



SÍNDROME BURNOUT: INCIDÊNCIAS QUE LEVAM À EXAUSTÃO PROFISSIONAL

Bianca Wandscheer¹
Claudia Horrana Silva Barbosa²
Josimara Diolina Ferreira³

RESUMO

O artigo em questão possui caráter descritivo através de revisão bibliográfica objetivando a compreensão da SB em diferentes contextos, ademais, suas implicações no ambiente laboral e os efeitos nocivos à saúde física e mental dos indivíduos em sua jornada de trabalho. Além disso, pesquisas realizadas diante da temática proposta evidenciam a escassez de estudos no contexto nacional, sendo encontrados cerca de 36 teses/dissertações quanto à SB focando apenas na contextualização sobre a síndrome. Conforme a literatura, a síndrome compõe os sintomas físicos, psíquicos e comportamentais que afetam direta ou indiretamente a saúde dos trabalhadores em que os conjunto de sintomas culminam à exaustão emocional. A SB pode ser compreendida por três dimensões, sendo a primeira relacionada ao cansaço ou esgotamento emocional, a segunda relacionada com a despersonalização e a terceira, reduzida realização pessoal no qual o esgotamento emocional representa a dimensão de tensão básica da Síndrome de Burnout. Acerca da prevenção e das intervenções a serem implementadas diante da manifestação da Síndrome, os programas centrados no contexto ocupacional e os programas centrados na interação do contexto ocupacional e do indivíduo são necessárias para enfocar tanto o trabalhador como o seu ambiente de trabalho, de tal forma que os problemas no contexto social do local de trabalho sejam solucionados. Discute-se ainda que os fatores como intensas jornadas de trabalho, clima organizacional desfavorável, ausência de autonomia ocasionam no indivíduo os sentimentos de inutilidade, afetando os relacionamentos intra/interpessoais. Observa-se crescente necessidade de novas produções sobre a SB no Brasil, tendo em vista a incipiente produção científica existente, além disso, a implementação de políticas internas em empresas em vista a um olhar atento na gestão pelo bem-estar dos profissionais com enfoque na saúde física e mental, oportunizando a inserção do psicólogo organizacional nas instituições e empresas.

Palavras- Chave: Síndrome Burnout; Esgotamento Profissional.

¹ WANDSCHEER, Bianca: Acadêmica do VI termo Curso de Bacharelado em Psicologia da Faculdade do Vale do Juruena- AJES; Unidade Juína-MT; e-mail: bianca.wandscheer.acad@ajes.edu.br.

² BARBOSA, Cláudia Horrana Silva: Acadêmica do V termo Curso de Bacharelado em Psicologia da Faculdade do Vale do Juruena- AJES; Unidade Juína-MT; e-mail: claudia.barbosa.acad@ajes.edu.br.

³ FERREIRA, Josimara Diolina: Graduada em Psicologia. Docente na Faculdade AJES- Faculdade do Vale do Juruena; e-mail: josimara.ferreira@ajes.edu.br.



ABSTRACT

The article in question has a descriptive character through a bibliographic review aiming to understand the BS in different contexts, in addition, its implications in the work environment and the harmful effects on the physical and mental health of individuals during their workday. In addition, research carried out on the proposed theme shows the scarcity of studies in the national context, with about 36 theses/dissertations regarding BS focusing only on the contextualization of the syndrome. According to the literature, the syndrome comprises the physical, psychological and behavioral symptoms that directly or indirectly affect the health of workers, in which the set of symptoms culminates in emotional exhaustion. BS can be understood by three dimensions, the first being related to tiredness or emotional exhaustion, the second related to depersonalization and the third, reduced personal fulfillment in which emotional exhaustion represents the basic tension dimension of Burnout Syndrome. Regarding prevention and interventions to be implemented in the face of the manifestation of the Syndrome, programs centered on the occupational context and programs centered on the interaction of the occupational context and the individual are necessary to focus both on the worker and his work environment, in such a way that problems in the social context of the workplace are resolved. It is also discussed that factors such as intense working hours, unfavorable organizational climate, lack of autonomy cause feelings of worthlessness in the individual, affecting intra/interpersonal relationships. There is a growing need for new productions on BS in Brazil, in view of the incipient existing scientific production, in addition, the implementation of internal policies in companies with a view to a careful look at the management for the well-being of professionals with a focus on physical and mental health, providing opportunities for the insertion of the organizational psychologist in institutions and companies.

