

**FACULDADE PATOS DE MINAS  
CURSO DE ENFERMAGEM**

**BETHÂNIA PEREIRA DOS REIS CAIXETA  
BRENDA VITORIA FONSECA LELIS**

**AS CONSEQUÊNCIAS DA SÍNDROME DE  
BOURNOUT NA EQUIPE DE ENFERMAGEM**

**PATOS DE MINAS  
2021**

**BETHÂNIA PEREIRA DOS REIS CAIXETA  
BRENDA VITORIA FONSECA LELIS**

**AS CONSEQUÊNCIAS DA SÍNDROME DE  
BOURNOUT NA EQUIPE DE ENFERMAGEM**

Artigo apresentado à Faculdade Patos de Minas como requisito parcial para a conclusão do Curso de Enfermagem

Orientador: Prof.<sup>a</sup> Me. Luiza Araújo Amâncio Sousa

## **AGRADECIMENTOS**

Ao escrever este trabalho foi exigido grande foco, esforço e persistência. Hoje com tudo pronto, vendo cada parte sendo finalizada temos um sentimento de dever cumprido, então desta forma agradecemos primeiramente a Deus que permitiu que tudo isso acontecesse, ao longo das nossas vidas, e não somente nestes anos como universitárias, mas que em todos os momentos é o maior mestre que alguém pode conhecer, a nós que fizemos nosso melhor neste trabalho, as nossas famílias pelo amor, incentivo e apoio incondicional, a nossa orientadora pelo empenho dedicado à elaboração deste trabalho e a todos que direta ou indiretamente fizeram parte de nossa formação, o nosso muito obrigada!

*A persistência é o caminho do êxito.*

*Charles Chaplin.*

# AS CONSEQUÊNCIAS DA SÍNDROME DE BOURNOUT NA EQUIPE DE ENFERMAGEM

**Autor:** Bethânia Pereira dos Reis Caixeta <sup>1\*</sup>

Brenda Vitória Fonseca Lelis <sup>2\*</sup>

**Orientador:** Luiza Araújo Amâncio Sousa <sup>\*\*</sup>

## RESUMO

A Síndrome de Burnout é considerada um transtorno mental. Burnout é uma palavra de origem inglesa que se condiz a algo que não funciona, mas por exaustão. Atinge profissionais voltados para atividades de cuidado ao próximo, em que a seu foco é o cuidado. A Síndrome de Burnout é pouco conhecida, suas manifestações são caracterizadas por esgotamento mental e redução da realização pessoal no trabalho e em casa. Considerando os profissionais da saúde como enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem, possuem grandes chances de desenvolvimento da Síndrome, por serem os profissionais da saúde que passam por contato com o paciente, com seus familiares, amigos e entes queridos dentro de hospitais, clínica, ambulância e até mesmo em cuidado domiciliar. Foi realizado um estudo de revisão bibliográfica. O intuito deste estudo foi a de levar informações sobre os principais fatores de risco que adoecem os profissionais de saúde, o aparecimento da Síndrome de Burnout e sua consequência para o profissional, local de trabalho e comunidade. Este trabalho pode servir de reflexão para profissionais quando estudantes da área.

**Palavras-chave:** Burnout, Enfermagem, Consequências.

## ABSTRACT

Burnout syndrome is considered a mental disorder. Burnout is a word of English origin that is related to something that doesn't work but because of exhaustion. It reaches professionals focused on care activities for others, in which their focus is care. Burnout Syndrome is little known, its manifestations are characterized by mental exhaustion and reduced personal fulfillment at work and at home. Considering health professionals as nurses, technicians and nursing assistants, they have great chances of developing the Syndrome, as they are health professionals who go through contact with the patient, their family, friends and loved ones within hospitals, clinics, ambulance and even in home care. A literature review study was carried out. The purpose of this study was to provide information about the main risk factors that make health professionals ill, the onset of Burnout Syndrome and its consequences

---

<sup>1\*</sup> Bethânia Pereira dos Reis Caixeta do Curso de Enfermagem da Faculdade Patos de Minas (FPM) formando no ano de 2021 e-mail bethania.10714@alunofpm.com.br.

<sup>2\*</sup> Brenda Vitoria Fonseca Lelis do Curso de Enfermagem da Faculdade Patos de Minas (FPM) formando no ano de 2021 e-mail brenda.10858@alunofpm.com.br.

