

Daniela Dal Bem Gallert

Graduada em Enfermagem – UNIEURO

Pós-graduada em Saúde da Família – Faculdade Futura

Pós-graduada em Urgência e Emergência – Faculdade Futura

Thiago de Oliveira Moreira

Graduado em Medicina – UNIFESO

Especialista em Medicina da Família e Comunidade – AMB/SBMFC

Especialista em Medicina do Trabalho – AMB/ANAMT

Patrícia Moreira de Oliveira

Graduanda em Psicologia – MULTIVIX

Pós-graduada em Neuropsicologia – FAVENI

Pós-graduada em Educação Inclusiva – INTERVALE

RESUMO

Com o aumento dos distúrbios psicológicos, percebemos o quão importante é preservar a saúde mental dos profissionais que estão expostos a diversos fatores estressores. O objetivo é identificar os fatores predispostos ao desenvolvimento da síndrome de Burnout nos profissionais de enfermagem para a partir daí estratificar situações e realizar intervenções. Como método, utilizou-se a abordagem qualitativa tendo como coleta de dados artigos publicados no ano de 2022 com relevância ao tema proposto. Foram identificados 6 textos entre artigos e dissertações que contribuíram com o objetivo do presente estudo. Portanto, foi possível levantar os principais tópicos que levam o profissional de enfermagem a desenvolver estressores que consequentemente levam à síndrome de Burnout, podendo assim ser usado para melhorar a qualidade de vida no trabalho melhorando os indicadores de saúde, produção e segurança do paciente.

Palavras-chave: Burnout. Enfermagem. Fatores Desencadeantes.

INTRODUÇÃO

A Saúde do Trabalhador analisa um conjunto de fatores que interagem entre si com a finalidade de manter o equilíbrio no ambiente de trabalho, são avaliados tópicos como: o âmbito social, humano, técnico e institucional, com a finalidade de identificar e intervir em situações que possam ocasionar doenças e agravos. Possui foco na saúde física e mental,

mas a falta ou pouca informação sobre o acesso aos serviços de saúde tem se tornado grande empecilho para implantar a saúde do trabalhador. (VAZ.et.al 2022)

Partindo deste princípio, podemos pontuar diversas doenças e agravos ocasionados pelo trabalho, uma delas é o a síndrome de “Burnout”, que possui impactos negativos não apenas no âmbito individual, mas também no coletivo, afetando famílias e terceiros envolvidos no processo de trabalho. Burnout é definida como a síndrome do esgotamento do trabalho e diversos estudos apontam que os profissionais da saúde são frequentemente diagnosticados com essa síndrome em especial a categoria de enfermeiros. (PATRÍCIO et. Al. 2022)

Com a pandemia do novo Coronavírus (COVID-19), a sobrecarga física e mental dos profissionais da saúde aumentou consideravelmente, intensificando a preocupação com a saúde destes trabalhadores. (VAZ.et.al 2022)

O estudo a seguir tem objetivo de identificar os fatores agravantes para o desenvolvimento da síndrome de burnout nos profissionais de enfermagem para a partir daí estratificar situações e realizar intervenções.

DESENVOLVIMENTO

O que é a síndrome de burnout?

Burnout é uma síndrome caracterizada por três dimensões: exaustão emocional, cinismo e ineficácia no trabalho; que se apresenta como esgotamento físico e mental geralmente devido a sobrecarga no trabalho, indiferença na interação interpessoal com os colegas e frustração e descontentamento com a atuação no trabalho. Ao contrário do que se pensa, é manifestado principalmente, nas pessoas que costumam ter um bom desempenho e ser mais motivadas, sem histórico de psicoses.

