



ESGOTAMENTO ENTRE PROFISSIONAIS DA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: A IMPORTÂNCIA DO CUIDADO E DO SUPORTE PARA A PREVENÇÃO

**SIMONE SOUZA DE FREITAS; THIAGO LEONARDO DOS SANTOS; NARA GABRIEL
NIGRO ROCHA; BEATRIZ CAVALCANTI PIMENTEL GUERRA; ELIZÂNGELA
MARÇAL DA SILVA CAVALCANTI**

RESUMO

Introdução: O esgotamento profissional aparece usualmente associado à diminuição da produção, da qualidade do trabalho executado, ao aumento do absenteísmo, aumento da rotatividade. Bem como, com o incremento de acidentes ocupacionais, o que, por fim, pode acarretar consideráveis prejuízos financeiros para as organizações e prejuízos para a própria saúde dos trabalhadores e comunidade. **Objetivo:** investigar na literatura o esgotamento profissional entre os profissionais que trabalham na área da Atenção Primária à Saúde, com foco na importância do cuidado e do suporte para a prevenção desse problema. **Método:** Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura. O delineamento temporal utilizado foi de janeiro de 2018 a dezembro de 2022. A busca foi realizada nas bases de dados secundárias, a Biblioteca Virtual de Saúde, como; Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Literatura Latino-Americana em Ciências de Saúde (LILACS) e National Library of Medicine – (MEDLINE). Além das bases de dados eletrônicas citadas, realizou-se busca secundária no Google Acadêmico. **Resultado:** Observa-se que a maioria das pesquisas apontou predominância de profissionais de saúde do sexo feminino principalmente em enfermagem, em particular, estão suscetíveis a esse tipo de estresse ocupacional devido à natureza intensa e exigente de sua profissão. Neste contexto, o adoecimento ocorre quando o trabalhador é forçado a ir sistematicamente além de seu limite subjetivo. A alta demanda de trabalho relacionada a baixa autonomia trazem maior risco da síndrome do esgotamento profissional. **Conclusão:** É preciso disseminar, entre os profissionais de saúde, informações e orientações, sobre síndrome do esgotamento profissional e suas consequências negativas para o indivíduo e para as organizações, bem como elucidar melhor o papel das estratégias de enfrentamento como medidas de combate efetivas diante dos déficits de saúde.

Palavras-chave: Esgotamento; Atenção Primária à Saúde; síndrome de Burnout, Prevenção; Profissionais de saúde.

1 INTRODUÇÃO

A Atenção Primária à Saúde (APS), considerada a porta de entrada para os serviços de promoção, prevenção de doenças e agravos, oferta de cuidados e reabilitação dentro do Sistema Único de Saúde (SUS) (SANTIAGO, 2020). Nesse sentido, os serviços de saúde ofertado pela APS, exige que a própria execução do trabalho envolva o relacionamento interpessoal direto e contínuo com o paciente pelo serviço prestado, visando um cuidado integral que pode acabar por expor o profissional de saúde a importantes estressores psicossociais (SILVA, 2020). De acordo com Organização Mundial da Saúde (OMS) (2020) e a Organização Internacional do

