

Síndrome de Burnout na Enfermagem: fatores associados ao processo de trabalho

Burnout Syndrome in Nursing: factors associated with the work process

Síndrome de Burnout en Enfermería: factores asociados al proceso de trabajo

Recebido: 01/07/2020 | Revisado: 14/07/2020 | Aceito: 20/07/2020 | Publicado: 02/08/2020

Ashiley Lopes Barroso

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3950-8568>

Centro Universitário de Valença, Brasil

E-mail: lopesashiley@hotmail.com

Jullya Alexandria Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0306-4347>

Centro Universitário de Valença, Brasil

E-mail: jullyaalexandria@gmail.com

Cíntia Valéria Galdino

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4882-4952>

Centro Universitário de Valença, Brasil

E-mail: cintia.valerya@gmail.com

Carlos Marcelo Balbino

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0763-3620>

Universidade Federal Fluminense, Brasil

E-mail: carlosmbalbino@hotmail.com

Zenith Rosa Silvino

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2848-9747>

Universidade Federal Fluminense, Brasil

E-mail: zenithrosa@id.uff.br

Fabiana Lopes Joaquim

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1344-2740>

Universidade Federal Fluminense, Brasil

E-mail: fabykim_enf@yahoo.com.br

Resumo

O objetivo do presente estudo foi analisar os fatores que contribuíram para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout na equipe de enfermagem. Tratou-se de um estudo descritivo

exploratório de abordagem quantitativa desenvolvido em um Hospital Escola e na Maternidade Escola de uma cidade interiorana do Estado do Rio de Janeiro. A amostra de estudo foi composta por profissionais de Enfermagem (Enfermeiros e Técnicos de Enfermagem) com funções assistenciais e gerenciais das Clínicas: Médica, Cirúrgica, Unidade de terapia intensiva, Pronto Socorro Adulto, Obstetrícia, Ginecologia e Pediatria. O período de coleta de dados foi de abril a agosto de 2019. Como instrumento de coleta de dados foi aplicado o instrutivo “Maslach Burnout Inventory (MBI)” para a identificação dos fatores que contribuem para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout na população do estudo e a caracterização da clientela de estudo segundo faixa etária, sexo, setor de trabalho, tempo de serviço e carga horária de trabalho semanal. A Baixa realização pessoal foi o resultado de maior representatividade na fala do profissional de Enfermagem, associado a fatores de elevada carga de trabalho executada. Conclui-se que estratégias de intervenções tem que ser pensadas no cotidiano do processo de trabalho deste profissional, direcionadas ao ambiente e suporte as necessidades individuais e coletivas destes indivíduos com a finalidade de promover maior autonomia compartilhada a valorização em seu processo de trabalho.

Palavras-chaves: Enfermagem; Ambiente de trabalho; Esgotamento profissional; Estresse ocupacional; Saúde do trabalhador.

Abstract

The aim of the present study was to analyze the factors that contributed to the development of Burnout Syndrome in the nursing team. This was a descriptive exploratory study with a quantitative approach developed in a School Hospital and in the Maternity School of a rural city in the State of Rio de Janeiro. The study sample consisted of nursing professionals (nurses and nursing technicians) with care and managerial functions in the Clinics: Medical, Surgical, Intensive Care Unit, Adult Emergency Room, Obstetrics, Gynecology and Pediatrics. The data collection period was from April to August 2019. As a data collection instrument, the instructional “Maslach Burnout Inventory (MBI)” was applied to identify the factors that contribute to the development of Burnout Syndrome in the study population and the characterization of the study clientele according to age group, sex, work sector, length of service and weekly workload. Low personal fulfillment was the result of greater representativeness in the nursing professional's speech, associated with factors of high workload performed. It is concluded that intervention strategies have to be thought about in the daily work process of this professional, directed to the environment and support the

individual and collective needs of these individuals in order to promote greater shared autonomy and valorization in their work process.

Keywords: Nursing; Working environment; Professional exhaustion; Occupational stress; Worker's health.