O diagnóstico do Burnout pode levar meses ou anos, pois é consideravelmente difícil, suas manifestações, cognitivas, físicas, comportamentais e emocionais se assemelham a depressão, e se desenvolve por um processo lento e gradativo, quase imperceptível pelo próprio indivíduo. (PATRÍCIO et. Al. 2022)

A síndrome de Burnout, é definida como a síndrome do esgotamento profissional, ou seja, é a exposição crônica a situação de estresse, estresse esse que não é detectado e tratado corretamente. Estudos mostram que a enfermagem ocupa o quarto lugar na prevalência dessa alteração, sendo identificado principalmente em profissionais que tenham contato direto com o público, como profissionais da saúde, policiais, bombeiros e professores. (SANT'ANA et.al. 2022)

Há um consenso de que o estresse antecipa o Burnout, as duas manifestações são citadas na literatura nacional e internacional como recorrente em profissionais de enfermagem apesar disto o entendimento sobre a relação desses dois fatos é pouca conhecida. (SANT'ANA et.al. 2022)

Pesquisa feita com 113 enfermeiros e técnicos de enfermagem do estado da Bahia, com média de idade de 38,0, variando de 21 a 60 anos, identificou que onze (9,7%) avaliaram sua qualidade de vida relacionada à saúde como Ruim ou Muito ruim e 15 (13,3%) estavam insatisfeitos ou muito insatisfeitos com a sua saúde. A idade relacionou-se desfavoravelmente com os domínios: Físico, Psicológico, Relações Sociais e Meio Ambiente. (ROCHA.2021)

Causas do Burnout na enfermagem

O ambiente hospitalar, possui diversos estressores, e os profissionais de enfermagem estão expostos a situações como: construir afeto com paciente e familiares em situações-limite de dor, sofrimento e/ou morte, lidar com colegas de trabalho e outras classes profissionais, realizar jornadas extensas de trabalho, sendo plantões, superlotação hospitalar, falta de dimensionamento de pessoal e materiais, desvalorização salarial da profissão e social, além de ser um local com riscos a saúde com exposição a material biológico químico e radioativo, favorável ao adoecimento, contribuindo para o desgaste físico e emocional. (PATRÍCIO et. Al. 2022).

Para se diferenciar a síndrome de Burnout com a depressão, percebe-se que as queixas principais do indivíduo são relacionadas ao trabalho ao mesmo tempo que realiza avaliações negativas não sobre si, mas de suas habilidades profissionais. (PATRÍCIO et. Al. 2022).

Uma pesquisa realizada com enfermeiros que atuam em um setor de urgência e emergência de um hospital público situado em Caruaru-PE, ressalta a síndrome de Burnout nos profissionais que trabalham com urgência e emergência, pontuando a imprevisibilidade e a falta de comunicação da direção com os profissionais, que acabam não participando das decisões e apenas recebendo ordens, considerado um dos principais fatores desencadeadores de estresse para a equipe de Enfermagem. (SILVA et.al. 2022)

Segundo as pesquisas de Santos (2022) enfermeiros enfrentam vários riscos à saúde, estando sujeitos a contaminações por vírus ou bactérias, como por exemplo o que ocorreu na pandemia, estudos revelam que até o início de junho de 2020, mais de 600 enfermeiros no mundo haviam falecido por contaminação do COVID-19. Inclusive o Brasil, apresentou uma das maiores taxas de mortalidade de enfermeiros, chegando a corresponder 30% do total de óbitos em nível global.

Outro estudo desenvolvido com 231 enfermeiros que trabalham na especialidade oncologia, identificou que desse número 38,9% dos profissionais apresentaram síndrome de Burnout, sendo que 61,4% dos profissionais referiram ter sofrido violência relacionada ao trabalho no último ano. (SANT'ANA et.al. 2022)

Corroborando a esse indicador uma pesquisa feita com 30 enfermeiras identificou, um número mais elevado de violência verbal em torno de 27 (87%) da amostra, esses índices vêm aumentando cada vez mais,

trazendo desgaste a vida do profissional, e dificultando os atendimentos. (VELOSO.et.al 2022)

Para Sant'Ana et.al. (2022) os profissionais de enfermagem atantes na unidade de internação oncológica, apresentaram alta prevalência de estresse relacionado ao trabalho e síndrome de Burnout, que geralmente estão relacionados ao aumento da idade, acidente de trabalho, agressão física e verbal. A autorreferência do estresse está relacionada em síndrome de Burnout.

