

Síndrome de Burnout em profissionais de saúde: uma revisão bibliográfica da literatura

Syndrome Burnout in health professionals: a literature review of literature

Síndrome de estrés en profesionales de la salud: una revisión de la literatura

Gessileide de Sousa Mota^{1*}, Carolina Maria Soares de Alencar¹, Fabrício Ibiapina Tapety²

RESUMO

Objetivo: O presente estudo tem como objetivo identificar o grupo de trabalhadores da saúde com maior risco à Síndrome de Burnout, bem como possíveis métodos de prevenção. **Métodos:** Trata-se de Revisão de literatura do tipo narrativa da literatura, na qual foram selecionados artigos publicados entre os anos de 2005 e 2015. Utilizou-se as bases de dados PUBMED, LILACS e SciELO e os descritores “profissional da saúde”, “esgotamento profissional”, “qualidade de vida” e “estresse”. **Resultados:** Foram selecionados 10 artigos. A maioria dos estudos referia-se à categoria profissional de médicos, enfermeiros e demais profissionais de enfermagem. Em menor número, relacionavam a SB à categoria de dentistas, agentes comunitários de saúde, administradores hospitalares e profissionais de saúde mental. **Conclusão:** Médicos e profissionais de enfermagem estão mais predispostos a desenvolver a SB e os métodos preventivos passam por questões que vão da remuneração, sobrecarga de trabalho à presença de uma religião na vida do profissional. Os trabalhadores da saúde que estão em maior risco de adquirir a SB são os médicos e os profissionais da enfermagem e os métodos preventivos

Palavras chaves: Esgotamento profissional, Estresse, Profissional da saúde, Qualidade de vida.

ABSTRAT

Objective: The objective of this study was to identify, from a bibliographic survey, the group of workers with the highest risk of SB and possible methods of prevention. **Methods:** This is a literature review of the narrative type where 10 articles were selected in total that converged with the objectives and inclusion criteria of this study for analysis. **Results:** Most of the studies referred to doctors, nurses and other nursing professionals. To a lesser extent, they related to dentists, community health agents, hospital administrators, and mental health professionals. **Conclusion:** the prevalence of SB in health professionals is predominant in almost 100% of the analyzed material, and there is a need for a greater incentive to disseminate the topic in the workplace

Keywords: Professional exhaustion, Stress, Health professional, Quality of life.

RESUMÉN

Objetivo: Este estudio tuvo como objetivo identificar la literatura, el grupo de trabajadores con mayor riesgo de SB y los posibles métodos de prevención. **Métodos:** Esta es una especie de revisión de la literatura narrativa, donde se seleccionaron 10 artículos en todos convergen con los objetivos y con los criterios de inclusión de este estudio para el análisis. **Resultados:** La mayoría de los estudios que se refiere a los médicos, enfermeras y otros profesionales de enfermería. Superados en número, en relación con los dentistas, los trabajadores sanitarios de la comunidad, administradores de hospitales y profesionales de la salud mental. **Conclusión:** los contactos que la prevalencia del SB entre los profesionales de la salud es frecuente en casi el 100% del material analizado, y hay una necesidad de una mayor divulgación incentivo a la producción de la materia en el ámbito del empleo

Palabras clave: Síndrome de Burnout, El estrés. profesional de la salud, Calidad de vida.

¹ Acadêmica de enfermagem do 9º semestre do Instituto Camillo Filho (ICF). Teresina, Piauí, Brasil.

² Dentista. Doutor em reabilitação oral. PhD em clinical dentistry. Professor do Instituto Camillo Filho (ICF). Teresina, Piauí, Brasil. * E-mail: gessileidemota@hotmail.com

INTRODUÇÃO

O conceito de estresse foi escrito pela primeira vez por Hans Selyes em 1936 e desde então vem sendo utilizados para diversas situações externas. Para o autor, o termo stress foi discutido durante muito tempo a fim de entendê-lo e conceituá-lo ainda que disseminado com muitos conceitos discordantes entre autores. Portanto, pode-se dizer que esse termo já foi muito popularizado em relação ao termo burnout, entretanto, deve-se considerar como um problema de saúde pública, visto que a sua cronicidade contribui para o desencadeamento da síndrome de burnout ⁽¹⁾.