Resumen

El objetivo del presente estudio fue analizar los factores que contribuyeron al desarrollo del Síndrome de Burnout en el equipo de enfermería. Fue un estudio exploratorio descriptivo con un enfoque cuantitativo desarrollado en un Hospital Docente y en la Escuela de Maternidad de una ciudad rural en el Estado de Río de Janeiro. La muestra del estudio consistió en profesionales de enfermería (enfermeras y técnicos de enfermería) con funciones de atención y gestión en las clínicas: unidad médica, quirúrgica, de cuidados intensivos, sala de emergencias para adultos, obstetricia, ginecología y pediatría. El período de recopilación de datos fue de abril a agosto de 2019. Como instrumento de recopilación de datos, se aplicó el "Inventario de Burnout de Maslach (MBI)" para identificar los factores que contribuyen al desarrollo del Síndrome de Burnout en la población de estudio y la caracterización de la clientela del estudio según grupo de edad, sexo, sector laboral, duración del servicio y carga de trabajo semanal. El bajo rendimiento personal fue el resultado de una mayor representatividad en el discurso del profesional de enfermería, asociado con factores de alta carga de trabajo realizada. Se concluye que las estrategias de intervención deben ser pensadas en el proceso de trabajo diario de este profesional, dirigidas al medio ambiente y apoyar las necesidades individuales y colectivas de estos individuos para promover una mayor autonomía compartida y valorización en su proceso de trabajo.

Palabras clave: Enfermería; Ambiente de trabajo; Agotamiento profesional; Estrés ocupacional; Salud del trabajador.

1. Introdução

A saúde mental envolve o bem-estar, a autoeficácia, a autonomia, a competência e a autorrealização intelectual e emocional do indivíduo. Este conceito agregado à saúde do trabalhador indica que estar saudável ou não pode ser determinado pela interação do trabalhador, suas estruturas de suporte mental e os elementos do processo de trabalho (França, *et al.*, 2014).

O exercício da profissão de enfermagem requer saúde física e mental, mas raramente os profissionais recebem apoio para exercer sua função diante da rotina (Zomer & Gomes, 2017).

O trabalho está completamente relacionado a aspectos psicológicos importantes na formação da autoestima, porém ele pode ser sentido como um fardo pesado pelo cansaço e desgaste que causa, apresentando riscos à estabilidade do equilíbrio no ser humano (Evangelista & Ribeiro, 2020), quando é exercido por necessidade e não por prazer.

Ainda para Zomer & Gomes (2017) quando os indivíduos não conseguem distinguir vida profissional de vida pessoal, se tornando apenas o que fazem enquanto trabalhadores, desenvolvem a perda de identidade.

A síndrome de Burnout é uma síndrome psicológica, caracterizada por três dimensões (Sé *et al.*, 2020): Exaustão emocional, que leva a sensação de esgotamento, tensão emocional, falta de energia; despersonalização, levando à insensibilidade, frieza no tratamento aos pacientes, familiares e colegas de trabalho; diminuição da realização pessoal.

As pessoas sentem-se infelizes consigo próprias e insatisfeitas com seu desenvolvimento profissional (Silva, 2015). Notou-se que as dificuldades encontradas na profissão de enfermagem não são as únicas responsáveis pelo sofrimento psíquico e físico dos indivíduos que a exercem, pois existem estudos no Brasil que associam a Síndrome Burnout entre profissionais da área da saúde (Monteiro *et al.*, 2016).

Burnout é reconhecida como um dos grandes fenômenos psicossociais que prejudicam a qualidade de vida de profissionais de diversas áreas, cujas profissões os expõem à tensão e estresse excessivo, como aquelas que lidam com saúde, educação e serviços humanos, gerando uma questão ocupacional e social (Silva, 2015).

Em relação à enfermagem, mostraram-se estressantes os fatores relacionados ao sexo, idade, satisfação com o trabalho, ambientes abertos/fechados, ruídos, iluminação, infraestrutura, recursos materiais, para desenvolver o trabalho, recursos humanos, mais de um vínculo empregatício, formação profissional, relacionamento interpessoal, relação entre a teoria e a prática, atividades burocráticas e atuação assistencial/gerencial (Zomer & Gomes, 2017).