<sup>\*\*</sup> Docente no curso de Enfermagem da Faculdade Patos de Minas. Especialista/Mestre/Doutor em Gestão Organizacional pela Faculdade UFG/GO, e-mail luizas.sousa@faculdadepatosdeminas.mg.gov.br.

for the professional, the workplace and the community. This work can serve as a reflection for professionals as students in the field.

**Keywords:** Burnout, Nursing, Consequences.

## 1 CONSIDERAÇÕES INICIAIS

A síndrome de Burnout afeta o hipocampo do cérebro, podendo causar falta de atenção em qualquer profissional, principalmente na equipe de enfermagem devido a pressão gerada em campo de trabalho, o trabalho é uma atividade que pode estar presente grande parte do tempo de cada pessoa, Dejours (1992), afirmava que o trabalho nem sempre possibilita realização profissional. Pode, ao contrário, causar problemas desde insatisfação até exaustão (TRIGO et al, 2007).

Percebemos que diante da rotina desses profissionais o cansaço, a sobrecarga de trabalho e observando a exaustão com a desvalorização, surgiu a ideia de aprofundar os estudos bibliográficos para poder de alguma forma contribuir com alguns conhecimentos para estudantes e trabalhadores. Desta forma é visivelmente que a equipe de enfermagem esta pré-disposta a desenvolver a Síndrome. “O stress ocupacional e suas consequências para ambos, empregador e empregado, têm sido tema de vários estudos” (GRAZZIANO, 2008, p. 19).

Buscamos nos informar e saber da existência da doença, sua importância e os sinais e sintomas "o desenvolvimento de estratégias para sua prevenção e redução, além de um desafio, é uma tarefa imprescindível para evitar o adoecimento mental e garantir a qualidade da assistência aos pacientes”(GRAZZIANO, 2008, p. 20).

Os profissionais da saúde lidam diariamente, com a dor, tristeza em muitas vezes com preconceito, escalas e turnos de trabalhos pesadas e além disso, condições precárias para atender as pessoas doentes. A principal ideia para estudo foi a de levantar informações sobre os fatores de risco que ajudam o aparecimento da síndrome e sua consequência ao indivíduo e pessoas que necessitam dos serviços deste indivíduo. É importante esclarecer que esta síndrome caracteriza-se por uma série de sintomas, podendo ocorrer com qualquer profissional, principalmente aqueles que se sobrecarregam do trabalho.

## **2 METODOLOGIA**

Este trabalho é uma revisão bibliográfica exploratória, tratando de consequências da síndrome de Burnout na equipe de enfermagem desenvolvido em 2020 e 2021. De forma objetiva e clara vem mostrar que a síndrome de Burnout acomete auxiliares de enfermagem, técnicos de enfermagem, enfermeiros da assistência ao paciente de diversos quadros clínicos, porem poucos sabem a existência desta Síndrome.

O assunto ainda é pouco falado e por este motivo foram lidos vários artigos e surgiu a iniciativa de desenvolver este trabalho devido a vivencia diariamente e diretamente com o nosso público alvo que é a equipe de enfermagem, portanto; “Vemos os profissionais cada dia mais exaustos e muito pouco valorizados o que desmotiva a equipe por ser linha de frente ao combate de várias doenças, colocando em risco sua própria vida, para salvar a de inúmeras famílias”. (BATISTA et al, 2013, p. 555).

Foram realizadas revisões bibliográficas em artigos buscando opiniões secundarias. O presente estudo caracteriza-se por ser de abordagem qualitativa/exploratória.

## **3 SÍNDROME DE BURNOUT X ESGOTAMENTO MENTAL NA ENFERMAGEM**

Como todo transtorno mental o Burnout tem a ser bastante ruim tanto para quem tem, quanto para pessoas que convivem com outras que a possuem “a Síndrome de Burnout traz consequências indesejáveis tanto para o profissional quanto para o cliente e a instituição” (MORENO et al, 2011, p.141). A Síndrome é uma resposta de estresse crônico, afetando o desempenho de tarefas, relacionamento pessoal, produtividade e até mesmo a qualidade de vida no trabalho,

e também a organização devido a exposição de uma ampla jornada de trabalho em condições extremas “A exaustão emocional é considerada como o fator central do Burnout” (TAMAYO; TRÓCCOLI, 2002, s.p).