É importante ressaltar que a maioria dos profissionais de enfermagem são do sexo feminino, e culturalmente a mulher exerce a maioria dos trabalhos domésticos, ficando responsáveis pelos filhos e marido entre outros papéis sociais, comprometendo as horas vagas que deveriam ser destinadas ao lazer e descanso; entretanto este fato não apresentou diferença estatisticamente quando comparado a amostra analisada.

A alta prevalência de Burnout identificada nos profissionais de enfermagem é explicada pelas particularidades do serviço desenvolvido, lidando com pacientes em estado crítico, trabalho insalubre, mau dimensionamento de pessoal acarretando sobrecarga de trabalho, salários baixos, falta de reconhecimento e autonomia e falta de ambiência, entre outros fatores. (SANT'ANA et.al. 2022)

O que fazer para evitar o Burnout na enfermagem?

Pesquisa realizado com 220 profissionais de enfermagem de um hospital em Campina Grande, Paraíba, ressalta que a exaustão emocional é o núcleo da síndrome de Burnout e a síndrome de Burnout antecede a depressão, indicador este que corrobora com outros estudos. O fato de a enfermagem ser uma das profissões que mais desenvolvem doenças psicológicas é preocupante, pois além de interferir na vida profissional do indivíduo ele está mais propenso a ocorrências de imperícia/iatrogenia e negligência com pacientes ou colegas de trabalho, portanto seria mais vantajoso a instituição que presa por sua imagem investir na qualidade de trabalho para seus profissionais (PATRÍCIO. et.al., 2022).

É imprescindível que haja intervenções que incluem os gestores e trabalhadores em busca de alternativas para conter os fatores estressores que acaba desencadeando transtornos psiquiátricos, assim resguardando a saúde e a qualidade do processo de enfermagem. Essa demanda pode ser suprida identificando as necessidades e anseios dos profissionais, construindo liberdade de comunicação e resolução das divergências, realizar capacitações focadas em Procedimentos Operacionais Padrão (POP) de cada setor impossibilitando a ocorrência de erros, implantar acompanhamento psicológicos, flexibilizar horários e fornecer fomento salariais aos trabalhadores que investem na própria capacitação profissional. (PATRÍCIO, et.al., 2022).

Reduzir os fatores estressores: Ter recursos materiais, uma boa comunicação entre direção e linha de frente para as tomadas de decisão,

estimular o relacionamento entre os profissionais de enfermagem e de outras categorias, e também um bom ambiente de trabalho com recursos de matérias e suporte para resolver as demandas, com autonomia e controle sobre sua prática, resumindo entender evento estressores para intervir e proporcionar qualidade de vida no trabalho (SILVA et.al., 2022).

Os profissionais que possuem um ambiente de trabalho favorável para desenvolver seu trabalho com autonomia, uma boa ambiência, valorização e bom relacionamento com a equipe, apresentam menores níveis de Burnout (SANTOS, 2022).

Os trabalhadores de enfermagem sentem-se desmotivados perante a desvalorização da profissão, como a enfermagem está sempre na linha de frente são mais acometidos por casos de agressão verbal e física, estando cada vez mais presente no cotidiano, para minimizar este triste empecilho na enfermagem, medidas preventivas devem ser revistas e instaladas (VELOSO et al., 2022).

MATERIAL E MÉTODOS

Estudo com abordagem qualitativa, utilizado os descritores para realizar pesquisa no google acadêmico, resultando em aproximadamente 80 artigos que foram sendo selecionados, restando os disponíveis na íntegra e em português com publicação do ano de 2022 e excluindo revisões bibliográficas e que não tivessem relevância ao tema, resultando em um total de 6 artigos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O presente estudo demonstrou que a evolução do Burnout é multifatorial e que ganhou maior prevalência nos profissionais da saúde em especial da enfermagem no período da pandemia do COVID-19 outro fator sempre presente nos textos foi a expressiva violência entre pacientes e profissionais. Sendo de suma importância a valorização do profissional que deve ser ouvido de acordo com suas sugestões e demandas, para uma melhor interação com a equipe ou melhor processo de enfermagem. Por meio da educação permanente pode ser trabalhado saúde mental objetivando diminuir os índices de Burnout e outros distúrbios psicológicos, dando também suporte teórico.