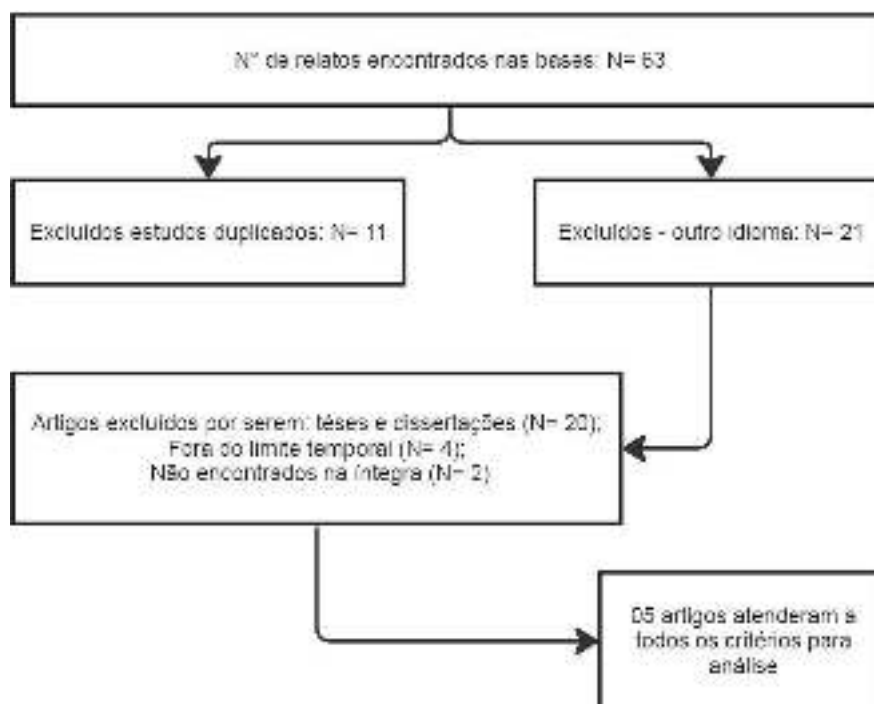
Trabalho (OIT) apontam que mais de 30% dos trabalhadores nos países industrializados enfrentam algum tipo de transtorno mental (OMS, 2020). No Brasil, dados do Ministério da Previdência e Assistência Social (MPS) revelam uma alta incidência de doenças psíquicas entre a população em idade produtiva, sendo a terceira maior causa de afastamento do trabalho no país (CARVALHO, 2020). Nesse contexto, os profissionais de saúde acabam por ficar expostos a estes estressores, principalmente por terem que lidar diretamente com demandas complexas dos pacientes que atendem (PEREIRA, 2021). Não obstante, a exposição crônica aos estressores dessa natureza pode desencadear intensa exaustão emocional, redução da satisfação no trabalho e dificuldades para lidar com os pacientes de forma humanizada, configurando o quadro clínico denominada síndrome de Burnout ou, como adotado aqui, síndrome do esgotamento profissional (NEVES, 2021). O esgotamento profissional aparece usualmente associado à diminuição da produção, da qualidade do trabalho executado, ao aumento do absenteísmo, aumento da rotatividade (PEREIRA, 2021). Bem como, com o incremento de acidentes ocupacionais, o que, por fim, pode acarretar consideráveis prejuízos financeiros para as organizações e prejuízos para a própria saúde dos trabalhadores e comunidade (PERNICIOTTI, 2020). A falta de valorização destes profissionais somada a sobrecarga de trabalho e a ligação direta com situações de sofrimento são fontes permanentes de desgaste que exigem do profissional energia física e psíquica intensa, favorecendo sintomatologia de estresse ocupacional (CARVALHO, 2020). Em decorrência da síndrome do esgotamento profissional estar relacionada a desistência e o adoecimento do profissional; e a importância de intervenções para a melhoria do bem-estar do trabalhador, considera-se relevante pesquisar sobre a temática (NEVES, 2021). Neste cenário, é fundamental que sejam implementadas medidas para proteger e promover a saúde mental dos profissionais da APS (JONSDOTTIR, 2019). Cuidar da saúde mental dos profissionais da Atenção Básica é essencial não apenas para o bem-estar desses trabalhadores, mas também para garantir a qualidade dos serviços prestados à população e para evitar os custos sociais e econômicos associados ao adoecimento mental no ambiente de trabalho (MAZALO, 2021). Considerando tais consequências, os fatores relacionados ao esgotamento profissional podem gerar danos diretos e indiretos aos pacientes atendidos. Desse modo este estudo teve como objetivo investigar na literatura o esgotamento profissional entre os profissionais que trabalham na área da Atenção Primária à Saúde, com foco na importância do cuidado e do suporte para a prevenção desse problema.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura. A análise do material coletado constituiu-se na metodologia estruturada por Bardin, que é uma técnica de análise de dados qualitativos amplamente utilizada. Este método que auxilia na compreensão e interpretação do conteúdo coletado e possui as seguintes fases para a análise de conteúdo: Pré-análise; Exploração do material e Processamento, raciocínio e interpretação dos resultados. A primeira etapa envolveu a fase de organização dos documentos encontrados, na qual se determina um esquema de trabalho com procedimentos bem definidos, incluindo uma leitura exploratória, que permite o primeiro contato com os documentos para análise, sua seleção, formulação de hipóteses e objetivos e a descrição detalhada dos indicadores, que norteou a interpretação e a preparação formal dos materiais, para a organização foi utilizado um instrumento de coleta de dados elaborado pelos autores. A segunda etapa abrangeu a exploração do material, é a fase de análise e descrição, que envolve a apresentação de um corpus de pesquisa detalhada sob a orientação de hipóteses e referenciais teóricos. Consiste na construção das operações de codificação, a partir dos recortes dos textos em unidades de registros, a definição de regras de contagem e a classificação e agregação das informações em categorias simbólicas ou temáticas. A terceira etapa compreendeu o tratamento dos resultados,

