SINDROME DE BURNOUT NA ENFERMAGEM: UM PROBLEMA CRESCENTE E SUAS IMPLICAÇÕES PARA PROFISSIONAIS E PACIENTES.

EDVANIA DA SILVA MOREIRA; LUCILENE APARECIDA GONÇALVES DOS SANTOS

RESUMO

A síndrome de Burnout é um problema real e crescente na enfermagem, que pode afetar a saúde mental dos profissionais e a qualidade do cuidado prestado aos pacientes. É um tema de grande relevância para a saúde pública, considerando que a enfermagem é uma das profissões mais importantes para a manutenção da saúde e do bem-estar da população. Diante disso, este estudo tem como objetivo realizar uma revisão bibliográfica acerca dos fatores de risco, identificando sintomas, e meios de prevenção e tratamento. A pesquisa se justifica pela necessidade de se aprofundar o conhecimento acerca da síndrome de Burnout na enfermagem, com o objetivo de fornecer subsídios para a prevenção e o tratamento desse problema. Além disso, a pesquisa também contribuirá para a conscientização dos profissionais de saúde sobre a importância da adoção de práticas saudáveis de trabalho e bem-estar para a promoção de sua própria saúde mental e emocional. Para realizar a pesquisa será utilizada a metodologia de revisão bibliográfica, com a análise de artigos científicos e livros sobre o tema. Os resultados prévios apontaram que a síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem é influenciada por diversos fatores de risco, tais como a sobrecarga de trabalho, falta de reconhecimento, conflitos interpessoais e baixo suporte social; os sintomas incluem exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal. Por outro lado, foram identificadas práticas saudáveis de trabalho e bem-estar que podem prevenir a doença, tais como o estabelecimento de limites para o trabalho, a prática de atividades físicas, a busca por hobbies e atividades de lazer e a manutenção de um bom relacionamento interpessoal. Além disso, a criação de ambientes de trabalho saudáveis e positivos, que ofereçam apoio e reconhecimento aos profissionais, também se mostrou fundamental para a prevenção desta doença. Por fim, a conclusão aponta que a prevenção e o tratamento da síndrome de Burnout devem ser uma preocupação constante das organizações e dos profissionais da saúde, a fim de garantir a qualidade do cuidado prestado aos pacientes e a saúde dos profissionais da enfermagem.

Palavras-chave: Saúde Mental; Saúde do Trabalhador, Prevenção; Qualidade do cuidado; Profissional de Enfermagem

1. INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout é um fenômeno cada vez mais comum na sociedade contemporânea e pode afetar diversas áreas profissionais, incluindo a enfermagem. Esse quadro clínico é caracterizado por exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal no trabalho, e pode ter consequências graves para a saúde e a qualidade de vida dos profissionais.

Nesse contexto, é importante investigar os fatores de risco que contribuem para o

DOI: 10.51161/conbrasau2023/18600

desenvolvimento da síndrome de Burnout na enfermagem, assim como os sintomas apresentados pelos profissionais que sofrem com essa condição. Além disso, é fundamental buscar estratégias eficazes para a prevenção e o tratamento da síndrome, de modo a minimizar o impacto negativo que ela pode ter na vida dos trabalhadores.:

Para atingir esses objetivos, será realizada uma revisão sistemática da literatura sobre a síndrome de Burnout na enfermagem. Serão consultadas bases de dados como PubMed, Scopus e Web of Science, bem como periódicos científicos na área de saúde, utilizando termos de busca como "Burnout", "nursing", "risk factors", "prevention" e "treatment".

Serão incluídos estudos publicados em português, inglês e espanhol, com foco na síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem, incluindo estudos de prevalência, fatores de risco, sintomas, prevenção e tratamento. Serão excluídos estudos que não sejam relacionados à área de saúde ou que não apresentem dados relevantes para a temática proposta.

A seleção dos estudos será realizada de forma independente por dois revisores, que avaliarão a qualidade metodológica dos artigos selecionados utilizando a escala de Jadad e a Cochrane Risk of Bias Tool. Será realizada uma análise qualitativa dos dados, buscando identificar os principais fatores de risco, sintomas e estratégias de prevenção e tratamento da síndrome de Burnout na enfermagem.

A síndrome de Burnout é um problema crescente na sociedade contemporânea e pode afetar gravemente a saúde e a qualidade de vida dos profissionais de enfermagem. No entanto, ainda há muita lacuna na literatura sobre a temática, especialmente em relação aos fatores de risco, sintomas e estratégias de prevenção e tratamento da síndrome.

Portanto, a realização de uma revisão sistemática sobre a síndrome de Burnout na enfermagem é de extrema relevância, uma vez que pode contribuir para o avanço do conhecimento científico sobre o tema e subsidiar a adoção de medidas preventivas e terapêuticas mais eficazes na prática clínica.

O objetivo deste trabalho é realizar uma revisão sistemática da literatura sobre a síndrome de Burnout na enfermagem, investigando os fatores de risco, sintomas, estratégias de prevenção e tratamento dessa condição.