A atuação ativa dos supervisores e gestores é primordial dando suporte e incentivo a estratégias que possibilitem profissionais a lidarem com as demandas e conflitos existentes e levem ao gerenciamento da situação.

Podemos perceber que há fatores, que por si só são entre outros são Este estudo identificou a prevalência de fatores estressores intrínsecos à rotina de trabalho dos enfermeiros, a profissão por si só já possui estressores como por exemplo situações de emergências e ter que lidar com a perda de pacientes, o que podemos trabalhar são os fatores extrínsecos, e para isso os gestores e direção devem estar empenhados e trabalhar em conjunto com

os profissionais para achar meios de reduzir a exaustão emocional e mediar conflitos (SILVA et. al., 2022).

CONCLUSÃO

Este estudo não encontrou dificuldades para coleta de dados, pois havia inúmeros artigos explorando o tema, pesquisas feitas em todas as categorias profissionais na área da saúde, e também dividido por especialidades, como Burnout no setor de oncologia, urgência e emergência e atenção básica, sendo que diferentes setores possuem diferentes conflitos e estressores para intervir. Portando conclui-se que o agrupamento das informações no presente estudo, contribui para refletir e introduzir como estratégia nas instituições para diminuir os índices de Burnout.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

PATRÍCIO. D.F. et. al. Dimensões de burnout como preditoras da tensão emocional e depressão em profissionais de enfermagem em um contexto hospitalar. **Cadernos saúde coletiva**, Campina Grande v.29 n. 4 p. 575-440, 2021 Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/cadsc/a/hBWCzSHPrijXWXD3GsPmcH4r/>>. Acessado em: 15 de dez. 2022.

ROCHA. M.A.M. Qualidade de vida relacionada à saúde de profissionais de enfermagem na Bahia durante a pandemia pela covid-19 entre setembro-2020 a maio-2021. Dissertação (Mestrado) Salvador. **Esc. Anna. Nery** 26 (spe) • 2022. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ean/a/ZSyxGCYMY3NqDqLWfhPBGZP/>>. Acessado em 15 de dez. 2022.

SAINT'ANA J.C.P. Prevalência e fatores associados ao Estresse Relacionado ao Trabalho e a síndrome de Burnout entre profissionais de enfermagem que atuam em oncologia. **Caderno saúde coletiva**, v. 29 n. 4, 2022 Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/cadsc/a/hBWCzSHPrijXWXD3GsPmcH4r/?lang=pt>>. Acessado em 15 de dez 2022.

SILVA B.M.F. Análise dos fatores estressores relacionados à Síndrome de Burnout em enfermeiros de um setor de urgência e emergência. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v.8, n.1, p. 8190-8210, 2022. Disponível em: <<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/43544>>. Acessado em 15 de dez.2022.

VAZ. C.T. et.al “Cuidando de quem cuida”: a saúde mental dos trabalhadores da atenção primária à saúde. **Brazilian Journal of Development**. Curitiba, v.8,

n.4, p. 28436-28453, 2022. Disponível em: [file:///C:/Users/cadu129/Downloads/32426-Article-367882-1-10-20220728%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/cadu129/Downloads/32426-Article-367882-1-10-20220728%20(2).pdf). Acessado em: 15 de dez. 2022.

VELOSO. E.S. et. Al. Violência sofrida pelos profissionais de enfermagem em uma unidade de pronto atendimento. Research, Society and Development, v. 11, n. 10, p. 239111032426, 2022. Disponível em: <[file:///C:/Users/cadu129/Downloads/32426-Article-367882-1-10-20220728%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/cadu129/Downloads/32426-Article-367882-1-10-20220728%20(2).pdf)>. Acessado em 15 de dez. 2022.