O termo Burnout é de origem inglesa e significa, queimar por dentro, como também pode ser traduzido por “queima após desgaste”. A tradução bem apropriada para essa palavra dá origem a Síndrome de Burnout (SB), uma patologia relacionada ao grande desgaste físico e emocional voltado para o excesso de atividades trabalhistas, onde este desgaste não refletirá apenas em atividades laborais, como também no ambiente familiar. Freudenberg é o precursor no uso desta definição e incluiu nos seus estudos como sintomas da Síndrome de Burnout, comportamento de fadiga, depressão, irritabilidade, aborrecimento, sobrecarga de trabalho, rigidez e inflexibilidade ⁽²⁾.

Burnout se dá pela cronicidade de desequilíbrios emocionais devido a maiores exigências no trabalho, estas sendo desproporcional ao que indivíduo pode contribuir. Os autores conceituam SB como uma formulação tridimensional: Exaustão Emocional, caracterizada por uma ausência ou deficiência de energia, animação e um sentimento de esgotamento; Despersonalização, caracterizada pelo tratamento insensível em relação às pessoas; e Diminuição da Realização Pessoal, caracterizada pelo sentimento de incompetência de si mesmo e/ou insatisfação no trabalho ⁽³⁾.

Os serviços de atenção à saúde estão acostumados a seguir a lógica do produzir mais com recursos diminuídos, o que dificulta o trabalho do profissional, aumentando conseqüentemente o estresse e sobrecarga adicional em cima desse trabalhador. Portanto, essas dificuldades interferem no quesito qualidade, principalmente quando se trata de setor público, onde será refletido no cotidiano brasileiro, normalmente quando mencionada a visão do usuário como também dos profissionais de saúde, visto que eles são obrigados a conviver e até mesmo se responsabilizar por tais dificuldades ⁽⁴⁾. Desse modo, questiona-se: quais os profissionais de saúde estão mais expostos aos riscos que levam à Síndrome de Burnout?

A relevância do trabalho está em alicerçar as teorias sobre a SB a fim de suprir a carência do tema em universidades, congressos e empresas, da falta de conhecimento dos trabalhadores em geral que estão em risco de adquirir esta síndrome. O objetivo geral do trabalho foi identificar o grupo de trabalhadores da saúde com maior risco à Síndrome de Burnout, bem como possíveis métodos de prevenção da síndrome. Os objetivos específicos foram: identificar a especialidade de profissionais de saúde de maior risco à SB e definir métodos de prevenção da SB em profissionais de saúde.

METODOLOGIA

A trajetória metodológica escolhida para o desenvolvimento desse artigo foi de revisão da literatura do tipo narrativo, no qual foram pesquisados artigos científicos em publicações nacionais e internacionais que abordavam a Síndrome de Burnout em profissionais de saúde, e que foram publicados entre os anos de 2005 a 2015.

A pesquisa bibliográfica teve como descritores: “profissional da saúde”, “esgotamento profissional”, “qualidade de vida” e “estresse”, em que deu-se início à busca por artigos em bases eletrônicas a seguir: Scientific Electronic Library Online (SciELO), PUBMED e LILACS, no período que compreendia de janeiro a junho de 2016.

Inicialmente, foram utilizados na triagem os descritores mencionados acima no filtro “Limites”. A fim de refinar os resultados, foram utilizados os seguintes critérios de inclusão: seleção de publicações na língua vernácula através da seleção do idioma “português” e na língua estrangeira, na seleção do idioma “inglês”, período de 2005 a 2015, artigos disponíveis na íntegra na internet, resultando em 73 artigos; como critérios de exclusão: artigos que abordavam em seus conteúdos assuntos divergentes aos objetivos deste estudo.

