



SÍNDROME DE BURNOUT NOS ENFERMEIROS DA UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA: FATORES INTERVENIENTES

STÉFANY COELHO DE MENDONÇA

RESUMO

Introdução: A Síndrome de Burnout, já é considerada uma grave questão de saúde pública. Considerada uma patologia psicossocial, que se manifesta em resposta aos estressores interpessoais disseminados no ambiente de trabalho, acometendo, principalmente, indivíduos que mantêm uma relação constante com outras pessoas, bem como a equipe de enfermagem, que geralmente presta assistência nas 24 horas aos pacientes e familiares. **Objetivo:** Compreender os fatores de risco que favorecem o aparecimento da Síndrome de Burnout e suas consequências. Buscando ainda, pontuar o impacto do esgotamento emocional na vida dos enfermeiros, reconhecer a relevância da oferta de apoio psicológico e apresentar estratégias que assegurar-lhes conforto e acolhimento. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, de abordagem quantitativa e qualitativa, sendo utilizado como critério de inclusão: artigos publicados no idioma português, que por meio de análise contemplem a questão norteadora relacionada à Síndrome de Burnout, em especial, sob os enfermeiros da Unidade de Terapia Intensiva e seus fatores intervenientes, no periódico de 2001 a 2019, publicados em Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Contendo as seguintes palavras-chave: Exaustão profissional; Assistência de Enfermagem; Esgotamento Profissional. **Resultados:** Diante desta pesquisa notam-se diversos fatores que tornam o ambiente de trabalho do enfermeiro favorável para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, tais como: sobrecarga de trabalho, insatisfação profissional, problemas na equipe, alto comprometimento emocional e experiências constantes de dor ou morte alheia. Posto isso, identifica-se três proporções que compõem a Síndrome, sendo: a exaustão emocional, a despersonalização e os sentimentos de reduzida realização profissional. Tais que, nos proporcionam analisar estratégias de tratamento e acolhimento como: proteção à saúde mental, aporte psicológico e mudanças organizacionais. **Conclusão:** A ampliação do conhecimento frente aos fatores intervenientes para desenvolvimento da Síndrome de Burnout, a importância da estruturação de redes de apoio para garantia do cuidado, e a gravidade desta suscetibilidade elevada da equipe de enfermagem, principalmente em Unidades de Terapia Intensiva, para desenvolvimento da Síndrome torna-se fundamental para o sucesso das estratégias de prevenção e enfrentamento da doença.

Palavras-chave: Exaustão Profissional; Assistência de Enfermagem; Esgotamento emocional.

1. INTRODUÇÃO

A enfermagem, de acordo com Kolhs et al., (2016), se mantém em alto índice de exposição à Síndrome de Burnout e demais vulnerabilidades por diferentes fatores, tais como: sobrecarga de trabalho, insatisfação profissional, problemas na equipe, alto comprometimento emocional e experiências constantes de dor ou morte alheia.

Ou seja, a Síndrome de Burnout, por ser uma patologia psicossocial, manifesta-se em resposta aos estressores interpessoais disseminados no ambiente de trabalho, acometendo, principalmente indivíduos que mantêm uma relação constante com outras pessoas, bem como

a equipe de enfermagem, que geralmente presta assistência nas 24 horas aos pacientes e familiares. (BATISTA et al., 2010).

Esta síndrome, portanto, já é considerada uma grave questão de saúde pública, em especial, no setor de terapia intensiva. Inclusive, com o início da vigência da 11ª revisão da Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde, ou CID-11, em 1º de janeiro de 2022, a síndrome de burnout, também conhecida como síndrome do esgotamento profissional ou apenas burnout, passou a ser reconhecida como doença ocupacional.