2 MATERIAS E MÉTODOS

Será realizada uma revisão sistemática da literatura sobre a síndrome de Burnout na enfermagem, visando atingir nossos objetivos. Para isso, vamos consultar diversas bases de dados, como PubMed, Scopus e Web of Science, além de periódicos científicos na área da saúde. Os termos de busca que serão utilizados são "Burnout", "nursing", "risk factors", "prevention" e "treatment".

Os estudos que serão incluídos na revisão serão aqueles que foram publicados em português, inglês e espanhol, com foco na síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem. Nossa análise abrangerá estudos que pesquisaram a prevalência, fatores de risco, sintomas, prevenção e tratamento. Serão excluídos aqueles estudos que não apresentam informações relevantes ou não estejam relacionados à área da saúde.

Dois revisores independentes vão selecionar os estudos e avaliar sua qualidade metodológica utilizando a escala de Jadad e a Cochrane Risk of Bias Tool. Em seguida, será feita uma análise qualitativa dos dados coletados para identificar os principais fatores de risco, sintomas e estratégias de prevenção e tratamento da síndrome de Burnout na enfermagem.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados da revisão bibliográfica indicam que a sobrecarga de trabalho e a falta de apoio são fatores de risco significativos para o desenvolvimento da síndrome de Burnout na

DOI: 10.51161/conbrasau2023/18600

enfermagem (García-Izquierdo et al., 2018; Serra et al., 2021). Além disso, o estresse emocional, a pressão do trabalho, a falta de reconhecimento e a desvalorização profissional são outros fatores que podem contribuir para o desenvolvimento da síndrome (Pereira et al., 2020; Silva et al., 2017). O estresse crônico resultante desses fatores pode levar ao esgotamento emocional, despersonalização e redução da realização pessoal (García-Izquierdo et al., 2018; Serra et al., 2021).

Para prevenir a síndrome de Burnout na enfermagem, é importante adotar práticas saudáveis de trabalho e bem-estar, como a adoção de uma rotina saudável, equilíbrio entre vida pessoal e profissional, desenvolvimento de habilidades de coping e relaxamento (Silva et al., 2017; Pereira et al., 2020). Além disso, a criação de ambientes de trabalho saudáveis, com reconhecimento e valorização dos profissionais, pode ajudar a reduzir a incidência da síndrome de Burnout na enfermagem (García-Izquierdo et al., 2018; Serra et al., 2021). É fundamental que os profissionais e as organizações adotem práticas saudáveis de trabalho e bem-estar, a fim de promover um ambiente de trabalho saudável e positivo para todos (Silva et al., 2017; Pereira et al., 2020).

4 CONCLUSÃO

Em conclusão, a Síndrome de Burnout é uma preocupação significativa para a enfermagem, com altas taxas de prevalência entre os profissionais. A sobrecarga de trabalho, a falta de apoio social e de reconhecimento são fatores que têm sido identificados como importantes causas da síndrome.Entre as formas de prevenção é fundamental que as organizações de saúde ofereçam condições de trabalho adequadas, com carga horária justa e apoio emocional e psicológico aos profissionais. A gestão de recursos humanos deve estar atenta às demandas e necessidades dos enfermeiros, técnicos e auxiliares de enfermagem e oferecer programas de suporte e treinamento, a fim de desenvolver habilidades e competências que os ajudem a lidar com o estresse e a pressão do trabalho. Outra forma de prevenção é incentivar a prática de atividades físicas e hábitos saudáveis de vida, que ajudam a reduzir os níveis de estresse e a promover o bem-estar emocional e físico dos profissionais. A promoção do diálogo aberto e transparente entre a equipe também é importante, permitindo que os enfermeiros expressem suas preocupações e necessidades, além de buscar apoio e soluções conjuntas para enfrentar os desafios do trabalho.

Em suma, a prevenção da Síndrome de Burnout na enfermagem é um esforço coletivo que requer a participação das organizações de saúde, dos gestores de recursos humanos e dos próprios profissionais de enfermagem. Ao adotar medidas preventivas, é possível criar um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo, que promova a qualidade do cuidado prestado aos pacientes e o bem-estar dos profissionais.

REFERÊNCIAS

DIAS, K. C. S. et al. Síndrome de Burnout em enfermeiros: uma revisão integrativa. Revista de Enfermagem UFPE On Line, v. 13, n. 7, p. 1958-1967, 2019.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. Maslach Burnout Inventory: Manual. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, 1981.

SHANAFELT, T. D. et al. Burnout and satisfaction with work-life balance among US physicians relative to the general US population. Archives of Internal Medicine, v. 175, n. 2, p. 187-193, 2015.

DOI: 10.51161/conbrasau2023/18600

SILVA, V. L. C. et al. Burnout syndrome among nursing professionals in the intensive care unit of a public hospital. Revista Brasileira de Terapia Intensiva, v. 29, n. 2, p. 180-186, 2017.

DOI: 10.51161/conbrasau2023/18600