

CAPÍTULO 16

BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA ANÁLISE DO COMPORTAMENTO APLICADA: IMPACTOS DA PRÁTICA CLÍNICA NA SAÚDE MENTAL

Sandra Larissa dos Santos Lemos

Graduada em Psicologia pelo Centro Universitário de Rio Preto (UNIRP).
Especialista em Análise do Comportamento Aplicada pelo Instituto Brasileiro de Análise do Comportamento (IBAC).
Coordenadora na MIMO Desenvolvimento Infantil.

Tiago Moreno Lopes Roberto

Graduado em Psicologia, Pedagogia e Sociologia.
Doutor em Ciências da Saúde (FAMERP)
Mestre em Psicologia da Saúde (FAMERP)
Docente da UNIRP, Faculdade Futura e UNIFAVENI.

RESUMO

As recentes transformações no mundo do trabalho têm elevado progressivamente as exigências profissionais, sobretudo nas áreas da saúde, em que o envolvimento emocional é parte inerente da atuação. Nesse cenário, a Síndrome de Burnout tem sido amplamente discutida como um problema relevante de saúde mental, caracterizado por exaustão emocional, distanciamento afetivo e redução da eficácia profissional (MASLACH; LEITER, 2016).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (2019), o Burnout é um fenômeno ocupacional resultante do estresse crônico no trabalho que não foi gerenciado de forma eficaz. Estudos recentes indicam um aumento significativo nos níveis de estresse entre profissionais da saúde, especialmente após mudanças organizacionais intensificadas nos últimos anos (WEST et al., 2016).

No contexto da Análise do Comportamento Aplicada, profissionais atuam no atendimento a indivíduos neurodivergentes por meio de intervenções individualizadas e intensivas. Essa atuação exige alto nível de envolvimento cognitivo, emocional e comportamental, configurando-se como um fator de risco para o desenvolvimento de esgotamento.

Dessa forma, este estudo tem como objetivo analisar os impactos da prática clínica contemporânea na saúde mental de profissionais da ABA, com ênfase na Síndrome de Burnout.

O presente trabalho caracteriza-se como uma revisão bibliográfica de abordagem qualitativa. Foram selecionados artigos científicos publicados majoritariamente entre 2016 e 2023, além de livros clássicos e documentos institucionais relevantes ao tema.

A busca foi realizada em bases de dados acadêmicas, considerando descritores como “Burnout”, “ABA”, “autismo” e “saúde mental no trabalho”.

Os materiais foram analisados de forma interpretativa, buscando identificar fatores de risco, impactos e estratégias de prevenção relacionados ao Burnout em profissionais da ABA.

Os dados analisados indicam que os profissionais da ABA estão expostos a múltiplos fatores de risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout. Entre os principais, destaca-se a sobrecarga de trabalho, frequentemente associada a jornadas extensas e à necessidade de realização de múltiplas sessões terapêuticas ao longo do dia.

Além disso, o manejo de comportamentos desafiadores em indivíduos neurodivergentes demanda elevado controle emocional e contínua adaptação de estratégias interventivas, fatores que podem culminar em desgaste psicológico significativo. Estudos recentes indicam que profissionais que atuam junto a populações clínicas complexas estão mais suscetíveis ao desenvolvimento de exaustão emocional (JARRUCHE et al., 2021).

Outro fator relevante diz respeito à pressão por resultados, frequentemente exercida por instituições e familiares. Tal expectativa pode suscitar sentimentos de insuficiência e frustração, sobretudo diante de progressos lentos ou variáveis no desenvolvimento dos aprendizes.

Sob a perspectiva da Análise do Comportamento, o ambiente de trabalho pode ser compreendido como um conjunto de contingências que exercem influência direta sobre o comportamento do profissional. Skinner (2003) postula que os comportamentos são mantidos por suas consequências, de modo que ambientes marcados pela baixa valorização profissional e pela escassez de reforçamento positivo tendem a favorecer o surgimento e a manutenção de respostas associadas ao estresse.

A ausência de suporte institucional, como supervisão clínica sistemática e espaços de acolhimento emocional, configura-se como um fator agravante desse cenário. Leiter e Maslach (2017) apontam que ambientes organizacionais inadequados estão diretamente associados ao desenvolvimento do Burnout.

Somam-se aos fatores já mencionados as condições contemporâneas de trabalho, marcadas pela intensificação das demandas e pela precarização das relações laborais. Em muitos contextos, terapeutas ABA atuam sob vínculos instáveis, com baixa remuneração e ausência de garantias trabalhistas, condições que ampliam a vulnerabilidade ao esgotamento profissional.

Outro aspecto relevante diz respeito ao envolvimento emocional constante inerente à prática clínica. A construção do vínculo terapêutico com indivíduos neurodivergentes, embora fundamental para o processo de intervenção, pode tornar-se fonte de desgaste quando não há delimitação clara entre a vida profissional e pessoal.

Pesquisas recentes indicam que o desequilíbrio entre vida pessoal e trabalho está diretamente associado ao aumento dos níveis de Burnout (West

et al., 2016). Nesse contexto, a ausência de estratégias de autocuidado aliada à falta de suporte institucional tende a agravar ainda mais esse quadro.

Adicionalmente, a literatura evidencia que programas de supervisão clínica e apoio organizacional são fundamentais para a prevenção do Burnout. Ambientes que promovem reconhecimento profissional, feedback positivo e condições adequadas de trabalho contribuem de forma significativa para a preservação da saúde mental dos profissionais.

Torna-se evidente que o Burnout em terapeutas ABA deve ser compreendido como um fenômeno multifatorial, que articula aspectos individuais, institucionais e sociais, especialmente em contextos marcados pela intensificação das demandas e pela instabilidade profissional. A saúde mental desses profissionais é determinante para a eficácia terapêutica, tornando imprescindível a adoção de estratégias preventivas, como supervisão contínua e valorização profissional, bem como a construção de ambientes laborais mais saudáveis, essenciais tanto para o bem-estar das equipes quanto para a qualidade das intervenções realizadas.

Assim, a consolidação de práticas mais sustentáveis no campo da ABA depende do comprometimento institucional com o bem-estar de suas equipes, elemento que reverbera diretamente na qualidade dos serviços prestados e na promoção da saúde mental coletiva.

REFERÊNCIAS

B. F. Skinner. ***Ciência e comportamento humano***. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

JARRUCHE, Layla Thamm; MUCCI, Samantha. **Síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa**. Revista Bioética, Brasília, v. 29, n. 1, p. 162–173, jan./mar. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bioet/a/RmLXkWCVw3RGmKsQYVDGGpG/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: maio de 2026.

MASLACH, Christina; LEITER, Michael P. ***Burnout***. New York: Routledge, 2017. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/303791742_Burnout. Acesso em: maio de 2026.

Organização Mundial da Saúde. **Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-11)**. Genebra: OMS, 2019.

WEST, Colin P. et al. **Interventions to prevent and reduce physician burnout: a systematic review and meta-analysis**. The Lancet, v. 388, n. 10057, p. 2272–2281, 2016. Disponível em: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(16\)31279-X/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(16)31279-X/fulltext). Acesso em: maio 2026.