Considerando a complexidade de alguns tratamentos intensivos e a alta e/ou total dependência do paciente frente à equipe de enfermagem, o profissional enfermeiro se torna excessivamente presente na vida destes pacientes, oferecendo-lhes cuidado integral. Algo que, consequentemente, fará com que este profissional exceda a barreira técnico- científica, fortaleça o vínculo humano em relação ao adoecimento, sobrecarregando-se psicologicamente, ao sentir-se impotente em determinadas situações e ao negligenciar o histórico de alto risco de morte do setor e/ou unidade de terapia intensiva. (POPIN, R.C., 2001)

A partir daí estimula-se uma resposta corporal, que de forma gradual inicia o aparecimento de sintomas como: fadiga, tensão, irritabilidade, ansiedade, desinteresse e irresponsabilidade profissional. Obrigando que a “vítima” se defenda, por meio da mudança drástica de atitudes e comportamentos. Para isso, este trabalho objetiva-se principalmente em compreender os fatores de risco que favorecem o aparecimento da Síndrome de Burnout entre profissionais enfermeiros da Unidade de Terapia Intensiva. Bem como, em reconhecer a relevância em oferecer apoio psicológico a esses profissionais e pontuar o impacto do esgotamento emocional na vida dos enfermeiros que atuam na Unidade de Terapia Intensiva. Este trabalho justifica-se, ao analisar métodos para:

Transformar o processo de trabalho, facilitando a realização das atividades relacionadas ao cuidar e da promoção da saúde do cuidador. A conscientização sobre a possibilidade de adoecimento pelo trabalho deve incentivar o profissional na realização de práticas seguras e na utilização de dispositivos de segurança, principalmente pela implementação de medidas preventivas que possam possibilitar um estilo de trabalho mais saudável. (QUEIROZ, 2008, p. 97)

E ainda, referente ao cenário pandêmico causado pelo novo corona vírus, a importância deste trabalho comprova-se mediante um estudo realizado pelo PEBMED (portal de saúde), publicado em novembro/2020, revelando que 78% dos profissionais de saúde apresentaram sinais da Síndrome de Burnout neste período de pandemia. Sendo a prevalência de 79% entre médicos, 74% entre enfermeiros e 64% entre técnicos de enfermagem.

2. MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, de abordagem quantitativa e qualitativa, sendo utilizado como critério de inclusão: artigos publicados no idioma português, que por meio de análise contemplem a questão norteadora relacionada à Síndrome de Burnout, em especial, sob os enfermeiros da Unidade de Terapia Intensiva e seus fatores intervenientes, no periódico de 2001 a 2019, publicados em Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Contendo as seguintes palavras-chave: Exaustão profissional; Assistência de Enfermagem; Esgotamento Profissional.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dados ao exposto, nesta pesquisa foram construídas cinco categorias analíticas que são: fragilidades preditoras do desenvolvimento da Síndrome de Burnout em enfermeiros da

Unidade de Terapia Intensiva, o papel do enfermeiro na assistência ao paciente em tratamento intensivo relacionado ao alto índice de profissionais enfermos pela Síndrome de Burnout, estratégias para prevenção, enfrentamento e acolhimento aos enfermeiros expostos a Síndrome de Burnout, os riscos ocupacionais da enfermagem como fatores intervenientes na saúde mental do enfermeiro e, teoria das necessidades humanas básicas como fator de base para desenvolvimento da Síndrome de Burnout.

1. Fragilidades preditoras para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em enfermeiros da Unidade de Terapia Intensiva.

Nota-se que os enfermeiros, especialmente em Unidades de Terapia Intensiva, são intensamente expostos a situações de sofrimento alheio e alto risco de morte, que, gradualmente, desencadearão turbulências psicossociais e consequente colapso do sistema biológico.

Síndrome de Burnout, especificamente, manifesta-se com base em sintomas específicos e segundo Paiva et al. (2019), “pode ser desenvolvida pela exposição prolongada a estressores emocionais e interpessoais laborais e concebida por meio de três fatores: a exaustão emocional, a despersonalização e os sentimentos de reduzida realização profissional.”

A exaustão emocional, como o próprio nome já diz, corresponde a uma resposta física e mental mediante a sobrecarga constante de trabalho e a exposição prolongada as adversidades apresentadas por cada paciente. Tal que, poderá manifestar-se por sintomas como: desânimo, desinteresse, fadiga, mialgia, irritabilidade e isolamento.

A despersonalização, segundo Pêgo et al., 2016 coincide com “atitudes insensíveis em relação às pessoas nas funções que desempenha, ou seja, o indivíduo cria uma barreira para não permitir a influência dos problemas e sofrimentos alheios em sua vida”.