a interpretação, consiste em captar os conteúdos manifestos e latentes contidos em todo o material coletado, as informações analisadas são resumidas e enfatizadas para produzir as explicações e conclusões, este é um momento de intuição, reflexão e análise crítica. Para elaboração da pergunta norteadora da pesquisa foi utilizada a estratégia PICO (P: Paciente, problema ou população; I: fenômeno de interesse; Co: Contexto). Resultando na seguinte questão: "Quais são os principais fatores que contribuem para o esgotamento profissional entre os profissionais que atuam na Atenção Primária à Saúde, e como o cuidado e o suporte podem ser efetivamente implementados para prevenir o esgotamento e promover o bem-estar desses profissionais?" Realizou-se uma pesquisa bibliográfica nas bases de dados eletrônicas Lilacs, Scielo e Medline de 2018 até 2022. A seleção dos descritores foi efetuada mediante consulta no DECs (descritores de assunto em ciências da saúde da BIREME) e a pesquisa foi realizada por meio da combinação de 3 termos sendo os mesmos relacionados ao Esgotamento, Atenção Primária à Saúde, Prevenção. Recorreu-se ao operador lógico "AND" para combinação dos descritores e termos utilizados para o rastreamento das publicações. A pesquisa das publicações foi realizada no mês de julho de 2023. O delineamento temporal utilizado foi de janeiro de 2018 a dezembro de 2022. A busca foi realizada nas bases de dados secundárias, a Biblioteca Virtual de Saúde, como; Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Literatura Latino-Americana em Ciências de Saúde (LILACS) e National Library of Medicine – (MEDLINE). Além das bases de dados eletrônicas citadas, realizou-se busca secundária no Google Acadêmico. A seleção dos artigos foi por meio da busca ativa com os seguintes descritores: Atenção Primária à Saúde, síndrome de Burnout, Prevenção, Profissionais de saúde. Foi utilizado a terminologia AND para o cruzamento dos descritores, sendo Esgotamento AND Atenção Primária à Saúde OR síndrome de Burnout AND Profissionais de saúde OR Prevenção. Foram incluídos artigos originais, completos, estudos de caso, revisões sistemáticas ou meta-análise publicados nos idiomas; inglês, português ou espanhol, publicados entre 2018 e 2022. Foram excluídas as publicações incompletas, não disponíveis gratuitamente, dissertações, teses ou monografias, revisões narrativas ou integrativas.