A Síndrome de Burnout é uma resposta de estresse crônico, dificultando o desempenho de tarefas diárias, relacionamento com outras pessoas e até mesmo a qualidade e produtividade de vida do trabalho, do indivíduo e da organização devido ao contato direto com o paciente. Segundo Amaro e Jesus (2010) esta síndrome possui aspectos importantes naquelas profissões no qual permanece um maior tempo com a vida humana e onde o há grande cobrança e o perfeccionismo são elevados. Na enfermagem não poderia ser diferente, pelo contrário, o ambiente estressante e cansativo, ligado diretamente às pessoas e seus sentimentos como o de dor e perda, leva os profissionais de saúde a um constante desgaste emocional e psíquico, e isto pode desencadear várias patologias, entre elas a síndrome de Burnout ou até mesmo o esgotamento mental.

### **3.1 Síndrome de Burnout e seus sinais e sintomas na equipe de enfermagem**

Conhecendo melhor sobre a Síndrome fica mais evidente o reconhecimento de sinais e sintomas. Essa Síndrome é considerada a síndrome do esgotamento profissional ou síndrome de Burnout como doença do trabalho. Contudo tudo que sabemos sobre a síndrome é simplesmente a “exaustão emocional é caracterizada por falta de energia e entusiasmo, por sensação de esgotamento de recursos”. (MORENO et al, 2011, p.141).

É definido como uma Síndrome psicológica decorrente da tensão emocional crônica no trabalho. Trata-se de uma doença que acomete o hipocampo do cérebro, Burnout é caracterizado pelas dimensões exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal. (TAMAYO; TRÓCCOLI, 2002, s.p).

A Síndrome é considerada um dos problemas de saúde pública, sua incidência tem aumentado significativamente nos últimos anos em diversos países, inclusive no Brasil. Apresenta sintomas nas saúdes física e mental do trabalhador, prejudicando a qualidade de vida no ambiente profissional. Os principais sinais e sintomas apresentados pela enfermagem são a depressão, tendências suicidas, baixa qualidade de vida, insatisfação com o equilíbrio entre vida pessoal e trabalho.

### **3.2 Suas consequências na enfermagem**

Há um grande número de profissionais apresentando consequências da síndrome por ter uma grande sobrecarga de trabalho, dificultando ainda mais as chances de se recuperar causando o aumento do stress e a probabilidade de aumentar as chances de desenvolver novas síndromes. Com a exaustão mental pode causar “numerosos distúrbios psicossomáticos e depressão; as relações interpessoais fora do trabalho, principalmente no seio da família e também no grupo social do trabalhador” (TAMAYO, 2002, P. 27).

De forma geral, os fatores antecedentes da exaustão emocional encontrados na literatura referem-se a duas categorias: características pessoais e demandas do trabalho. As demandas do trabalho provêm da sua natureza e das condições organizacionais nas quais ele é executado. (TAMAYO, 2002, P. 27).

Entre as consequências as mais comuns são: mau rendimento no trabalho, maior quantidade de erros durante o plantão, procedimentos em pacientes errados, negligência, imprudência, falta de diálogo entre os membros da equipe de trabalho (médicos, enfermeiros, psicólogos, fisioterapeutas, nutricionistas, auxiliares de enfermagem etc.), aumento dos gastos em tempo e dinheiro, devido à alta rotatividade de funcionários, uma vez que os profissionais de saúde acometidos por Burnout são mais propensos a ausência e ao famoso “corpo presente” apresentando desatenção ao que está fazendo.

### **3.3 Prevenção e tratamento na equipe de enfermagem diagnosticada com Síndrome de Burnout**

Em toda rede hospitalar existe diferentes situações de condições de trabalho, inclusive algumas redes que são bastantes equipadas em questão de competências, estrutura e tecnologia, oferecendo condições melhores para que os profissionais tirem toda a vantagem de ter todos equipamentos. Não é assim em todas as redes hospitalares, incluído a rede SUS que não possui tantas vantagens assim, levando a sobrecarga de trabalho, número insuficiente de profissionais, com profissionais sem treinamento ou reciclagem, com excesso de demanda, com demanda inadequada, com verba insuficiente, com gerenciamento precário de recursos, sem leitos de

retaguarda e sem planejamento efetivo. Aumenta-se a dificuldade quando coexiste déficit de estrutura e de organização da rede assistencial. (DWYER, 2009, n.p).

O papel do enfermeiro exige, além de conhecimento científico, responsabilidade, habilidade técnica, estabilidade emocional, aliados ao conhecimento de relações humanas, favorecendo a administração de conflitos, que são frequentes, em especial, pela diversidade dos profissionais ali atuantes. (STUMM, 2006, p. 466).