Keywords: Burnout Syndrome; Professional Exhaustion.

1 INTRODUÇÃO

O conceito com definição da expressão “burnout” foi dado por Herbert J. Freudenberger (1926-1999), psicanalista judeu de origem alemã radicado nos Estados Unidos da América (EUA).⁴ Alguns autores como Schaufeli e Buunk (2003)⁵ reconhecem que Freudenberger teve um papel ativamente central e importante na proposta da “síndrome de burnout” e em sua definição. O contexto do surgimento da síndrome de burnout teve início no movimento da Clínica Livre criada por Freudenberger em 1967 após o psicólogo abordar a estrutura organizacional da clínica e a relação que mantinha com seu próprio trabalho. A ideia de síndrome pôde ser observada quando Freudenberger propõe uma lista de sinais e sintomas que

⁴ FONTES, F. F. . Herbert J. **Freudenberger e a constituição do burnout como síndrome psicopatológica**. Memorandum: Memória e História em Psicologia, [S. l.], v. 37, 2020.

⁵ SCHAUFELI, W. B. & Buunk, B. P. (2003). **Burnout: An Overview of 25 Years of Research and Theorizing**.



se dividem em físicos, como sensação de exaustão, fadiga, incapacidade de se livrar de um resfriado persistente, dores de cabeça frequentes e distúrbios gastrointestinais, insônia e falta de ar; e comportamentais, envolvendo dificuldade em conter os sentimentos, irritação instantânea e respostas de frustração e rapidez na raiva.

Ponderando auxiliar os trabalhadores da exaustão do burnout (mental e emocional), Freudenbergger ressalta que “o investimento de energia no trabalho precisa ser equilibrado com uma vida fora dele” (1977, p. 97)⁶, e “qualquer atividade que seja física pode repor a energia mental e emocional que é gasta como parte do trabalho” (1977, p. 97), recomendando dessa forma, a prática de exercícios físicos que levam o indivíduo a recuperar o desgaste e o cansaço mental.

A Síndrome do Esgotamento Profissional, mais comumente conhecida como Síndrome Burnout, é reconhecida e classificada pela Organização Mundial de Saúde (OMS), como doença ocupacional, tendo em vista que o distúrbio emocional gerado pelo trabalho causa sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico e mental. A inclusão da síndrome burnout como uma das novas doenças que afetam o indivíduo em espaço laboral pela Classificação Internacional de Doenças (CID-11), foi um marco significativo, uma vez que não era possível haver notificação compulsória no (CID-10) a qual não constava a síndrome, inviabilizando assim o Ministério de Saúde a contabilizar de forma precisa o número de profissionais afetados pela doença.

Durante a pandemia do Covid-19, a Síndrome de Burnout intensificou-se no sentido em que gerou uma maior preocupação com a saúde mental da sociedade e dos profissionais de saúde na linha de frente no combate ao novo vírus. Sendo assim, jornadas extensivas de trabalho crescem desenfreadamente causando uma sobrecarga de trabalho que por ora, podem ocasionar perturbações psicológicas e sociais que interferem na qualidade de vida do indivíduo.

Sabe-se que a SB no contexto nacional se encontra em escassez, segundo dados levantados por Carlotto *et al* (2008), os artigos publicados nos periódicos brasileiros focam apenas na contextualização da Burnout, possuem aproximadamente cerca de 36 teses/dissertações quanto à SB. Através desses dados fica evidente o quanto em termos de

⁶FREUDENBERGER, H. J. (1977). **Burn-out: Occupational hazard of the child care worker.** Child Care Quarterly, 6(2), 90–99.



pesquisas experimentais e mais estruturadas são limitados frente à realidade nacional.⁷ A problemática do Burnout se tornou o alvo de diversos estudos e pesquisas nas áreas sociais e da saúde pelos efeitos psicológicos e fisiológicos que podem causar ao trabalhador, sendo assim, neste trâmite, cabe ressaltar que o trabalho muitas vezes pode se tornar o principal promotor de estresse ocupacional e devido às características exaustivas do trabalho que resulta em um problema de saúde real.⁸