As situações peculiares da profissão faz com que a empatia, a solidariedade, sofrimento alheio e o luto passem a ser não mais apenas um problema da família/paciente,

Assim, a questão que norteou este estudo foi: Quais fatores contribuem para a Síndrome de Burnout e o seu agravamento, na equipe de enfermagem?

O objetivo geral da pesquisa foi: analisar os fatores que contribuem para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout na equipe de enfermagem. E Objetivos específicos: caracterizar a amostra do estudo de acordo com sexo, faixa etária, categoria profissional, carga horária de trabalho e setor no qual está inserido; traçar o perfil dos profissionais mais suscetíveis a desenvolver Burnout; identificar os fatores que contribuem para a Síndrome de Burnout.

Embora a síndrome de Burnout não seja amplamente conhecida, é de grande relevância o estudo da mesma para que o desempenho dos profissionais da saúde não seja prejudicado pelos seus efeitos e nociva aos pacientes e familiares que estão sob os seus cuidados.

2. Metodologia

Trata – se de um estudo descritivo exploratório de abordagem quantitativa.

O cenário foi um Hospital Escola e a Maternidade Escola de uma cidade interiorana do Estado do Rio de Janeiro onde foram realizadas as abordagens em uma amostra de 50 (19,23%) profissionais de Enfermagem (Enfermeiros e Técnicos de Enfermagem) que exercem funções assistenciais e gerenciais nos setores: Médica, Cirúrgica, Unidade de terapia intensiva, Pronto Socorro adulto, Obstetrícia, Ginecologia e Pediatria. O período de coleta de dados foi de abril a agosto de 2019.

Como instrumento de coleta de dados foi aplicado o Maslach Burnout Inventory (MBI) foi utilizado para avaliação, em sua versão adaptada e validada para o Português, com profissionais de enfermagem para a identificação dos fatores que contribuem para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout na população do estudo. Também foi realizada a caracterização da clientela de estudo, segundo faixa etária, sexo, setor de trabalho, tempo de serviço e carga horária de trabalho semanal.

Os critérios de inclusão para os participantes da pesquisa foram: ser funcionário da empresa com vínculo empregatício, e ser maior de 18 anos de idade. Foram excluídos os funcionários com menos de três meses de atuação na empresa e profissionais de férias e licenciados.

Os dados foram analisados mediante a tabulação dos dados e comparabilidade dos achados padronizados a interpretação do MBI.

O presente estudo foi submetido ao Comitê de Ética e pesquisa conforme a resolução 466/2012, sendo aprovado pelo parecer de número 3.833.347.

