



## O DIAGNÓSTICO DIFERENCIAL ENTRE A SÍNDROME DE BURNOUT E A DEPRESSÃO

PAULA BRAGA ANDRADE; FERNANDA BRAGA ANDRADE; VITTORIA MARIA SILVA PEDROSA

**INTRODUÇÃO:** O local de trabalho moderno é caracterizado por proporções significativas de pessoas que se sentem exaustas, sofrem de problemas de saúde, podem estar tomando antidepressivos ou outros medicamentos erroneamente, o que pode contribuir para sentimentos de eficácia diminuída. A confluência dos citados destaca a importância de esclarecer a relação entre burnout e depressão de modo a evitar uma abordagem unidimensional do bem-estar do ser humano. **OBJETIVOS:** Identificar possíveis critérios para diagnóstico diferencial entre Síndrome de Burnout e depressão. **METODOLOGIA:** Revisão bibliográfica utilizando artigos científicos dos bancos de dados Scielo, BMC e PubMed. **RESULTADOS:** A Síndrome de Burnout (SB) é caracterizada pela sensação de exaustão relacionada ao contexto ocupacional. Entretanto, esse problema advém não apenas de fatores profissionais. As manifestações, incluindo sintomas somáticos, emocionais e cognitivos, muitas vezes coexistem com a depressão. Historicamente, o burnout tem sido difícil de separar da depressão, devido a sintomatologia semelhante. Ambos os distúrbios mentais estão associados a diminuição da performance, absenteísmo, anedonia e sentimentos de inutilidade, como também, podem apresentar ideação suicida. Por outro lado, vários pesquisadores acreditam que a Síndrome de Burnout e depressão são dois diagnósticos distintos e que a exaustão emocional não está relacionada à depressão. Destacando que o burnout está relacionado ao trabalho e é específico da situação, enquanto a depressão é independente do contexto e abrangente. De fato, há discordância entre a sobreposição da Síndrome de Burnout e a depressão. A evidência para a validade discriminante do burnout em relação à depressão tem sido fraca, tanto em nível empírico quanto teórico. **CONCLUSÃO:** Durante a última década, as pesquisas sobre a relação entre esses dois distúrbios mentais cresceram. No entanto, a questão de até que ponto o burnout se diferencia da depressão, ou se eles se complementam, permanece sem resposta. Portanto, são necessários mais estudos que examinem a base psicossocial e neurobiológica da Síndrome de Burnout, bem como sua relação com outras doenças. Objetivando estabelecer um consenso clínico que caracteriza a SB e protocole critérios de diagnósticos diferenciais. Por conseguinte, construir planos de tratamento mais focados.

**Palavras-chave:** Síndrome de burnout, Depressão, Transtornos mentais, Saúde mental, Diagnóstico diferencial.