



## ***Bournout em profissionais de Enfermagem: prevenção e consequências***

Diego Tomas, Rafael Gomes Soares, Gleiciane Nunes da Costa, Rosalia Gabriele Neves, Verônica de Oliveira Oliveira , Silvia de Souza Carvalho, Pedro Henrique Moraes Oliveira, Natália da Silva Araújo, Deborah Sousa da Silva, Fabíola da Silva Mendes, Emily Suelle Silva Mangureira de Assis, Robert William Costa dos Santos



<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n12p1723-1729>

Artigo recebido em 22 de Outubro e publicado em 12 de Dezembro

### **RESUMO**

Este artigo tem por objetivo realizar uma revisão de literatura (RIL) acerca do bornout em profissionais de enfermagem porque é um tema que está em crescimento e os afeta em diversas maneiras seja no humor , saúde mental e saúde física. A maioria dos enfermeiros que apresentava a síndrome de burnout não praticava atividade física. Os resultados encontrados podem subsidiar o desenvolvimento de pontos relevantes de reflexão, como prevenção, detecção e condutas minimizadoras da síndrome de Burnout em residentes de enfermagem pelos serviços de treinamento das instituições promotoras desse tipo de especialidade de ensino-aprendizado. A metodologia adotada consistiu em artigos originais de preferência aqueles que possuíam estudo de casos , preferencialmente, em língua portuguesa acessados no site SCIELO.

**Palavras-chave:** Enfermagem ; Bornout ; Saúde Mental



# Bournout in nursing professionals: prevention and consequences

## ABSTRACT

This article aims to carry out a literature review (RIL) about bornout in nursing professionals because it is a topic that is growing and affects them in different ways, whether in mood, mental health and physical health. The majority of nurses who had burnout syndrome did not practice physical activity. The results found can support the development of relevant points for reflection, such as prevention, detection and behaviors that minimize Burnout syndrome in nursing residents through the training services of institutions promoting this type of teaching-learning specialty. The methodology adopted consisted of original articles, preferably those with case studies, preferably in Portuguese accessed on the SCIELO website.

**Keywords:** Bornout ; Nursing ; Mental Health



## INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout, conhecida como Síndrome de Esgotamento Profissional, é caracterizada por esgotamento psicológico, despersonalização e redução da realização pessoal no trabalho (Molero *et al*, 2018). Essa síndrome é resultante da exposição do indivíduo a situações emocionalmente exigentes durante um longo período de tempo e tem apresentado elevada prevalência entre os profissionais de saúde nos últimos anos, sendo apontada como uma ameaça potencial à qualidade dos cuidados e à segurança do paciente (Molero *et al* 2018).

A exaustão emocional é caracterizada pelos sentimentos de estar sobrecarregado e exaurido de seus recursos físicos e emocionais, levando ao esgotamento de energia para investir nas situações que se apresentam no trabalho (Maslach *et al.*, 2001). Esta dimensão é considerada qualidade central e manifestação mais óbvia da síndrome, estando associada a sentimentos de frustração diante da percepção dos profissionais de que não possuem condições de deprender energia para atender os pacientes como faziam anteriormente (Maslach & Leiter, 2008; Carlotto & Câmara, 2008).

Além de ser um problema social também é um problema ergonômico que atinge trabalhadores das mais variadas profissões. No contexto da área da enfermagem podemos citar a realidade, por exemplo, de alguns enfermeiros de unidade de terapia intensiva que sofrem influência contínua de diversos estressores encontrados no ambiente laboral. Devido ao trabalho exaustivo e tenso, esses profissionais estão mais propensos a desenvolver o estresse ocupacional (Abdo SA *et al*, 2016), que com o tempo pode desencadear a síndrome de burnout, assim como outros transtornos mentais (Bianchi R *et al*, 2015). O burnout e o estresse são os temas mais abordados por pesquisadores da área de saúde mental no trabalhador (França SPS *et al*, 2012).

O esgotamento entre os enfermeiros é frequentemente relatado como mais elevado em comparação com outros profissionais da saúde (Nordang K *et al*, 2010). Isso ocorre porque eles enfrentam situações de trabalho extremamente estressantes, além de lidar diretamente com pacientes em estado crítico, que apresentam prognósticos variados e diferentes níveis, estão em contato, frequentemente, com os pacientes além de trabalhar em múltiplos empregos e longas escalas na jornada de trabalho.