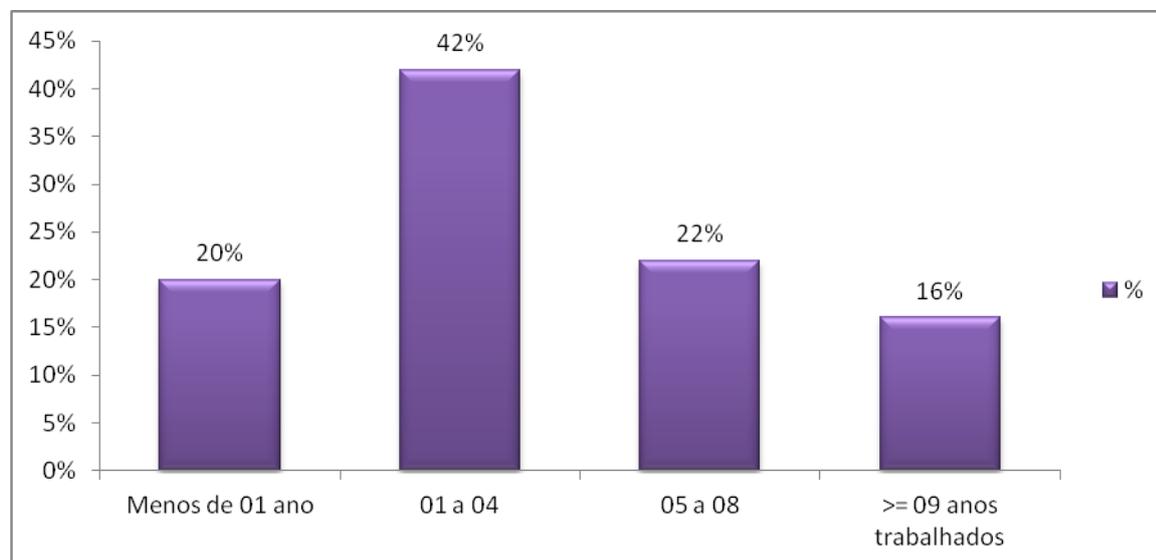
3. Resultados e Discussão

Participaram do presente estudo 50 profissionais de enfermagem, sendo 18% (09) do sexo masculino e 82% (41) do sexo feminino. A faixa etária predominante do estudo concentrou-se entre 26 a 30 anos de idade 28% (14 profissionais), seguido de 31 a 35 anos de idade 22% (11 profissionais), os valores das demais faixas etárias foram: 16% (08) entre 18 e 25 anos de idade, 14% (07) pessoas entre 36 e 40 anos, 10% (05 profissionais) entre 16 e 50 anos e o mesmo percentual e representatividade para faixa etária de 41 a 45 anos.

Como demonstrado nos participantes da pesquisa, o sexo predominante foi o feminino (82%) e a faixa etária predominante foi de 26 a 30 anos (28%). Não foram encontrados artigos ou literaturas que destaquem tais fatores como influenciadores à Síndrome de Burnout, visto que em nosso estudo, o sexo e faixa etária foram de demanda espontânea, o que impede relacionar tais dados ao desencadeamento da Síndrome.

Em relação ao tempo de serviço observou-se no Gráfico 1, a predominância de profissionais de 01 a 04 anos de trabalho.

Gráfico 1 - Tempo de serviço da amostra de profissionais do estudo.



Fonte: Autores.

O Burnout é uma síndrome psicológica ocasionada pela forte tensão emocional crônica associada ao estresse ocupacional severo, está ligado aos sentimentos, condutas e ao estresse laboral, que podem trazer ao indivíduo sensações de mal-estar, impedindo o profissional de realizar atividades (Jantsch, Costa & Pissaia, 2018). As primeiras

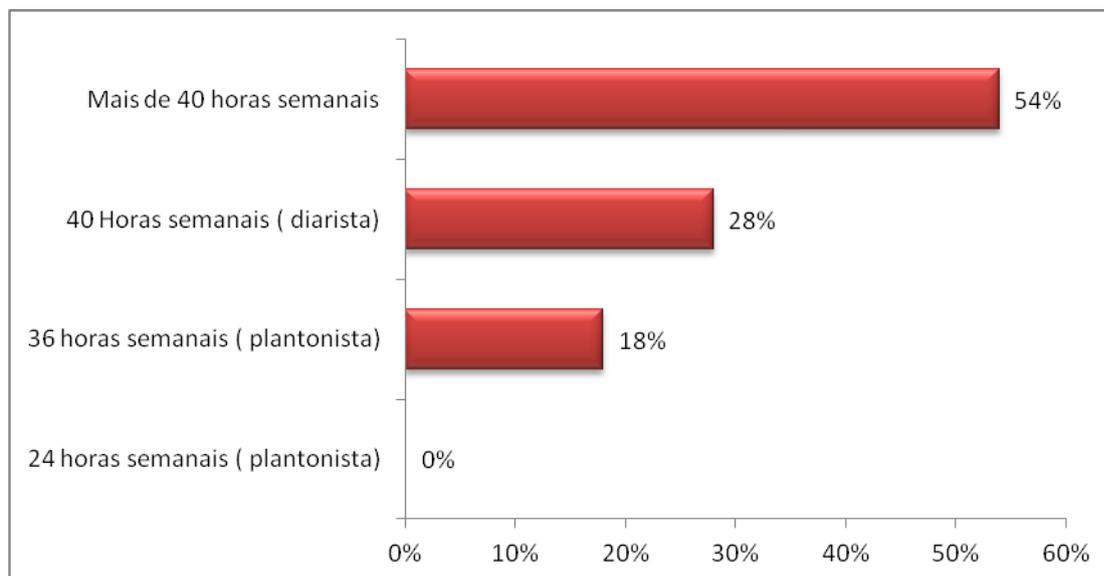
manifestações da síndrome do burnout foram observadas em membros da equipe de enfermagem, e os sintomas da síndrome iniciam-se como uma exaustão emocional seguido pelo desenvolvimento de sentimentos e atitudes negativas, finalizando com o aparecimento de sentimentos de falta de realização pessoal no trabalho, afetando a eficiência e capacidade para efetuação das tarefas. (Abreu, et al., 2015).

