



REVISTA CIENTÍFICA DA UMC

SÍNDROME DE BURNOUT: O ADOECIMENTO DO PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM

Vanessa Souza de Siqueira¹ Thalia Rodrigues de Lima² Emílio Donizeti Leite³

1. Estudante de Enfermagem; e-mail: vanessa_siqueira96@yahoo.com;
2. Estudante de Enfermagem; e-mail: thaliarodrigues45@gmail.com;
3. Professor da Universidade de Mogi das Cruzes; e-mail: emilioleite@umc.br.

Área de conhecimento: Enfermagem.

Palavras-chave: Enfermagem, Covid-19, Síndrome Burnout, Pandemia.

INTRODUÇÃO

O trabalho está presente no cotidiano das pessoas e, em muitos casos, pode se tornar um promotor do estresse. O esgotamento ocupacional surge no campo da saúde como um problema real entre os profissionais devido às características exaustivas do trabalho (BORGES *et. al.*, 2021). Nesse cenário de calamidade global de saúde, muito tem se discutido, sobre o estresse e situações que geram sofrimento emocional em profissionais da área de saúde no contexto hospitalar (PEREIRA *et. al.*, 2020). A pandemia da COVID-19 gerou preocupação com a saúde mental de toda a sociedade, em destaque na saúde do profissional de enfermagem, que estão na linha de frente no combate à pandemia. A Síndrome de Burnout se intensifica nesse contexto, uma vez que a jornada excessiva de trabalho causada pelo novo corona vírus cresce de maneira alarmante e acelerada. Assim a sobrecarga de trabalho pode ocasionar perturbações psicológicas e sociais, e interferir na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem (BORGES *et. al.*, 2021). A Organização Mundial da Saúde (OMS) observa que os trabalhadores da enfermagem pressionados com essa situação apresentam altos níveis de ansiedade, acrescidos do risco de adoecer, provocando severos problemas de saúde mental e aumentando os casos da Síndrome de Burnout, além de gerar ansiedade, depressão e estresse associado (HUMEREZ; OHL; SILVA, 2020). Portanto, percebe-se que a pandemia da COVID-19 trouxe a exatidão de que tudo piora quando o trabalhador está diante de uma situação de estresse que afeta seu convívio social, aumenta a pressão pela assistência perfeita e os expõem a maiores riscos de contaminação, além do contato diário com a dor do paciente e seus acompanhantes, afetando seu psicológico e sua saúde mental propiciando o surgimento de transtornos relacionados ao estresse e à ansiedade como a Síndrome de Burnout (SANTANA; SANTOS; SANTOS, 2020).

OBJETIVOS

Identificar as crescentes taxas de problemas emocionais que vem acometendo os profissionais de enfermagem, e que estão especialmente exacerbadas durante a pandemia causada pelo vírus SARS-COV-2 e relacionada com a Síndrome de Burnout.

METODOLOGIA

Pesquisa qualitativa de revisão bibliográfica sobre a relação do estresse contínuo e a Síndrome de Burnout associados a pandemia atual. Para a realização do mesmo serão seguidas as seguintes etapas: 1) Identificação do tema e seleção do método de pesquisa. 2) Identificação dos estudos nas bases científicas. 3) Extração de dados dos estudos encontrados. 4) Avaliação dos dados extraídos. 5) Interpretação dos resultados e dados extraídos dos estudos. 6) Apresentação da revisão de conhecimento. De início foram coletados alguns artigos (conforme referências apresentadas) relacionados a temática de escolha, num total de nove artigos científicos, com descrições de fatos importantes sobre a Síndrome de Burnout, suas características, causas e tratamento para compor a amostra deste estudo. Podendo assim investigar qual o processo e o que o leva ao diagnóstico em tantos profissionais de enfermagem. Por tratar-se de uma pesquisa de revisão integrativa no qual o foco é a análise da literatura não envolvendo por tanto seres humanos, não houve a necessidade da aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP). Foi mantida a autenticidade das ideias e conceitos dos autores dos artigos revisados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos reforçam que as principais implicações na saúde mental dos profissionais relacionam-se a Síndrome de Burnout, depressão, insônia, ansiedade, angústia, distúrbios do sono, exaustão, além de baixos níveis de satisfação com o trabalho e nenhum reconhecimento profissional. O processo laboral dos trabalhadores de enfermagem habitualmente é dinâmico e complexo e no contexto de uma pandemia, exige-se organização quando percebemos que o momento ora vivenciado é grave. Neste, demonstra-se um aumento da demanda de cuidados de alta complexidade para atender pacientes infectados. Esse cuidado é o objeto de trabalho primordial dos profissionais de enfermagem, essa categoria profissional representa o maior efetivo nas instituições de saúde e, diante da pandemia, os trabalhadores de enfermagem passam a ser reconhecidos como heróis na batalha contra o Covid-19. No entanto, há um padrão histórico relacionado à desvalorização, desabono, falta de proteção e invisibilidade dos trabalhadores de enfermagem em um contexto geral. Ademais, estão à mercê do processo de fragilização, instabilidade trabalhista e financeira, flexibilização do trabalho com extensa carga horária e baixos salários, obrigando-os a duplas jornadas para completação salarial. Somado esses episódios, há o isolamento