Figura 1 – Fluxograma analítico do levantamento bibliográfico da revisão integrativa



3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Segundo os resultados, muitos estudos não utilizaram instrumentos que medem a síndrome de *burnout*, preferindo dispositivos voltados a outros aspectos da saúde do trabalhador. Esses trabalhos foram, contudo, considerados nesta pesquisa porque se referem a sofrimento psíquico de trabalhadores da saúde que atuam na atenção primária à saúde, relacionando-o a síndrome do esgotamento profissional em seu conteúdo. Observa-se ainda que a maioria das pesquisas apontou predominância de profissionais de saúde do sexo feminino principalmente em enfermagem, em particular, estão suscetíveis a esse tipo de estresse ocupacional devido à natureza intensa e exigente de sua profissão. Dos 05 artigos incluídos, 02 empregaram abordagem quantitativa, 01, qualitativa, 01 eram revisão da literatura e 01 era editorial. Dentre as pesquisas quantitativas, 01 deste aplicaram o instrumento MBI, indicando ser este o mais utilizado para medir síndrome do esgotamento profissional, o que corrobora as afirmações de Tamayo e Troccoli. Argumenta-se que, por um lado, a ampla utilização do MBI é interessante para comparar resultados, mas, por outro, limita o entendimento da síndrome ao que é perguntado no instrumento. Segundo Silva et al (2020), o número significativo de pesquisas desenvolvidas na atenção primária à saúde provavelmente se deve ao protagonismo deste setor, cujos profissionais estão frequentemente sobrecarregados, desempenhando papéis que vão além das tarefas delimitadas pelo cargo, com destaque para a enfermagem. Já Mazalo et al (2021) em seu estudo demonstra que na área da saúde, o trabalho do médico é tradicionalmente o mais estudado do ponto de vista do impacto psicológico, mas pesquisas relatam especial risco de profissionais de enfermagem desenvolverem distúrbios decorrentes do estresse vivido no trabalho, podendo evoluir para a síndrome do esgotamento profissional. Observou-se no estudo que é preciso diagnosticar a síndrome precocemente, que muitos profissionais apresentam risco elevado de desenvolvê-la, associado a alto risco de depressão, e que dificuldade nas relações hierárquicas e recursos físicos e humanos insuficientes são fatores estressantes, relacionando ainda fatores psicossociais e idade jovem. Os estudos apontam que o tratamento da síndrome do esgotamento profissional deve considerar a origem da síndrome, abrangendo aspectos pessoais, laborais e de organização do trabalho. Tratar apenas um de seus sintomas, como depressão ou ansiedade, seria paliativo, já que se trata de fenômeno coletivo e organizacional. Por isso é importante estudar a síndrome para melhor tratá-la nestes profissionais da saúde que estão atuando no território com uma população adstrita. Neste contexto, o adoecimento ocorre quando o trabalhador é forçado a ir sistematicamente além de seu limite subjetivo. A alta demanda de trabalho relacionada a baixa autonomia trazem maior risco da síndrome do esgotamento profissional. O sujeito não pode expressar os sentimentos mobilizados pelo sofrimento no trabalho, devendo suprimi-los, o que gera o processo que Seligmann-Silva (2011) descreveu como “desgaste”. Isso indica que as estratégias de intervenção podem incluir o aumento da autonomia dos profissionais. Por fim, conforme apresentado, a maioria dos estudos revelou predomínio de ações que podem ser realizadas voltada para a prevenção desse agravo nos profissionais de saúde da atenção primária à saúde. A prevenção pode ocorrer através de treinamentos e capacitações que visem conscientizar os profissionais sobre a importância da saúde mental, a identificação precoce de sintomas e o autocuidado, apoio psicológico e assistência para os profissionais que necessitem de suporte emocional, melhoria das condições de trabalho como formas de reduzir a sobrecarga de trabalho e melhorar o ambiente de trabalho, proporcionando um equilíbrio saudável entre a vida profissional e pessoal, estabelecer redes de apoio e parcerias entre os profissionais de saúde, permitindo que eles compartilhem experiências e possam se apoiar mutuamente. Assim como, realizar avaliações periódicas do estado de saúde mental dos profissionais para identificar precocemente

possíveis problemas e intervir adequadamente, visto que estes estão inseridos em um contexto que lidam com diferentes demandas de trabalho diariamente.