Para Soares, o trabalho faz parte da natureza humana e, por meio dele, o homem constrói o mundo e se constrói, com identidade e subjetividade próprias. A execução do trabalho poderia ser percebida como primariamente prazerosa, no entanto, em muitas circunstâncias, ainda é sentida como sacrifício e desencadeadora de sofrimento e adoecimento; não pelo trabalho em si, mas pelo clima organizacional e emocional existente no ambiente laboral.⁹ O ser humano para promover sua adaptação frente a estímulos hostis desencadeia alterações neuroendócrinas que possibilitam sua reorganização com a finalidade de manter sua homeostase.¹⁰

Nos diversos trabalhos analisados, o *Burnout* foi avaliado nas categorias profissionais que envolvem o cuidado e o lidar com pessoas. São eles: professores, profissionais da enfermagem, policiais, bombeiros, médicos, dentre outros.¹¹ O ambiente de trabalho fora apontado como forte indicador quanto ao comprometimento de saúde quando os trabalhadores percebem o hiato entre o compromisso, a profissão e o sistema no qual estão inseridos. Todavia, o desconhecimento da síndrome, dos sintomas e fatores que corroboram para a intensificação do esgotamento profissional não afetam somente o trabalhador mas também os profissionais

⁷ CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. **Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil**. Psico, v. 39, n. 2, 29 ago. 2008.

⁸ LLAPA-RODRIGUEZ, Eliana Ofélia et al. **Estresse ocupacional em profissionais de enfermagem**. Rev enferm UERJ, v. 26, p. e19404, 2018.

⁹ SOARES AS. **Mobbing: relações com a síndrome de burnout e a qualidade de vida dos trabalhadores de uma instituição universitária de Campo Grande, MS**. [Dissertação de Mestrado]. Campo Grande: Universidade Católica Dom Bosco; 2008.

¹⁰ TRETTENE AS, Ferreira JAF, Mutro MEG, Tabaquim MLM, Razera APR et al. **Estresse em profissionais de enfermagem atuantes em Unidades de Pronto Atendimento**. Bol. Acad. Paul. Psicol. 2016

¹¹ PEREIRA, F.; PÊGO, DELCIR RODRIGUES. **Síndrome de Burnout**. Revista Brasileira de Medicina do Trabalho, v. 14, n. 2, p. 171–176, 2016.



que lidam com os trabalhadores, tornando-se um grande problema no enfrentamento da síndrome, formando assim um enorme emaranhado.

2 METODOLOGIA

A presente pesquisa possui caráter descritivo através de revisão bibliográfica com objetivo de analisar e compreender minuciosamente o fenômeno de crescimento de mal estar no trabalho contemporâneo e como o burnout afeta cotidianamente a vida dos profissionais de diversas áreas de trabalho, além das inúmeras consequências desfavoráveis obtidas nos âmbitos individuais e sociais de modo geral.

O trabalho apresenta contextualização histórica da síndrome burnout, dando ênfase ainda nos dados estatísticos obtidos em relação à ascensão da síndrome nos últimos anos, ademais, procura abranger sua manifestação nos diferentes contextos profissionais, sobretudo proporcionando destaque aos fatores que corroboram para a intensificação da mesma e possíveis intervenções a serem adotadas pelos gestores tendo em vista os sintomas atenuantes que trazem prejuízos à saúde psíquica daqueles que enfrentam jornadas extensivas de trabalho. Sendo assim, como procedimentos técnicos, foram utilizadas pesquisas cujos critérios de inclusão foram, artigos disponíveis no Google Acadêmico, publicados em qualquer período, todavia que retratam conteúdos relevantes à temática proposta.

3 SÍNDROME DE BURNOUT - Contextualização histórica

O termo “síndrome de burnout” foi desenvolvido na década de setenta nos Estados Unidos por Freudenberg, o qual denota um estado de estar em particular: “exausto”. Posteriormente aos seus estudos, a psicóloga social Christina Maslach (1981, 1984, 1986) estudou a forma como as pessoas enfrentavam a estimulação social em seu trabalho, chegando à considerações similares às de Freudenberg, considerando ainda, interesse em estratégias cognitivas de despersonalização relacionadas por exemplo a como os profissionais de saúde utilizam a “desumanização em defesa própria” no processo de se proteger frente às situações estressoras porém respondendo aos seus pacientes de forma despersonalizada.