O estresse contribui para a insatisfação e desmotivação do profissional no trabalho, levando-o a atuar mecanicamente nesse ambiente, sem desenvolver seu conhecimento, competência e habilidade (Zomer & Gomes, 2017).

Nota-se que o estresse interfere tanto na vida quanto no ambiente de trabalho da pessoa, quando este se torna crônico e associado ao trabalho, a pessoa desenvolve a Síndrome de Burnout (Hanzelmann *et al.*, 2020).

Não só a importância do tempo de serviço deste profissional, mas como também, analisar a sua carga horária semanal de serviço, podem ser considerados fatores para a pesquisa do estresse laboral que levam a Síndrome de Burnout.

Gráfico 2 - Carga horária de trabalho semanal da amostra do estudo.



Fonte: Autores.

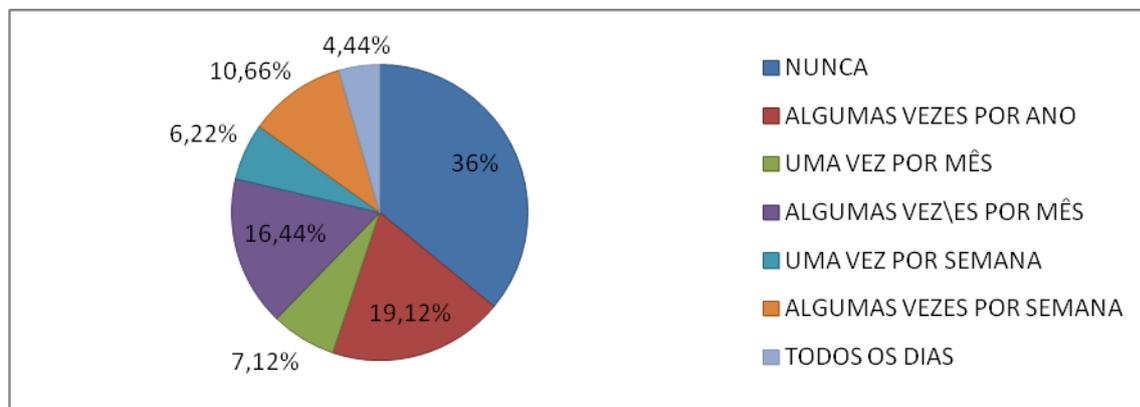
De acordo com a organização do trabalho, o piso salarial inferior à carga horária; a sobrecarga de trabalho; as faltas de valorização profissional, de autonomia e autoridade na tomada de decisões, influenciam na manifestação do estresse crônico, reconhecendo a enfermagem como uma das profissões com maior incidência de Burnout (Silva et al., 2015).

O trabalho dos profissionais de enfermagem possui características que predispõem a um nível de sofrimento que vai além do estresse, como: sobrecarga de trabalho, desgaste físico e emocional, contato direto com pessoas que necessitam de ajuda, contato com a morte e com o sofrimento de outras pessoas (Oliveira & Cunha, 2014).

A carga horária influencia no físico e emocional do profissional, que contribui para o desgaste do indivíduo, que com tempo passa a mecanizar suas ações sem estímulos para desenvolver suas funções, por conta da desvalorização profissional.

Em continuidade ao processo de análise discussão dos dados observou-se no Gráfico 3 as frequências relacionadas às afirmações que caracterizam a Exaustão emocional, (segunda subescala da Síndrome de *Burnout*).

Gráfico 3 - Padrão de resposta para a caracterização da exaustão emocional.



Fonte: Autores.