4 CONCLUSÃO

Com os resultados obtidos destaca-se a necessidade de um olhar atento para o fenômeno do estresse, tido como fator adoecedor ocupacional, com consequências de impacto negativo direto no ambiente de trabalho, na vida dos trabalhadores e na sua rede de apoio. Evidenciou-se que embora as pesquisas que abordam a questão dos fatores estressantes entre os profissionais da saúde da atenção primária à saúde sejam vastas, ainda existem lacunas no sentido de colaborar com medidas preventivas do estresse. Espera-se que esta revisão possa contribuir para subsidiar futuras intervenções voltadas a saúde mental do trabalhador. Além disso, é preciso disseminar, entre os profissionais de saúde, informações e orientações, sobre síndrome do esgotamento profissional e suas consequências negativas para o indivíduo e para as organizações, bem como elucidar melhor o papel das estratégias de enfrentamento como medidas de combate efetivas diante dos déficits de saúde. Tais medidas ajudam a prevenir o estresse ocupacional entre estes trabalhadores, promovendo crescimento pessoal e profissional, beneficiando a instituição e qualidade dos serviços prestados à população.

REFERÊNCIAS

- CARVALHO, B. L. P. **Burnout, qualidade de vida e satisfação com o trabalho no cuidador formal: um estudo exploratório sobre fatores individuais e contextuais**. Lisboa, 2020. 77f. Dissertação de Mestrado -Instituto Universitário de Lisboa.
- JONSDOTTIR IH, Sjörs Dahlman A. **Mechanisms in endocrinology**: Endocrine and immunological aspects of burnout: a narrative review. Eur J Endocrinol. 2019 ;180(3):R147–58.
- MAZALO JV, Mori B, Paulo TR, Pinheiro QN, Boechat AL. **Distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho em enfermeiros de um hospital público em Manaus-AM**. Rev Desafios. 2021;8(2):56–65.
- NEVES, M. C. **Ambientes de trabalho saudáveis, bem-estar e felicidade**. Revista Preven[Internet], n.13, 2021.
- PEREIRA, J. P. M; Nóbrega, W. F. S; Paiva, R. E. A. **Doenças ocupacionais em profissionais da enfermagem**: uma revisão integrativa. Archives of health investigation, v. 8, n. 11, p. 736-739, 2020.
- PERNICIOTTI, P.;SerranoJúniorC. V.;Guarita, R. V.;Morales, R. J.;Romano, B. W. **Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção**. Rev. SBPH[Internet], São Paulo, v.23, n.1, p.35-52, jan./jun. 2020.
- SELIGMANN-SILVA E. **Trabalho e desgaste mental: o direito de ser dono de si mesmo**. São Paulo: Cortez; 2011.
- TAMAYO MR, Troccoli BT. **Construção e validação fatorial da Escala de Caracterização do Burnout (ECB)**. Estud Psicol [Internet]. 2009 [acesso 16 set 2020];14(3):213-21. DOI:

10.1590/S1413-294X2009000300005 » <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2009000300005>
WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **CID-11 para estatísticas de mortalidade e morbidade**. Geneva: WHO; 2020.

SILVA, J. F.; Silveira, M. C.; Santos, A. A.; Resende, M. A.; Assis, B. C. S. Revista Eletrônica Acervo Saúde, vol.sup. n.39, e2320, p. 1-7, **Síndrome de Burnout em profissionais de Enfermagem no contexto da Atenção Básica**. 2020.

SANTIAGO, M. E. C. F. **Qualidade de vida no trabalho**: enfermeiros e seus principais dilemas no ambiente laboral. Ensaios e Ciências,v. 24, n. 1, p. 95-98, 2020.