia-a-dia, ao ritmo de vida, ao relacionamento interpessoal (conviver com pessoas diferentes), às discussões inúteis, ao trabalho intelectual (melhor produção científica, aquisição de conhecimentos novos), às cobranças no desenvolvimento profissional, à sobrecarga de trabalho, aos prazos a serem cumpridos, ao acúmulo de papéis desempenhados pela docente mulher (mãe, esposa, mulher, dona-de-casa), às dificuldades financeiras, às responsabilidades e pressões nas atividades profissionais; o ambiente universitário e, por fim, às disputas e concorrência no ambiente de trabalho.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir das palavras-chave utilizadas e dos critérios de inclusão e exclusão descritos na sessão anterior, pela leitura dos títulos e resumos, foram encontrados 10 artigos científicos, e 5 matérias de site.

Em seguida, após uma segunda leitura dos materiais selecionados, foram excluídos 4 artigos científicos e 3 matérias de site por não terem relação direta com o tema proposto pelo trabalho, permanecendo no estudo 6 artigos científicos e 3 matérias de site, como mostra a Figura 1. Figura

1: Esquema representativo do processo de seleção dos estudos



Dos 15 materiais literários encontrados inicialmente, restaram 9 que foram selecionados e constituem essa revisão. Esses materiais estão descritos na Tabela 1.

Tabela 1: Resumo dos estudos utilizados na revisão.

AUTOR	ANO DE PUBLICAÇÃO	TIPO DE MATERIAL	PRINCIPAIS RELATOS OBTIDOS
PATRÍCIO et al.	2021	Artigo	Aumento significativo de casos de tensão emocional e depressão em enfermeiros do sexo feminino.
CAMPOS et al.	2014	Artigo	A maior percentagem de acometidos pela síndrome de Burnout foi a de auxiliares de enfermagem (52,94%)
PORTELA et al.	2015	Artigo	Anos de publicações dentro do corte temporal selecionado.
MENDES et al.	2015	Artigo	O desenvolvimento da síndrome de Burnout.
MIRANDA et al.	2017	Artigo	A SB como resposta ao estresse laboral e conjectura um grande desafio para a vida do profissional deste século.
BRAGA e PAULA	2018	ARTIGO	A Síndrome de Burnout e suas muitas variantes.
UNIFESTP	2019	MATÉRIA DE SITE	As influencias internas e externas no processo de saúde/adoecimento do trabalhador
REVISTA BRASILEIRA INERDISCIPLINAR DE SAÚDE	2020	MATÉRIA DE SITE	Alto índice de desenvolvimento dessa síndrome nos hospitais.
PEBMED	2019	MATÉRIA DE SITE	A presença do burnout elevada entre os que férias com até 25 dias e de 30 dias.

Com base nos dados Tabela 1, tem-se que 66,66% dos materiais utilizados neste estudo foram artigos científicos e 33,33% foram matérias de site. Dos artigos encontrados, 4 eram do Google Acadêmico e 2 era da Scielo.

De acordo com os achados da literatura, os resultados obtidos nos estudos demonstram que os principais impactos sofridos pelos enfermeiros da síndrome de Burnout são sofridos em sua maioria no sexo feminino e que o aumento dessa

síndrome vem aumentando comumente, porque esses profissionais estão diariamente submetidos a condições insalubres e precárias, que geram uma baixa qualidade de vida no trabalho

DISCUSSÃO

Este estudo realizou uma revisão de literatura sobre o tema Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem, o que satisfaz os objetivos propostos inicialmente pelo trabalho que era realizar uma revisão da literatura com base em materiais bibliográficos publicados nos últimos 10 anos sobre o tema.

Os principais resultados obtidos nos materiais literários encontrados evidenciam que a Síndrome de Burnout é um grande agravante na vida profissional dos enfermeiros uma vez que se torna cada vez nítido diversos reflexos negativos, tais como a elevação das taxas de stress, depressão e aumento repentino da desmotivação profissional.

Os resultados obtidos por Patrício et al. (2021) vão de encontro aos achados de Miranda et al. (2017), pois ambos apresentam que o aumento da Síndrome de Burnout foi uma das principais consequências negativas encontradas nos profissionais de Enfermagem em todo o país.