O desenvolvimento do conceito da síndrome pode ser melhor entendida a partir de duas fases da sua evolução histórica: fase pioneira, focada na descrição clínica, e fase empírica, com



a sistematização de variadas investigações que assentam na descrição conceitual do fenômeno.¹²

Na década de setenta se desenvolveu o conceito de Síndrome de Burnout a partir da suposição de que existe uma tendência individual na sociedade moderna a incrementar a pressão e estresse ocupacional, sobretudo nos serviços sociais. Os profissionais ligados ao atendimento de pessoas doentes, necessidade ou carência material deveriam resolver mais problemas e, portanto, se produziria neles um conflito entre a mística profissional, a satisfação ocupacional e a responsabilidade frente ao cliente (CHERNISS, 1980). Na década de oitenta, as investigações sobre a Síndrome de Burnout se deram nos Estados Unidos e, posteriormente, o conceito começou a ser investigado no Canadá, Inglaterra, França, Alemanha, Israel, Itália, Espanha, Suécia e Polônia. Em cada país, se adotou e se aplicou o instrumento criado nos Estados Unidos, especialmente o Maslach Burnout Inventory de Maslach e Jackson (MASLACH e SCHAUFELI, 1993).

Outras investigações empíricas foram realizadas, centrando desde as variáveis de locus de controle, saúde pessoal, relações com a família, amigos e o contexto social até as variáveis de satisfação ocupacional, estresse ocupacional, carga de trabalho, demissões, expectativas no emprego, etc. Tais hipóteses dos aportes utilizados para estudos assinalam que, diante das investigações sobre a Síndrome de Burnout, poderiam ser mais predominantes em pessoas idealistas ou ser resultantes da exposição de estressores crônicos. Nesse sentido, Maslach (2001) compõe a SB por três dimensões, sendo a primeira relacionada ao cansaço ou esgotamento emocional, a segunda relacionada com a despersonalização e a terceira, reduzida realização pessoal. O autor ainda esclarece que o esgotamento emocional representa a dimensão de tensão básica da Síndrome de Burnout, a despersonalização expressa o contexto interpessoal, ou seja, o desenvolvimento do trabalho e a reduzida realização pessoal relacionada à autoavaliação ocupacional e pessoal¹³.

De acordo com Garcés de Los Fayos (2000), com base nas três dimensões propostas pelos autores, a síndrome seria uma consequência dos eventos estressantes vivenciados pelo

¹² GUIMARÃES, Liliana Andolpho M.; CARDOSO, W. L. C. D. **Atualizações da síndrome de burnout**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004.

¹³ MASLACH, C. (2001); **Job Burnout**. Annual Review Psychology.



indivíduo, havendo assim, a necessidade de interação entre o trabalhador e o cliente durante um período de tempo prolongado para que o sintoma se produza.¹⁴

3.1 SÍNDROME DE BURNOUT NO BRASIL

O burnout é reconhecido no Brasil como uma doença ocupacional, sendo identificado como “Sensação de Estar Acabado” (Síndrome de Burn-Out, Síndrome do Esgotamento Profissional), resalta-se os Agentes Patogênicos causadores de Doenças Profissionais está prevista no Decreto nº3048/99 de 6 de maio de 1996 – que dispõe sobre a Regulamentação da Previdência Social –, conforme previsto no Art.20 da Lei nº 8.213/91, ao se referir aos transtornos mentais e do comportamento relacionado com o trabalho (Grupo V da CID-10), o inciso XII aponta a Sensação de Estar Acabado (Z73.0) (BRASIL, 1999).

Na academia brasileira a definição mais usada para descrever a síndrome é a de Maslach & Jackson (1986), em que o burnout (Síndrome do Esgotamento) é acenado como uma síndrome multidimensional constituída por exaustão emocional, desumanização, tida também como despersonalização e/ou cinismo. E a outra dimensão é a decepção no trabalho, esta por sua vez, é caracterizada pela falta de realização pessoal (OLIVEIRA, H.C.; GURGEL, F.F.; COSTA, M.E.M.; AQUAR, W).

No cenário nacional, a primeira publicação acerca da SB foi realizada em 1987 pelo médico cardiologista Hudson França, na Revista Brasileira de Medicina. As primeiras teses apareceram na década de 1990 e na escolta, outras publicações vieram a surgir, alertando alguns profissionais sobre esta temática.¹⁵ Carlotto (2001) e Leite (2007) colocam que a SB é discutida por cinco abordagens, sendo elas, clínica, social-psicológica, organizacional, social-histórica e a psicologia do trabalho.