E a baixa realização profissional simboliza a insatisfação tanto consigo tanto com a execução de suas atividades trabalhistas ocasionando sentimentos de incompetência e baixa autoestima. (PÊGO et al., 2016)

2. O papel do enfermeiro na assistência ao paciente crítico relacionado ao alto índice de profissionais enfermos pela Síndrome de Burnout.

A assistência de enfermagem na UTI requer do enfermeiro competência clínica, liderança e humanização, ou seja, a capacidade de observar e coletar informações, reconhecer desvios de padrões esperados, priorizar e compreender os dados, manter um comportamento de resposta, fornecer comunicação clara, realizar intervenções eficazes, executar corretamente as habilidades de enfermagem, avaliar intervenções de enfermagem e realizar uma autorreflexão para melhoria do desempenho dentro de uma cultura que almeja a segurança.

O profissional necessita estar disposto a oferecer apoio tanto para o paciente quanto para seus familiares durante a sua permanência na instituição, com isso, caberão diversidades de crises físicas, emocionais, sociais, culturais e espirituais. Além de desempenhar seu papel no controle eficaz da dor, na avaliação, no auxílio às atividades de vida diária, no diagnóstico de enfermagem e na monitorização contínua a esse paciente. (AMÂNCIO et al., 2009)

Contudo, sabendo que a falibilidade humana é uma característica imutável, espera-se do enfermeiro como parte integrante da equipe de saúde, a capacidade de desenvolver atividades de maneira segura para manutenção e promoção da saúde, bem como para prevenção de doenças, assistindo aos enfermos da melhor maneira possível de acordo com os recursos oferecidos.

Dado o exposto, ser enfermeiro configura-se ser humano, é saber trabalhar com todas as suas dimensões e potencialidades para cuidar do outro. Tornando-se, a partir de suas inúmeras funções, extremamente vulnerável, elevando o índice de profissionais enfermos pela Síndrome de Burnout no Brasil, que se torna, portanto, de acordo com a ISMA-BR,

International Stress Management Association, o segundo país com maior número de trabalhadores afetados.

3. Estratégias para prevenção, enfrentamento e acolhimento aos enfermeiros expostos a Síndrome de Burnout.

Sabendo que a unidade hospitalar é o principal local de trabalho que os profissionais enfermeiros atuam em contato direto e contínuo com o paciente, este se configura, em um cenário complexo nos quais diversos riscos e exposições serão maiores e mais frequentes, julgando-se importante que existam ou que se programem estratégias de enfrentamento, acolhimento e prevenção a Síndrome de Burnout. Tal que, segundo Kolhs et al., 2016 “são esforços cognitivos e comportamentais para lidar com situações de dano, de ameaça ou de desafio, quando não está disponível uma rotina ou uma resposta automática”.

Enquadra-se como estratégia de prevenção e acolhimento: a proteção à saúde mental contra os efeitos adversos da sobrecarga emocional e física. Assim, caberá à instituição oferecer aporte psicológico regular, investir no aprimoramento e promover condições básicas para atuação destes profissionais causando impacto positivo na satisfação de trabalho e na qualidade da assistência. (SILVA, Raimunda N. S. et al., 2015) Assim como, segundo França et al., (2012), caberia “mudanças organizacionais no ambiente de trabalho, com o fim de diminuir os fatores que interferem na saúde do trabalhador”. Tais como: dimensionamento adequado de pessoal, comunicação efetiva, condições salariais dignas, promoção ao suporte emocional e incentivo ao autocuidado. (LOPES et al., 2012)

4. Os riscos ocupacionais da enfermagem como fatores intervenientes na saúde mental do enfermeiro.

De acordo com a Teoria Holística de Myra Levine, Horta (2005) cita que “do momento do nascimento até a morte, cada indivíduo mantém e defende seu "todo", sua "unidade". Portanto, tal teoria explica as respostas do homem ao meio ambiente, sendo definidos quatro níveis de resposta do organismo que permitam ao ser adaptar-se ao seu meio interno e externo. Sendo elas: resposta ao medo, resposta inflamatória, resposta ao “stress” e resposta sensorial.