Para sua prevenção é importante treinamentos, número maiores de funcionários para a demanda de doentes, dialogo entre trabalhador e gestor e seu tratamento inclui atividade física, necessitando as vezes de afastamento ou interação medicamentosa.

### **3.4 Síndrome de Burnout e o momento de seu conhecimento em profissionais da área da saúde**

Em 1974 a Síndrome foi detectada em profissionais da área de saúde, e Freudenberg fez a primeira publicação sobre o tema em questão depois de avaliar os sinais e sintomas e em 1981, com essa publicação Maslach e Jackson, produziram e incluíram o Inventário de Burnout de Maslach em seu estudo, onde associaram que Burnout ocorre em quaisquer membros de serviços de assistência e de instituições educacionais, que se envolvem e interagem com outras pessoas ou ficam em contato com seus problemas, sejam eles psicológicos sociais ou físicos. Na tentativa de identificar a síndrome de Burnout são reconhecidas algumas de suas fases: a Exaustão emocional constante, a Despersonalização e a Realização pessoal.

Para ROSSIL (2010), “A exaustão emocional caracteriza-se por fadiga intensa, falta de forças para enfrentar o dia de trabalho e sensação de estar sendo exigido além de seus limites emocionais”. A despersonalização é caracterizada por alienação emocional e indiferença para com os usuários do trabalho ou serviço, enquanto um declínio na realização pessoal se manifesta na falta de visão para o futuro, depressão e sentimentos de incompetência e fracasso no trabalho.

Para os profissionais de enfermagem, o desgaste físico e mental pode levar a manifestações de Burnout, afetando a produtividade e a relação enfermeiro-paciente. Em muitos casos, a profissão de enfermagem permite que seus

profissionais atuem como elo entre o paciente e a família ou entre o paciente e o médico, tornando esses profissionais responsáveis pela vida desses pacientes e “desta maneira se cria uma pressão psicológica enorme em torno deste trabalhador, que muitas vezes o leva de encontro à despersonalização e a exaustão emocional” (CARLOTTO; CÂMARA 2007).

## **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Agora que sabemos da doença é importante colocar alguns pontos para a melhora da saúde dos nossos profissionais e estudantes. Identificar a ocorrência de Burnout nos trabalhadores da saúde e da enfermagem são necessários para que não interfira na qualidade do trabalho e por ventura na qualidade de vida de cada trabalhador. A Síndrome de Burnout ainda é muito pouco estudada entre os trabalhadores envolvidos em serviços relacionados ao próximo durante a sua atividade profissional.

A pesquisa analítica mostra que a síndrome de Burnout é considerada uma resposta ao estresse emocional crônico da interação excessiva com as pessoas, é composta por três dimensões relacionadas, mas independentes: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal e no trabalho.

O trabalho relacionado a saúde espera dos profissionais uma atenção grande e prolongada a pessoas que estão em dependência, dor e mal estar, então é importante cada empresa criar métodos, métodos esses que podem ser nas escalas, jornadas e até mesmo na contratação de novos profissionais para o desempenho maior da equipe. O local de trabalho tem que estar alinhado com o bem estar.

Importante ressaltar que a partir disso, é possível ver a necessidade de diagnósticos precoces, bem como a estimativa detalhada da prevalência da síndrome para que, desta forma, suas consequências sejam prevenidas, diminuídas ou até discutidas para melhor compreensão de todos. Concluímos que a redução da Síndrome de Burnout em enfermeiros está intimamente relacionada às condições do trabalho.

## REFERÊNCIAS

ABRAMIDES; M. B. C.; CABRAL, M. do S. R. **Regime de acumulação flexível e saúde do trabalhador**, São Paulo em perspectiva, São Paulo, 17(1): 3-10, 2003.

ARAUJO, J. N. G. de. **Qualidade de vida no trabalho: controle e esconimento do mal-estar do trabalhador**. Trab. Educ. Saude, Rio de Janeiro, v. 7 n. 3, p. 550-558, nov.2009/2010.

ARAUJO, M. D. de; et al. **Formas de produzir saúde no trabalho hospitalar: uma intervenção em psicologia**, Cadernos de Psicologia Social do Trabalho, São Paulo, vol. 5, p. 35-60, 2005.