A abordagem clínica tem como precursor Herbert Freudenberger, e considerava que o profissional, ao se sentir exausto, já não conseguia preocupar-se com as necessidades do indivíduo que o procurava. Christina Maslach identificou a abordagem social-psicológica relacionando o estresse ao papel que o indivíduo desempenha em seu trabalho, além de

¹⁴ GARCÉS DE LOS FAYOS, E. (2000). **Tesis sobre el Burnout**. Tesis para optar al grado de Doctor en Psicología, Universidad de Barcelona.

¹⁵ NEVES, V. F. **Impacto da satisfação no trabalho e da percepção de suporte organizacional sobre a Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um Hospital**. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal de Uberlândia, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, 2012.



identificar características básicas da síndrome no ambiente de trabalho. A organizacional considera as definições dos autores mencionados anteriormente, considerando afinidades organizacionais como geradoras de Burnout. A abordagem social-histórica com a ideia de que o impacto da sociedade pode determinar a síndrome bem mais que as relações individuais e/ou organizacionais e, por fim, a psicologia do trabalho apoiada nas fundamentações teóricas de Marx e Leontiev.

Diante dos estudos realizados por Carlotto e Câmara, na Análise da produção científica sobre a SB no Brasil, considerou-se buscas bibliográficas em bases de dados, verificando-se a incipiente produção científica, no entanto, dentro das publicações identificadas é possível perceber que a contextualização da Síndrome Burnout não se restringe às áreas de saúde e educação, em contrapartida, profissões que possuem um contato interpessoal

3.2 DESENVOLVIMENTO DA SÍNDROME E INTERVENÇÕES

As exigências do trabalho, aliadas às facilidades tecnológicas que permitem a conexão em tempo real a todo momento, penetram na vida do trabalhador interferindo por vezes em suas relações pessoais e sociais. Isso tem gerado frustrações de todo o tipo em função da expectativa de desempenho superior gerada tanto pela empresa quanto pelo próprio trabalhador podendo levar à cronificação do estresse (BENEVIDES-PEREIRA, 2003; MASLACH e JACKSON, 1986).

Conforme a literatura (SCHUSTER et al, 2014; ANDRADE et al, 2012; CORSO et al, 2012; MOURA et al, 2016) a Síndrome de Burnout pode ser identificada em diversos profissionais, mas principalmente nos trabalhadores que prestam assistência a outras pessoas, com atividades de auxílio, educação e serviço social. Esses trabalhadores estão mais vulneráveis, pois investem na relação interpessoal e dedicação ao cuidado de outras pessoas, inclusive com envolvimento afetivo com pessoas que se encontram em situações de sofrimento, favorecendo assim a incidência da síndrome nesses profissionais (ANDRADE et al, 2012).

Os sintomas da Síndrome de Burnout aparecem quando o trabalhador já lançou mão de todos os métodos de enfrentamento conhecidos e o sofrimento do trabalhador, neste caso, pode culminar na exaustão emocional (OLIVEIRA et al., 2014). Benevides Pereira (2002), explica que uma pessoa acometida pela Síndrome de Burnout apresenta sintomatologias que manifestam-se de acordo com fatores individuais, ambientais e da etapa que o trabalhador se



encontra no processo da síndrome. Sendo assim, compõem os sintomas físicos, definidos como requisitos que causam mudanças na interação com o corpo dos indivíduos, sintomas psíquicos, ou seja, condições psicológicas, reações emocionais que afetam direta e indiretamente a saúde dos trabalhadores, sintomas comportamentais, os quais alteram as atitudes dos profissionais que passam a demonstrar-se agressivos, negativos, rígidos, estereotipados e inclinados a atividades de alto risco para si, e por fim, sintomas defensivos, que se manifestam como recurso as situações que o trabalhador enfrenta quando este se distancia a fim de evitar o sentimento de frustração em relação aos outros e passa a demonstrar reações de ironia como forma de aliviar o mal-estar que o trabalho proporciona a ele. Os conjuntos de sintomas que refletem a SB em um contexto geral podem ser confundidos como característicos de estados estressores e até mesmo depressivos, tendo em vista que possuem indicativos semelhantes, todavia se diferem em alguns aspectos, desde fatores defensivos em casos de estresse, e sentimentos de culpa, submissão e derrota em casos de diagnóstico de depressão, levando em consideração ainda que os sentimentos do burnout constituem sentimentos de tristeza e desapontamento desencadeados pelo trabalho (BENEVIDES PEREIRA, 2002).