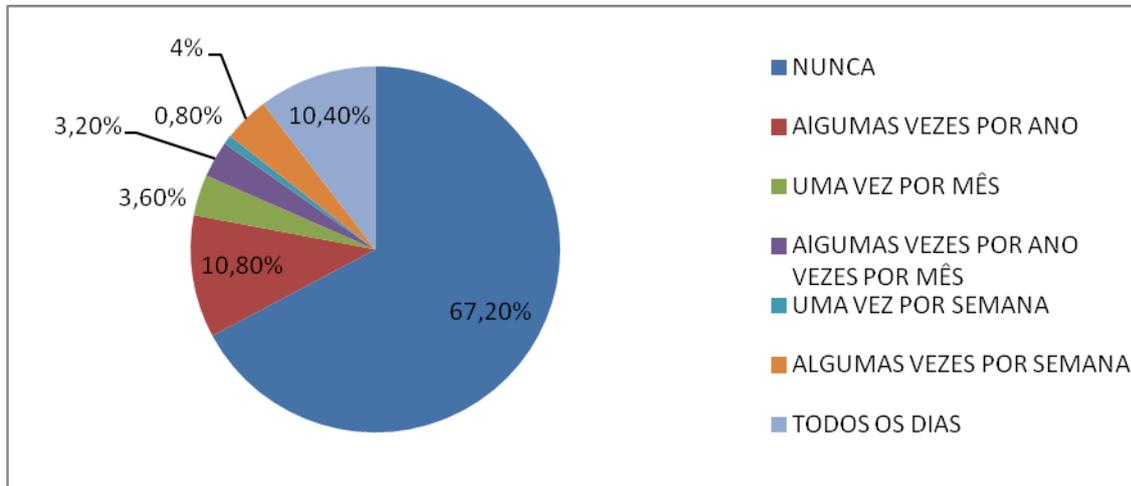
De acordo com os dados apresentados, as pontuações para a classificação “Nunca” apresentaram valores elevados, com uma média percentual de 36%. Para as demais pontuações nas afirmativas, as médias percentuais foram: 19,12 % para “Algumas vezes no ano”, 7,12 % “uma vez por mês”, 16,44% Algumas vezes por mês; 6,22 % para uma vez por semana , 10,66% para algumas vezes por semana e 4,44% todos os dias.

A Exaustão emocional é caracterizada pela sensação de esgotamento, tensão emocional e falta de energia (Silva, 2015). Esses trabalhadores têm como ofício o cuidado constante com pacientes e, nesse contexto, presenciam frequentemente casos de morte e luto, sendo exposto às tensões emocionais de tais eventos, o que pode levar ao aparecimento da síndrome (Medeiros-Costa *et. al.*, 2017).

A Exaustão Emocional ocorre quando o indivíduo se esgota física e psicologicamente, deixando de realizar o seu trabalho com vitalidade e prazer, por não possuir mais energia.

No Gráfico 4 encontramos os dados relacionados a variável despersonalização, importante elemento da Síndrome de Burnout, caracterizada por, insensibilidade, frieza no tratamento aos pacientes, familiares e colegas de trabalho (Silva,2015).

Gráfico 4 - Padrão de resposta para a caracterização da despersonalização.



Fonte: Autores.

Observa – se no Gráfico 4 que os profissionais apresentaram altas pontuações para a classificação na variável “Nunca”, com média percentual de 67,2% das afirmações, a média percentual apresentada às demais variáveis foram: 10,8 % para “Algumas vezes no ano”, 3,6 % “ uma vez por mês”, 3,2% Algumas vezes por mês; 0,8 % para uma vez por semana , 4% para algumas vezes por semana e 10,4% todos os dias.