ALBALADEJO, R. **Síndrome de Burnout en el personal de enfermería de um hospital de Madrid**. Rev Esp Aslud Publica, Madrid, v.78, n. 4, 2004.

ALVEREZ, A. M. **Síndrome de Burnout en médicos de hospitales públicos de la ciudad de corrientes**. Revista de Posgrado de la Via Catedra de Medicina, Corrientes, n. 141, p. 25-44, ene.,2005.

AMARO, H.J.F.; JESUS, S.N. de. **Comportamentos comunicacionais assertivos e Burnout nos profissionais de enfermagem**. Disponível em: <http://www.forumenfermagem.org>. Acesso em: 24 julho de 2021.

CARLOTTO, M. S. **A Síndrome de Burnout e o Trabalho Docente**. Rev Psicologia em Estudo. Maringá, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan./jun. 2002.

DANTAS, Tatiana Rodrigues da Silva. **Prevalência da Síndrome de Burnout em enfermeiros da rede hospitalar de urgência e emergência no estado da Paraíba – BA**. (2011). Disponível em <https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/tede/5121/1/arquivototal.pdf>. Acesso em 22 Jun 2020.

GRAZZIANO, Eliane da Silva. **Estratégia para redução do stress e Burnout entre enfermeiros hospitalares**. Teses (2008). Disponível em [https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/7/7139/tde-14052009-101907/publico/Eliane\\_Grazziano.pdf](https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/7/7139/tde-14052009-101907/publico/Eliane_Grazziano.pdf). Acesso em 27 Jun 2021

MÜLLER, D. V. K. **A síndrome de Burnout no trabalho de assistência à saúde: Estudo junto aos profissionais da equipe de enfermagem do hospital, Santa Casa de Misericórdia de Porto Alegre.** 2004. 110 f. dissertação - Universidade Federal do Rio do Sul Grande. Escola de Engenharia. Mestrado profissionalizante em engenharia ergonômica. 2004.

O'DWYER, G.O.; OLIVEIRA, S.P.; SETA, M.H. **Avaliação dos serviços hospitalares de emergência do programa QualiSUS.** Scielo (2009). Disponível em [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141381232009000500030&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141381232009000500030&script=sci_arttext&tlng=pt). Acesso em 26 Jun 2020.

OLIVEIRA, Elias Barbosa de *et al.* **Estresse ocupacional e Burnout em enfermeiros de um serviço de emergência: a organização do trabalho.** (2017). Disponível em <https://pdfs.semanticscholar.org/abc2/d4dd153f76ea9f31959e0fecbf561c0e3a55.pdf>. Acesso em 20 Jun 2020.

PENZO D. K. **Síndrome de Burnout e os profissionais técnicos de Enfermagem: um estudo na rede hospitalar pública de Dourados-MS.** 2010. 55 f. Monografia - Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul. 2010.

SILVA, F.P.P. da. Burnout: um desafio a saúde do trabalhador. **Revista de psicologia social e institucional**, Londrina, v. 2, n. 1, jun., 2000.

SILVA, Tatiana Rodrigues da. **Prevalência da síndrome de Burnout em enfermeiros da rede hospitalar de urgência e emergência no estado de Paraíba – BR.** [S.N] (2011). Disponível em <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=BDENF&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=28930&indexSearch=ID>. Acesso em 20 Jun 2020.

SOUSA, Eliane Coelho Martins de. **A Síndrome de Burnout em Profissionais de Saúde.** Psicologado, [S.l.] (2013). Disponível em <https://psicologado.com.br/atuacao/psicologia-hospitalar/a-sindrome-de-burnout-em-profissionais-de-saude23>. Acesso em 18 Jun 2020.

STUMM, E.M.F.; MAÇALAI, R.T.; **Dificuldades enfrentadas por enfermeiros em um centro cirúrgico.** (2006). Disponível em <https://www.scielo.br/pdf/tce/v15n3/v15n3a11>. Acesso em 26 Jun 2021

TAMAYO, Alvaro. **Exaustão emocional no trabalho**. (2001). Disponível em <http://rausp.usp.br/wp-content/uploads/files/V370226.pdf>. Acessado em 26 Jun 2020.

TAMAYO, M.R.; TRÓCCOLI, B.T. **Exaustão emocional: relações com a percepção de suporte organizacional e com as estratégias de  *coping*  no trabalho**. Scielo (2002). Disponível em [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-294X2002000100005&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-294X2002000100005&script=sci_arttext). Acesso em 20 Jun 2020.