## METODOLOGIA

Este estudo é do tipo revisão integrativa de literatura (RIL). O principal objetivo do RIL é coletar, sintetizar e analisar os resultados de pesquisas científicas previamente publicadas sobre um tema específico, a fim de integrar a informação existente e fornecer uma síntese crítica e sistemática do conhecimento acumulado. Combina diferentes estratégias de pesquisa e estudo para identificar e avaliar a qualidade e consistência das evidências existentes, e também permite a comparação e integração dos resultados (Marconi; Lakatos, 2009)

Quanto à coleta de dados, esta foi realizada por meio das seguintes bases de dados: Biblioteca Eletrônica Científica na Internet (SCIELO). Para obter informação relevante sobre este tema foram consultados diferentes tipos de publicações, incluindo artigos científicos, estudos e revisões. Realizando busca com os seguintes descritores: burnout; enfermagem utilizando o operador booleano “AND”.

Quanto aos critérios de elegibilidade, foram escolhidos: artigos originais, revisões integrativas ou relato de casos, desde que disponíveis gratuitamente, publicados no período entre (2010 a 2024), sem critério para idioma ou país da publicação. Para inelegibilidade: artigos que estivessem fora do ano de publicação selecionado bem como não gratuitos.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Síndrome de Burnout é resultado da cronificação do estresse ocupacional, acarretando consequências negativas que afetam as dimensões individual, profissional, familiar, social e institucional. Nesse cenário, o trabalhador perde a capacidade de se adaptar ou readaptar às exigências do ambiente de trabalho. (Franca FM *et al*, 2012).

Um estudo realizado por acadêmicos buscou identificar a ocorrência da síndrome de Burnout em residentes de enfermagem. Através de um estudo transversal com 48 residentes de enfermagem do segundo ano com base nesse quesito foi encontrado que dez residentes (20,83%) apresentaram alterações nas três dimensões (Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Profissional) alertando para o desenvolvimento da síndrome.

Os resultados encontrados podem subsidiar o desenvolvimento de pontos relevantes de reflexão, como prevenção, detecção e condutas minimizadoras da síndrome de Burnout em residentes de enfermagem pelos serviços de treinamento das instituições



promotoras desse tipo de especialidade de ensino-aprendizado, bem como pelos serviços de saúde dos trabalhadores de instituições, que contam com tal modalidade de ensino.(Kelly *et al* , 2014).

Os enfermeiros com carga horária de 30 horas semanais foram mais acometidos pelo burnout, resultado contraditório ao pontuado pela literatura nacional, uma vez que os enfermeiros com carga horária elevada devido ao duplo vínculo empregatício sofrem uma sobrecarga laboral, e este é um dos fatores que facilita o desenvolvimento Preditores da síndrome de burnout em enfermeiros(França FM *et al* ,2012).Diante disso ,políticas precisam ser feitas.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Infere-se , portanto , que estratégias prevenção ao bornout precisam ser elaboradas com a finalidade de assegurar o bem-estar emocional desses profissionais da área da saúde.De acordo com o ministério da saúde existem algumas formas de prevenção para este problema como : Defina pequenos objetivos na vida profissional e pessoal , participar de atividades de lazer com amigos e familiares ,Fazer atividades que "fujam" à rotina diária, como passear, comer em restaurante ou ir ao cinema ,evitar o contato com pessoas "negativas", especialmente aquelas que reclamam do trabalho ou dos outros.

## REFERÊNCIAS

1. Molero Jurado MDM, Pérez-Fuentes MDC, Gázquez Linares JJ, Barragán Martín AB. Burnout in health professionals according to their self-esteem, social support and empathy profile. *Front Psychol.* 2018; 9:424.
2. Maslach, C., Leiter, M.P.(2008).Early predictors of job burnout and engagement.*Journal of Applied Psychology*, 93,498-512.
3. Maslach, C., Schaufeli, W.B., & Leiter, M.P. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397–422. Recuperado de <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-397045-9.00149-X>
4. Abdo SA, El-Sallamy RM, El-Sherbiny AA, Kabbash IA. Burnout among physicians and nursing staff working in the emergency hospital of Tanta University, Egypt. *East Mediterr Health J.* 2016;21(12):906-15.
5. Bianchi R, Schonfeld IS, Laurent E. Is burnout separable from depression in cluster analysis? a longitudinal study. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol.* 2015;50(6):1005-11.



6. França SPS, De Martino MMF, Aniceto EVS, Silva LL. Preditores da Síndrome de Burnout em enfermeiros de serviços de urgência pré-hospitalar. *Acta Paul Enferm.* 2012;25(1):68-73
7. Nordang K, Hall-Lord ML, Farup PG. Burnout in health-care professionals during reorganizations and downsizing: a cohort study in nurses. *BMC Nurs.* 2010;9:8
8. Tavares KFA, Souza NVD de O, Silva LD da, Kestenberg CCF. Ocorrência da síndrome de Burnout em enfermeiros residentes. *Acta paul enferm [Internet].* 2014May;27(3):2605. Available from: <https://doi.org/10.1590/1982019420140004>