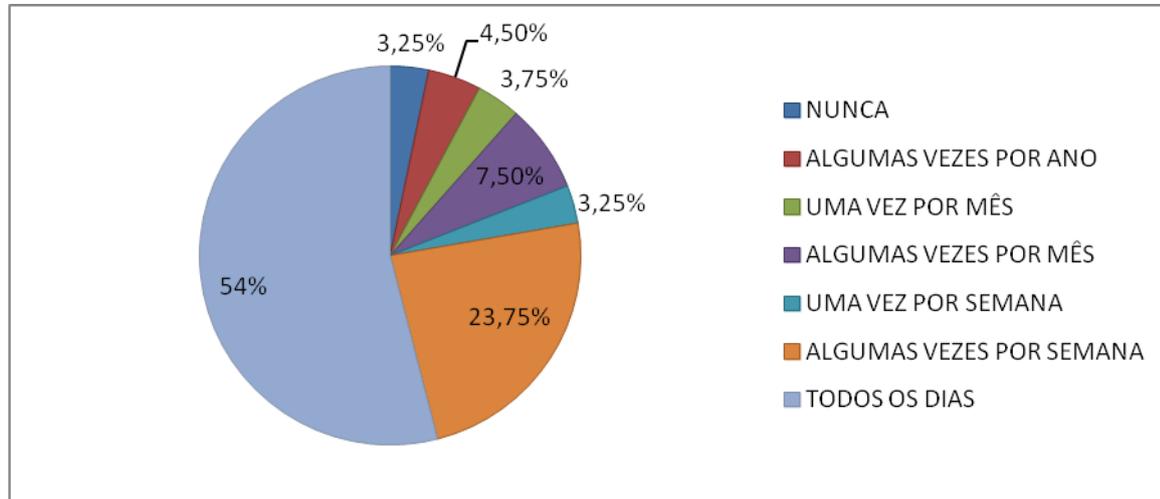
A dimensão despersonalização ocorre quando a situação em que o profissional passa a tratar os pacientes, colegas e a organização como objetos. Os trabalhadores podem desenvolver uma insensibilidade emocional, está ligada à conjuntura interpessoal da síndrome, em que atitudes negativas e de cinismo são direcionadas às pessoas destinatárias do trabalho. A despersonalização se caracteriza como uma perda de compaixão para com os outros (Medeiros-Costa *et. al.*, 2017).

A despersonalização atrapalha no atendimento ao paciente, na empatia do profissional, na qualidade do serviço ofertado, visto que a frieza e a insensibilidade são características evidentes nessa dimensão.

Em relação à Baixa Realização Pessoal, observou-se no Gráfico 5, que a média percentual de para a resposta “Nunca” foi de 3,25% das afirmações, a média percentual apresentada às demais variáveis foram: 4,5% para “Algumas vezes no ano”, 3,75% “ uma vez

por mês”, 7,5% Algumas vezes por mês; 3,25 % para uma vez por semana , 23,75% para algumas vezes por semana e 54% todos os dias.

Gráfico 5 - Padrão de resposta para a caracterização da Baixa realização Pessoal.



Fonte: Autores.

A baixa Realização Profissional ocorre na sensação de insatisfação que a pessoa passa a ter com ela própria e com a execução de seus trabalhos, derivando daí, sentimentos de incompetência e baixa autoestima (França et al., 2014). É definida como a tendência do trabalhador a se ver de forma negativa. O profissional se sente infeliz e insatisfeito com seu desenvolvimento profissional, o agravante sentimento de fracasso e culpa, impossibilitando o profissional de executar suas atividades diárias (Jantsch, Costa & Pissaia, 2018), também apresenta sentimento de impotência, baixa confiança em sua capacidade para desenvolver suas atividades laborais, sentimento de ineficiência, inutilidade e fragilidade na sua autonomia.

4. Considerações Finais

Conclui-se com o presente estudo, de acordo com a amostra estudada, que “Baixa realização pessoal” é a de maior representatividade na fala do profissional de Enfermagem entrevistado, associado a fatores de elevada carga de trabalho realizada por tais profissionais, evidenciando-se com a maioria apresentando mais de 40 horas semanais.

Ter uma realização pessoal é um dos objetivos de vida das pessoas, onde para alcançá-lo estas se dedicam com esforços e ações importantes em seu cotidiano. No entanto, quando

estas ações não são valorizadas ocorre um acúmulo de sensações que podem predispor o adoecimento. Outro fator contribuinte percebido é a sobrecarga de trabalho por parte destes profissionais, sendo um fator importante que se soma a baixa realização pessoal a interferir na manifestação da Síndrome.