Com isso, a identificação das condições de risco é uma ação primordial para que o enfermeiro possa reconhecer e avaliar as características ocupacionais que podem estar ou vir a influenciar positiva ou negativamente no processo saúde-doença de diferentes trabalhadores. Além de identificar as fontes de exposição que interferem no sistema orgânico do trabalhador, a fim de planejar intervenções para prevenir, evitar e/ou minimizar agravos à saúde.

O ideal é que os trabalhadores não fiquem expostos a nenhum tipo de risco durante a jornada de trabalho, porém, como em diversas ocupações não há como eliminá-los por completo, torna-se possível considerá-los fatores intervenientes na saúde mental do enfermeiro, dado que, em cada situação de exposição o organismo gera uma resposta envolvendo todos os recursos da pessoa como forma de adaptar-se aquele ambiente.

5. Teoria das necessidades humanas básicas como fator de base para desenvolvimento da Síndrome de Burnout.

A teoria das necessidades humanas básicas desenvolvidas por Abraham H. Maslowe, de acordo com Regis et al., (2011) “parte do princípio de que todo ser humano tem necessidades comuns que motivam seu comportamento no sentido de satisfazê-las, de acordo com níveis hierárquicos”.

Que ainda, segundo Regis et al., (2011), serão:

- **Necessidades básicas ou fisiológicas:** diretamente relacionadas à existência e a sobrevivência do ser humano, tais como: alimentar-se e vestir-se.
- **Necessidades de segurança:** relacionadas à proteção individual contra perigos

e ameaças tais como: saúde, trabalho, seguro, previdência social e ordem social;

- **Necessidades de amor e/ou sociais:** estão relacionadas à vida em sociedade e à necessidade de afeto das pessoas, como amizade, respeito, amor, lazer e participação.
- **Necessidades de estima:** relacionam-se a auto-satisfação e a auto-avaliação: tais como: independência, apreciação, dignidade, reconhecimento, igualdade subjetiva, respeito e oportunidades, autoestima, força, capacidade, suficiência e utilidade ao mundo;
- **Necessidades de auto-realização:** estão diretamente relacionadas à realização integral do indivíduo.

Contudo, entende-se que não somente o aporte profissional será capaz de prevenir o aparecimento da Síndrome de Burnout dentre os profissionais enfermeiros,

visto que, muitas das vezes necessidades básicas não são alcançadas dentro e fora da instituição. É necessário que este indivíduo, assim como na teoria de Maslowe, tenha uma hierarquia natural para prevenção desta patologia, tal que, demanda uma rede de apoio qualificada, tanto no meio profissional quanto no pessoal, para estruturar-se.

Em contrapartida, sem esta estruturação de rede, este profissional se encontra totalmente exposto aos fatores estressores da jornada de trabalho, sem que haja uma válvula de escape. Logo, fica suscetível ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout, que mesmo de forma gradual, causará consequências relevantes para toda vida deste indivíduo, seja antes, durante e após aposentar-se. Há sequelas psicológicas que causam traumas, doenças e incapacidades irreversíveis.

4. CONCLUSÃO

Segundo Augusto Cury (2014), “somos seres extremamente complexos, que, quando não temos problemas, nós os criamos.” Utilizamos do nosso próprio pensamento para se aprisionar e punir ao não correspondermos nossas próprias expectativas. Logo, ao sermos expostos a situações e/ou ambientes estressantes, a jornada de trabalho mental se torna insuportável.

É necessário que o enfermeiro aprenda a não se punir por entender que, “jamais tocará ou sentirá minimamente a dor do pânico ou da depressão de um paciente. Se sentir, ela será sua, e não do outro, pois a comunicabilidade interpessoal se dá na esfera da virtualidade, e não através da transferência da realidade essencial”. (CURY, 2014, p.42)

Contudo, se torna fundamental adequar o ambiente em que este trabalhador está inserido. Cabendo-nos enquanto profissionais e pessoas assistir este trabalhador não só como enfermeiro, mas como ser humano. Holisticamente falando, cabe-nos promover aporte para saúde mental e física, promover medidas para prevenção e promoção da saúde, atentar-se para os sinais de insatisfação e adoecimento e assegurar-lhes tratamento. Ou seja, é necessário informar por meio da educação continuada a importância de cuidar do cuidador e habituar este profissional para que ao sentir-se vulnerável solicite ajuda imediatamente, seja para sua rede de apoio pessoal ou profissional.