familiar e social, o convívio diário com sofrimento e com as altas taxas de mortalidade dos companheiros de profissão. Contudo, foi identificado que os profissionais da saúde do gênero (sexo) feminino, principalmente enfermeiras, entre 26 e 40 anos que trabalham em hospitais, são associados há altos níveis de ansiedade, além disso, apresentaram maiores índices de angústia. Vale ressaltar que outros profissionais do gênero (sexo) masculino que estão vivenciando a pandemia da COVID-19 também referiram os mesmos agravos, porém em menor quantidade quando comparados com as mulheres. A síndrome de Burnout foi descrita pela primeira vez pelo psiquiatra Herbert Freudenberger em 1974 (FREUDENBERGER, 1974) e atualmente está inserida na Classificação Internacional de Doenças CID-11 sob o código QD85 (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE [OMS], 2019). Christina Maslach (1976) propôs um modelo teórico para caracterizar a Síndrome de Burnout, definindo-a como uma resposta prolongada a estressores interpessoais crônicos no trabalho que se apresenta em três dimensões interdependentes: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal (MASLACH, SCHAUFELI & LEITER, 2001). Segundo o COFEN (Conselho Federal de Enfermagem) os profissionais da enfermagem enfrentam várias situações de violência no seu ambiente de trabalho, violências físicas, verbais e psicológicas. E por muitas vezes os profissionais não se sentem seguros em seus ambientes de trabalho. Eles lidam todos os dias com situações fatigantes, como a perda de pacientes, ausência de recursos materiais e/ou equipamentos de proteção de uso individual, níveis de gravidade da doença, protocolos novos e uma sobrecarga maior de trabalho. Entre eles, destaca-se a perda de significado do trabalho, desmotivação, atitudes negativas e de distanciamento em relação aos outros, causando prejuízos no processo de trabalho em saúde. Diante dessa situação, os trabalhadores que se encontram envolvidos diretamente no diagnóstico, na terapêutica e atendimento dos pacientes com COVID-19 estão altamente expostos ao risco de desenvolver a Síndrome de Burnout. Muitas condições não favorecem a prática, ou tornam-se desfavoráveis a assistência de enfermagem no Brasil, dentre elas encontram-se ambientes de condições improprias de trabalho, sobrecarga, ritmo intenso, jornadas extensas que causam um grande desgaste nos trabalhadores comprometendo assim sua saúde física e mental, impactando diretamente na qualidade da assistência prestada aos pacientes, como também o estresse ocupacional, os conflitos interpessoais, baixa remuneração e a desvalorização profissional, são uns entre tantos problemas enfrentados pela linha de frente. Mesmo com tantos obstáculos o enfermeiro é um profissional que vem buscando cada dia mais o desenvolvimento de sua identidade profissional e seu merecido reconhecimento, são os profissionais da enfermagem que mantem maior contato com a população, e nos tempos atuais com o avanço da SARS-CoV-2 continuam no enfrentamento para conseguir garantir o atendimento digno a população, sem medir esforços, mesmo que cuidar de si próprio seja um obstáculo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que, os profissionais da enfermagem na linha de frente em meio à pandemia do COVID-19, encontram-se em situações estressantes, o que acarreta uma sobrecarga maior de ansiedade, trabalho e depressão diante de tantas mortes e longas jornadas de trabalho. Ligado a essa grande carga de trabalho e ao enorme número de profissionais e pacientes infectados, o estresse e a falta de equipamentos fundamentais para lutar contra esse vírus, tem deixados os profissionais em situações difíceis. Os mesmo que estão vivenciando essa pandemia estão mais propensos a desenvolver problemas psíquicos como a depressão e tem-se encontrado em exaustão física, lidando com ansiedade, insônia, angústia e o medo de ao retornarem ao convívio familiar e prejudicarem os seus entes. A perda de pacientes em uma escala tão grande como em meio a pandemia e a pressão que esses profissionais vêm sofrendo é o que mais traz danos a sua saúde. Portanto, é preciso deixar claro que, assim como os pacientes, esses profissionais da enfermagem também possuem pessoas que os amam, para as quais precisam voltar com saúde física e mental. Estes precisam de um olhar mais afetivo voltado às suas necessidades físicas, mentais e espirituais. Medidas para mantê-los sadios devem ser realizadas, desde a melhoria das condições de trabalho até a disponibilidade de recursos para prestação da assistência, treinamentos adequados, otimização das exaustivas jornadas de trabalho e meio benéfico ao descanso dos profissionais.