Em contrapartida, os resultados obtidos por Campos et al. (2014) afirma que os maiores profissionais prejudicados com essa síndrome são as mulheres que possuem quase sempre uma jornada ardua de trabalho e outra dentro de seu ciclo familiar, enquanto o estudo de Portela et al. (2015) apresenta uma crítica sobre o descaso de estudiosos e as poucas publicações de artigos e estudos acadêmicos sobre o tema.

Dessa maneira, a contribuição deste trabalho para a literatura é que através dessa revisão foi possível realizar uma atualização sobre um tema tão importante em nossa sociedade apresentado as informações mais relevantes publicadas sobre ele.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho realizou uma revisão da literatura sobre o tema Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem. Os principais resultados obtidos nos estudos foram que Síndrome de Burnout ou Síndrome do Esgotamento Profissional é

um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultante de situações de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade ou responsabilidade. A principal causa da doença é justamente o excesso de trabalho. Dessa forma, pode ser concluído que os profissionais da área da saúde estão entre os mais vulneráveis a sofrer a Síndrome de Burnout, doença caracterizada por sintomas como irritabilidade, dores musculares, esgotamento físico e mental, subdividida em três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e realização profissional.

REFERÊNCIAS

BENEVIDES-PEREIRA AMT (org): ***Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador***.4.ed. SãoPaulo: Casa do Psicólogo, 2010.

BERNIK, V. ***Estresse e Trabalho***. Disponível em: <<http://www.sti-hspe.com.br/forumduvidas.htm> >. Acesso em 22 de fevereiro de 2014.

BRAGA Denise Silva; PAULA, MAIA Angela Boccara De. ***Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem***. Revista do Programa de Pós-Graduação em Humanidades, Culturas e Artes – UNIGRANRIO. 2018.

BRITTO, C.; CRUZ, C.; FIGUEIREDO, J. ***Fatores preponderantes na ocorrência e manifestação da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem*** [monografia]. Campos Gerais (MG): Faculdade de Ciências da Saúde de Campos Gerais, Curso de Bacharelado em Enfermagem; 2008.

CAMPOS, I. C. M., ANGÉLICO, A. P., OLIVEIRA, M. S. & OLIVEIRA, D. C. R. (2015). ***Fatores Sociodemográficos e Ocupacionais Associados à Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem***. Psychology/Psicologia: Reflexão e Crítica, 28(4), 764-771. Minas Gerias 2014.

MENDES J. R; R. N. S. SILVA; L. P. SILVA; M. C. M. COSTA. ***Síndrome de Brunout em Profissionais de Enfermagem***. Uruguai, Teresina – PI. Artigo recebido em 28/04/2015. Última versão recebida em 07/06/2015. Aprovado em 08/06/2015.

MIRANDA, Lays Nogueira; Myla Karina Farias; Bruna Evyllés Nascimento Araújo; Milvia Maria Ribeiro Oliveira; Soraia Simplício Silva. ***As Consequências da Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem: Revisão Integrativa***. Ciências Biológicas e de Saúde Unit. Alagoas. v. 4. n. 2. p. 259-270.novembro 2017.

PATRÍCIO DF, BARBOSA SC, SILVA RP, SILVA RF. ***Dimensões de burnout como preditoras da tensão emocional e depressão em profissionais de enfermagem em um***

contexto hospitalar. Cad Saúde Colet, 2021;29(4):575-584. <https://doi.org/10.1590/1414-462X202129040441>.

PORTELA NLC; PEDROSA AO; CUNHA; JDS et al. **Síndrome de burnout.** Universidade do Rio de Janeiro - RJ. 2015. ISSN 2175-5361. DOI: 10.9789/2175-5361. 2015.v7i3.2749-2760.

VIEIRA, L. C., GUIMARÃES, L. A. M., MARTINS, D. A. **O estresse ocupacional em enfermeiros.** In: GUIMARÃES, L. A. M.; GRUBITS, S. Saúde mental e trabalho: aspectos sociais. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2009. p .209-26.