Posteriormente, foram analisados os títulos e resumos, selecionando e separando os de interesse que convergiam aos objetivos da pesquisa, ou seja, aqueles que tendem para o mesmo interesse que é a SB em profissionais da saúde. Ao final da triagem foram selecionados 10 artigos para análise.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nos estudos realizados com profissionais da Estratégia de Saúde da Família (ESF) na capital Paraibana avaliou-se o perfil demográfico dos profissionais da ESF, as adequações psicométricas da escala de caracterização de Burnout, identificou-se a pontuação geral dos fatores de burnout e por fim, verificou-se a contribuição das variáveis biodemográficas sobre a síndrome. Foi utilizada uma amostra de 337 servidores da área da saúde, onde, 37,45% dos profissionais pontuaram índices altos e médios caracterizando numa burnout desenvolvida. Constatou-se que 29,55 destes profissionais que possuem outro emprego desenvolveram sinais e sintomas característicos da SB, contra 5,04% que apresentavam a SB em desenvolvimento. Dentre os que já possuíam indícios de desenvolvimento da síndrome, pode-se caracterizar a maior prevalência em médicos com 56,67%⁽⁵⁾.

Outro estudo com profissionais da saúde mental analisou 25 trabalhadores. A amostra apontou sociodemograficamente como sendo a maioria do sexo feminino (76,0%) com a idade predominante entre 41 a 50 anos (36,0%) e estado civil casado (52,0%). Os resultados demonstraram que 36% dos profissionais entrevistados possuem manifestações do stress, sendo que 88,9 apresentavam-se na fase de resistência e 11,1% na fase de Exaustão. Dentre aqueles que responderam o questionário, 60% se mostraram com alto índice de esgotamento emocional. Quanto à Despersonalização, 40,0% apresentaram índice moderado. Na análise estatística das dimensões de burnout, identificou-se que os profissionais que apresentavam maior índice de stress, também apresentavam maior indicador de presença de esgotamento emocional, uma das características da SB⁽⁶⁾.

Em um estudo com profissionais de enfermagem foram entrevistados 116 trabalhadores entre 21 a 60 anos de um hospital e de uma Unidade Básica de Saúde. Foram destacados um nível maior de técnicos (63,8%) em relação a enfermeiros (21,5%) e auxiliar de enfermagem (14,7%). Diante da análise do questionário de burnout foi possível verificar que com 33,96% a realização profissional lidera em comparação com à exaustão emocional (23,67%) e a despersonalização (8,53%). A categoria mais afetada pela SB foi a de Auxiliares de Enfermagem com 52,94%, em seguida os técnicos (50%) e por último os enfermeiros com 32%. Quando mencionado o local de trabalho, notou-se que nos hospitais os níveis de entrevistados com exaustão emocional eram de 26,58%, com despersonalização era de 25,32% e com baixa realização profissional eram de 30,38%. Em contrapartida os profissionais das UBSs apresentavam (24,32%; 24,32 e 16,21%, respectivamente)⁽⁷⁾.

Na investigação realizada em Agentes Comunitários de Saúde (ACS) o principal objetivo fora avaliar a presença da SB em agentes comunitários de saúde de Aracaju (SE). Após o Maslach Burnout Inventory (MBI), verificou-se que 57,7% apresentam grau moderado ou grave de exaustão emocional, 51,8% possuem grau moderado ou grave de despersonalização e 59% apresentam moderados a alto grau de envolvimento pessoal no trabalho. Os resultados obtidos resumem-se em 59,9% não apresentaram nenhuma tendência a SB, 10,8% apresentam tendência moderada a SB e 29,3% apresentam características equivalentes a SB⁽⁸⁾.

Em estudo realizado em profissionais de nível superior vinculados à Rede de Atenção Primária à Saúde, atestou-se a Síndrome de Burnout na maioria dos profissionais de saúde, sendo prevalente em enfermeiros (9 profissionais). Verificou-se também 64% dos profissionais apresentaram frequência alta para Exaustão Emocional⁽⁹⁾.

Outro estudo com médicos intensivistas, a principal dimensão afetada também foi Exaustão Emocional (47,5%) e foram mais prevalentes em médicos que não praticavam atividade física regular e não possuíam algum hobby, 66% apresentaram carga horária semanal entre 60 e 90 horas. 75,8% referiram problemas de saúde, sendo a maioria do tipo respiratória e dores musculares. Foram associados alguns fatores estressantes aos resultados obtidos onde a maioria (60,2%) relatou "lidar com sofrimento e morte" e mais da metade também (57,5%) disseram "quantidade de paciente por médico"⁽¹⁰⁾.