REFERÊNCIAS

- BARROS, A. B. *et al.* Impactos da pandemia da covid-19 na saúde mental dos Profissionais de enfermagem. *Brazilian Journal of Development*, v. 6, n. 10, p. 81175-81184, 2020.
- BORGES, F. E.; BORGES ARAGÃO, D.; BORGES, F. E.; BORGES, F. E.; SOUSA, A. S.; MACHADO, A. L. Fatores de risco para a Síndrome de Burnout em profissionais da saúde durante a pandemia de COVID-19. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, v. 95, n. 33, p. e-021006, 13 jan. 2021.
- HUMEREZ, D. C.; OHL, R. I. B.; SILVA, M. C. N. Saúde mental dos profissionais de enfermagem do Brasil no contexto da pandemia covid-19: ação do conselho federal de enfermagem. *Cogitare Enfermagem*, [S.l.], v. 25, may 2020. ISSN 2176-9133. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/74115/40808>. Acesso em: 10 may 2021. Doi:<http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.74115>.
- LUZ, E.M.F *et al.* Repercussões da Covid-19 na saúde mental dos trabalhadores de enfermagem. *Revista de Enfermagem do Centro Oeste Mineiro*. 2020;10:e3824. Acesso em 10 maio 2021; Disponível em: <http://seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/3824/242><http://seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/3824/2426>. DOI: <http://doi.org/10.19175/recom.v10i0.3824>
- MASLACH, Christina; SCHAUFELI, Wilmar B.; LEITER, Michael P. Job burnout. *Annual review of psychology*, v. 52, n. 1, p. 397-422, 2001.
- PEREIRA, M. D.; TORRES, E. C.; PEREIRA, M. D.; ANTUNES, P. F. S.; COSTA, C. F. T. Sofrimento emocional dos Enfermeiros no contexto hospitalar frente à pandemia de COVID-19. *Research*,

Society and Development, [S. l.], v. 9, n. 8, p. e67985121, 2020. DOI: 10.33448/rsd-v9i8.5121. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/5121>. Acesso em: 10 maio. 2021.

PERNICIOTTI, P. *et al.* Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. Revista da SBPH, v. 23, n. 1, p. 35-52, 2020.

RIBEIRO, L. M.; VIEIRA, T. A.; NAKAK, S. Síndrome de burnout em profissionais de saúde antes e durante a pandemia da COVID-19. Revista Eletrônica Acervo Saúde, v. 12, n. 11, p. e5021, 27 nov. 2020.

SANTANA, A. C. C. S.; SANTOS, L. E. S.; SANTOS, L. S. Covid-19, estresse contínuo e síndrome de burnout: como anda a saúde dos profissionais da enfermagem? Caderno de Graduação – Ciências Biológicas e da Saúde – UNIT – SERGIPE, [S. l.], v. 6, n. 2, p. 101, 2020. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/cadernobiologicas/article/view/9253>. Acesso em: 10 maio. 2021.