Dado ao exposto, conclui-se que, a Síndrome de Burnout tem uma relação retilínea com a satisfação trabalhista do enfermeiro. Bem como, com as necessidades básicas do ser humano. Fundamentando a importância deste trabalho para ampliação do conhecimento frente à importância da estruturação de rede para garantia do cuidado, bem como sob a gravidade da suscetibilidade elevada da equipe de enfermagem para desenvolvimento da Síndrome, em especial do setor de terapia intensiva, visto que, estes são alguns dos profissionais mais expostos aos estressores emocionais e interpessoais que compõem a Síndrome de Burnout e suas proporções.

REFERÊNCIAS

- AMÂNCIO, Nilda A. M.; CAMPOS, Leonor N. de Medeiros. O papel do enfermeiro na assistência ao paciente oncológico. **Revista Tecer - Belo Horizonte** – vol. 2 nº 3 novembro, 2009.
- Bardin, L. (2006). *Análise de conteúdo* (L. de A. Rego & A. Pinheiro, Trads.). **Lisboa: Edições 70**. (Obra original publicada em 1977)
- BATISTA, Jaqueline Brito Vidal et al. Prevalência da Síndrome de Burnout e fatores sociodemográficos e laborais em professores de escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB. **Revista brasileira de epidemiologia**, v. 13, p. 502-512, 2010.
- CURY, Augusto. *Ansiedade: como enfrentar o mal do século: A Síndrome do Pensamento Acelerado: como e porque a humanidade adoeceu coletivamente, das crianças aos adultos*. 1 Ed. **São Paulo. Saraiva**, 2014.
- FRANÇA, Flávia Maria de; FERRARI, Rogério. Síndrome de Burnout e os aspectos sócio-demográficos em profissionais de enfermagem. **Acta Paul Enferm.** 2012; 25(5):743-8
- HORTA, Wanda de Aguiar; CASTELLANOS, Brigitta E. P. *Processo de Enfermagem*. **São Paulo, EPU** 1979. 16^a reimpressão, 2005.
- KOLHS, Marta et al. Sentimentos de enfermeiros frente ao paciente oncológico. **Journal of Health Sciences**, v. 18, n. 4, p. 245-50, 2016.
- LOPES, Carolina Colleta; RIBEIRO, Taynah Piovesan; MARTINHO, Neudson Johnson. Síndrome de Burnout e sua relação com a ausência de qualidade de vida no trabalho do enfermeiro. **Revista Enfermagem em Foco-COFEN**, v.3, p. 97-101, 2012
- PAIVA, Jéssyca D. M.; CORDEIRO, Jéssika Julião; SILVA, Kézia Katiane Medeiros da; et al., Fatores desencadeantes da Síndrome de Burnout em Enfermeiros. **Rev. De Enfermagem UFPE on line.**, Recife, 13(1):483-90, jan., 2019
- PÊGO, Francinara Pereira Lopes; PÊGO, Delcir Rodrigues. Síndrome de burnout. **Rev. bras. med. trab.**, p. 171-176, 2016.
- POPIM, Regina Célia. *O cuidador na ação de cuidar na enfermagem oncológica: uma perspectiva orientada sob o enfoque de Alfred Schütz*. 2001. Tese de Doutorado. **Universidade de São Paulo**.
- QUEIROZ, Sylvia Gonzales de. *Condições de trabalho e saúde dos enfermeiros em oncologia*. 2008. 97 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – **Faculdade de Enfermagem, Universidade do Estado do Rio de Janeiro**, Rio de Janeiro, 2008.
- REGIS, Lorena Fagundes Ladeia Victoria; PORTO, Isaura Setenta. Necessidades humanas básicas dos profissionais de enfermagem: situações de (in)satisfação no trabalho. **Rev Esc Enferm USP**, 2011
- SILVA, Raimunda N. S.; SILVA, Lucas Pereira; et al., Síndrome de Burnout em profissionais

da enfermagem. **Rev. Saúde em foco**, Teresina, v. 2, n. 2, art. 7, p. 94-106, ago./dez. 2015