No estudo com médicos cancerologistas brasileiros, verificou-se a presença da SB com taxa de 20%. 43,3% dos entrevistados demonstraram nível baixo de exaustão emocional, mais da metade (57,8%) despersonalização e 55% de realização profissional. Em relação aos fatores estressantes constatou-se 62% sentia-se que seu tempo de férias era insuficiente, 52% trabalhava mais de 50 horas por semana⁽¹¹⁾.

Em outro estudo avaliou-se a qualidade de vida de anesthesiologistas e seu perfil. Constatou-se que quase a metade dos profissionais entrevistados (44,6%) possuía uma má qualidade de vida, sendo o sexo feminino inferior ao masculino. Como consequências da má qualidade de vida estão citadas cansaço, perda de energia, distúrbios do sono e humor, redução da capacidade de trabalho, aprendizagem, raciocínio e memória; dificuldade nas relações interpessoais entre outras⁽¹²⁾.

Numa investigação em profissionais da saúde fazendo uma comparação entre brasileiros e portugueses com objetivo de descobrir qual a prevalência resultada e os fatores associados à síndrome, a categoria com maior índice de exaustão Emocional foi a de Enfermeiro, e a de Médico, a de maior Realização Profissional. Analisando as dimensões separadamente, foram evidenciados que os portugueses de sexo masculino apresentaram maiores índices de despersonalização, e os que não tinham filhos, maiores índices de Exaustão Emocional. Os portugueses apresentaram maior desgaste quando insatisfeitos com as condições de trabalho e no grupo brasileiro avaliou-se uma ligação entre idade e despersonalização ⁽¹³⁾.

Em outro estudo se investiga a Síndrome de Burnout em profissionais de um hospital da região metropolitana de Porto Alegre com objetivo de verificar a existência entre a síndrome, variáveis demográficas, profissionais e fatores de satisfação no trabalho. A dimensão de nível mais frequente entre os participantes foi a Realização Profissional, seguida pela Exaustão Emocional e, por último, Despersonalização. Das variáveis demográficas e laborais, respectivamente, somente a "idade" indicou relação com exaustão emocional, e "setor de trabalho" relacionou-se com Realização Profissional. Na análise dos resultados, constatou-se que os profissionais da administração apontaram maiores índices de Realização Profissional do que os da enfermagem e serviços gerais e que há ligação entre satisfação no trabalho e a SB ⁽¹⁴⁾.

De acordo com os resultados demonstrados dos artigos analisados acima, a categoria profissional de maior frequência encontrada nas buscas e com prevalência de síndrome de burnout foi à de Médicos em geral. Considerando um dos objetivos do presente estudo, o de identificar a especialidade de maior risco à SB, pode-se supor que a tal profissão seja a de maior vulnerabilidade quanto ao aparecimento dessa síndrome, seguido da profissão de enfermeiro, segunda mais encontrada e estudada em artigos científicos. Por ser uma pesquisa bibliográfica e não quantitativa se torna um pouco inviável a afirmação de que as referidas profissões citadas acima sejam mais prevalentes com a Síndrome de Burnout, visto que, para tal declaração, necessitaria de uma pesquisa mais profunda e precisa.

Por se tratarem de profissões que lidam diretamente com pacientes, com um convívio rotineiro para com eles e suas famílias, e com mortes e sofrimentos alheios, a área da saúde em geral está propensa ao surgimento da Síndrome de Burnout.

Considerando os fatores de riscos ao surgimento da SB coletados na análise de artigos, inclui-se como métodos de prevenção: remunerações mais elevadas, um considerável aumento na contratação de profissionais para que haja um equilíbrio de atividades entre eles, a crença em uma religião, menos burocracias nas instituições, limitações dos números de pacientes atendidos e maior quantidade de formação continuada ⁽⁵⁻¹⁴⁾.

Por fim, os resultados direcionam para a necessidade de criação de novas políticas institucionais com a finalidade de gerar intervenções de apoio para que os profissionais consigam lidar com os aspectos subjetivos da atividade assistencial. Justificando-se pela implementação de programas de qualidade, como serviços de saúde ocupacional, visando à prevenção da SB no trabalhador. Assim se torna mais fácil para estes profissionais prevenir-se contra o súbito início de sintomas da SB.

CONCLUSÃO

Após uma pesquisa e revisão de artigos que discorrem sobre a SB em profissionais da área da saúde, foi possível ter uma visão mais ampla sobre a SB, bem como a forma como ela é desenvolvida. Foi possível ainda conhecer as características da síndrome, visto que os artigos analisados mostram essa realidade.