No processo de trabalho em saúde, em especial o profissional de enfermagem enfrenta em alguns setores onde desenvolvem suas atividades laborais o estresse, por ser difícil prever o tipo de situação em que o profissional irá lidar, abdicando do autocuidado preventivo, a exemplo o descanso, devido ao excesso de trabalho criando em si também sensações de frustração diante de experiências sem retornos individuais, o que reflete em seu adoecimento.

Estratégias de intervenção têm que ser pensadas no cotidiano do processo de trabalho deste profissional, direcionadas ao ambiente, a autonomia e suporte as necessidades individuais e coletivas deste indivíduo.

Sugere-se para o desenvolvimento de novas pesquisas a elaboração de um planejamento com estratégias relacionadas a atenção deste profissional, tais como, revisão da carga horária versus períodos de descanso para minimizar o problema, assim como a atenção a saúde mental deste profissional na finalidade de promover maior autonomia compartilhada a valorização em seu processo de trabalho.

Referências

Abreu, A. S., Moreira, E. A., Leite, S. F., Teixeira, C. C., Silva, M. E., Cangussu, L. M. B., Barbosa, D. C. M., & Freitas, D. F. (2015). Determinação dos sinais e sintomas da síndrome de burnout através dos profissionais da saúde da Santa Casa de Caridade de Alfenas Nossa Senhora do Perpétuo Socorro. *Revista da Universidade Vale do Rio Verde*, 13(1),201-38.

Evangelista, D. S., & Ribeiro, W. A. (2020). Síndrome de Burnout e o estresse vivenciados pelos enfermeiros do centro de terapia intensiva: uma revisão de literatura. *Research, Society and Development*, 9(7), e733974327.

França, T. L. B., Oliveira, A. C. B. L., Lima, L. F., Melo, J. K. F., & Silva, R. A. R. (2014). Síndrome de burnout: características, diagnóstico, fatores de risco e prevenção. *Rev enferm UFPE on line*, 8(10),3539-46

Hanzelmann, R., Pereira, E., Velasco, A., Silva, A., Oliveira, E., & Passos, J. (2020). Estresse de professores do ensino fundamental: ambiente em evidência. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 9 (8), e53982910.

Jantsch, N., Costa, A. E. K., & Pissaia, L. F. (2018). Síndrome de Burnout: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 7(1),01-18.

Medeiros-Costa, M. E., Maciel, R. H., Rêgo, D. P. D., Lima, L. L. D., Silva, M. E. P. D., & Freitas, J. G. (2017). Occupational Burnout Syndrome in the nursing context: an integrative literature review. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 51.

Monteiro, J. K., Grisa, G. H., Sobrosa, G. M. R., & Rodrigues, M. L. A. (2016). Fatores associados à Síndrome de Burnout em profissionais que tratam da saúde da mulher. *Revista de Psicologia da IMED*, 8(1), 3-13.

Oliveira, L. P. S., & Araújo, G. F. (2016). Características da síndrome de burnout em enfermeiros da emergência de um hospital público. *Revista Enfermagem Contemporânea*, 5(1).

Oliveira, R. J., & Cunha, T. (2014). Estresse do profissional de saúde no ambiente de trabalho: causas e consequências. *Caderno Saúde e Desenvolvimento*,3(2),78-93.

Sé, A., Machado, W., Passos, J., Gonçalves, R., Cruz, V., Bittencourt, L., Paiva, A., & Figueiredo, N. (2020). Prevalência da síndrome de burnout em enfermeiros do atendimento pré-hospitalar. *Research, Society and Development*, 9(7), e940975265.

Silva, S. C. P. S., Nunes, M. A. P., Santana, V. R., Reis, F. P., Machado Neto, J., & Lima, S. O. (2015). A síndrome de burnout em profissionais da Rede de Atenção Primária à Saúde de Aracaju, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20, 3011-20.

Zomer, F. B., & Gomes, K. M. (2017). Síndrome de burnout e estratégias de enfrentamento em profissionais de saúde: uma revisão não sistemática. *Revista de Iniciação Científica*, 15(1), 55-68.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Ashiley Lopes Barroso – 20%

Jullya Alexandria Costa – 20%

Cíntia Valéria Galdino – 30%

Carlos Marcelo Balbino – 10%

Zenith Rosa Silvino – 10%

Fabiana Lopes Joaquim – 10%