Tendo em vista os dados verificados no presente estudo, contata-se que a prevalência da SB nos profissionais de saúde é predominante em quase 100% do material analisado, o que se torna um resultado preocupante, pois indica a falta de conhecimento sobre a síndrome tanto dos profissionais de saúde quanto das instituições, as quais se tornam inerte em relação a intervenções de prevenção e tratamento, sabendo-se que a qualidade de vida desses profissionais pode interferir direta ou indiretamente nos serviços de saúde.

Enfim, ressalta-se a necessidade de uma maior produção de incentivo a divulgação do tema em âmbito laboral, assim como realizações de novas produções científicas sobre a síndrome nos profissionais mais acometidos na atualidade, ressaltando a necessidade de incentivos a intervenções institucionais, pois se acredita que o desenvolvimento de novas pesquisas proporcionará olhares mais atentos e compreensivos a respeito da Síndrome de Burnout.

Recebido em: 12/2016

Aceito em: 12/2016

Publicado em: 12/2016

REFERÊNCIAS

1. Murofuse Neide Tiemi, Abranches Sueli Soldati, Napoleão Anamaria Alves. Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem. Rev. Latino-Am. Enfermagem [Internet]. 2005 Apr [cited 2016 Nov 12] ; 13(2): 255-261. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692005000200019&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-11692005000200019>.
2. Carlotto MS, Câmara SG. Análise fatorial do Maslach Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. Rev Psicologia em Estudo. 2004;9(3):499-505.
3. Batista JBV, Carlotto MS, Coutinho AS, Augusto LGS. Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. Rev Brasileira Epidemiologica. 2010;13(3):502-512.
4. Borges LO, Argolo JCT, Baker MCS. Os valores organizacionais e a Síndrome de Burnout: dois momentos em uma maternidade pública. Psicol: reflex crít. 2006;19(1):34-43.
5. Albuquerque FJB, Melo CF, Neto JLA. Avaliação da síndrome de burnout em profissionais da estratégia saúde da família. Psicol: reflex crít.2012;25(3):542-549.
6. Santos AFO, Cardoso CL. Profissionais de saúde mental: manifestação de stress e burnout. Estud. psicol. 2010;27(1):67-74.
7. Campos ICM, Angélico AP, Oliveira MS, Oliveira DCR. Fatores sociodemográficos e ocupacionais associados à síndrome de burnout em profissionais de enfermagem. Psicol. Reflex. Crit. 2015;28(4):764-771.
8. Mota CM, Dosea GS, Nunes PS. Avaliação da presença da Síndrome de Burnout em Agentes Comunitários de Saúde no município de Aracaju, Sergipe, Brasil. Ciênc. Saúd. colet. 2014;19(12):4719-4726.
9. Silva SCPS, Nunes MAP, Santana VR, Reis FP, Neto JM, Lima SO. A síndrome de burnout em profissionais da Rede de Atenção Primária à Saúde de Aracaju, Brasil. Ciênc. saúde coletiva. 2015;20(10):3011-3020.
10. Sobrinho CLN, Barros DS, Tironi MOS, Filho ESM. Médicos de UTI: prevalência da síndrome de burnout , característica sociodemográficas e condições de trabalho. Rev. ABEM. 2010;34(1):106-115.
11. Glasberg J, Horiuti L, Novais MAB, Canavezzi AZ, Miranda VC, Chicou FA, et al. Prevalence of the burnout syndrome among Brazilian medical oncologists. Rev. Assoc. Med. Bras. 2007;53(1):85-89.
12. Calumbi RA, Amorim JÁ, Maciel AMC, Filho OD, Teles JF. Avaliação da qualidade de vida dos anestesiológicos da cidade do Recife. Rev. Bras. Anesthesiol.2010;60(1):42-51.
13. Dias S, Queiros C, Carlotto MS. Síndrome de burnout e fatores associados em profissionais da área da saúde: um estudo comparativo entre Brasil e Portugal. Aletheia. 2010;32:4-21.
14. Rosa C, Carlotto MS. Síndrome de Burnout e satisfação no trabalho em profissionais de uma instituição hospitalar. Rev. SBPH.2005;8(2):1-15.