As transformações complexas do trabalho surgem como fonte causadora de tensão e sobrecarga física e psíquica, prejudicando relações profissionais e interpessoais, com deterioração crescente da qualidade de vida nos diversos âmbitos do trabalho humano (DEJOURS, 1992). A partir da promulgação da Constituição Federal Brasileira em 1988, a realidade da negligência frente à saúde do trabalhador começa a sofrer mudanças, pois a mesma estabelece a ampliação do atendimento do SUS e a intervenção nas causas do adoecimento, inclusive, nos ambientes de trabalho (MUROFUSE, 2004).

Diante das investigações realizadas sobre a SB, é possível estabelecer diferentes linhas de prevenção e intervenção deste fenômeno psicológico isolando os elementos que subjazem ao processo, além do mais, devido à escassez quanto aos programas preventivos, prevalecem os programas de tipo interventivo. Nesse sentido, na gênese do processo burnout, as intervenções e os programas preventivos procuram focar três níveis: os programas centrados na resposta do indivíduo, que envolvem a aprendizagem, consistindo em estratégias de enfrentamento adaptativo frente às situações estressantes. Focaliza-se a intervenção nas respostas da pessoa diante das situações negativas ou estressantes a fim de prevenir essas respostas negativas associadas aos fatores de estresse. Os programas centrados no contexto ocupacional, que envolvem as mudanças no ambiente de trabalho com a finalidade de melhorar



o clima de trabalho tendo em vista que o estresse se produz diante de um contexto laboral desfavorável. E os programas centrados na interação do contexto ocupacional e do indivíduo, que combinam os dois níveis anteriores, entendendo o burnout como fruto da relação entre o sujeito e o meio laboral (BENEVIDES PEREIRA, 2002),

A prevenção e as intervenções do burnout centradas no meio laboral são necessárias para enfocar tanto o trabalhador como o seu ambiente de trabalho, de tal forma que os problemas no contexto social do local de trabalho sejam solucionados. Tais interferências podem ter início pelo próprio trabalhador ou pela instituição (MASLACH & LEITER, 1999).

4 DISCUSSÕES E RESULTADOS

Com base nas fontes de pesquisa, poucos estudos foram encontrados em um contexto empresarial. A obtenção de resultados mais favoráveis foi em instituições públicas como hospitais, universidades e escolas que por sua vez os profissionais, sendo eles, professores, médicos, enfermeiros, técnicos, anestesiastas, entre outros, demonstraram através dos questionários e das ferramentas de escala como MBI-HSS¹⁶ e CLIMOR¹⁷, níveis baixos, moderados e altos quanto aos índices de Burnout.

Com base na pesquisa empírica de Gonçalves et al (2011) realizada em uma universidade de medicina em Belém do Pará, metade dos profissionais, sendo professores médicos, apresentaram traços em níveis moderados e altos de Burnout, sendo predominante a despersonalização que se refere ao sentimento que o indivíduo passa a ter de insensibilidade para consigo e com os outros, trata clientes e amigos com indiferença.

Outra pesquisa realizada por Nogueira et al (2018) em uma instituição pública de saúde em 40 instituições de São Paulo com aproximadamente 754 enfermeiros, a maioria alegou exaustão emocional que é uma das características da SB em que o profissional sente suas energias físicas e emocionais esgotadas. Que por sua vez pode estar ligada a diversos fatores como a carga horária exacerbada, falta de autonomia, tipo de liderança, entre outros fatores.

Já a pesquisa feita por Santos et al (2014) buscam relacionar alguns fatores desencadeantes da Burnout com o clima organizacional, realizada com uma equipe multiprofissional de hospital no interior de São Paulo com 565 profissionais de diversas áreas

¹⁶ Maslach Burnout Inventory - Human Survey. Instrumento utilizado para avaliar Burnout.

¹⁷ Escala de Avaliação do Clima Organizacional - Ferramenta de avaliação de clima organizacional.



partindo de cuidadores, enfermeiros, médicos até os responsáveis pela higienização e organização da instituição. Sendo a partir dos resultados obtidos, a exaustão emocional significativamente vinculada a ausência de aspectos organizacionais como comunicação e integração e satisfação, desenvolvimento profissional e benefícios e pontuação total. Em comparação ao fator supracitado, a despersonalização e realização profissional se encontraram em níveis baixos quando correlacionados ao clima organizacional.

Observa-se a partir das pesquisas relatadas a escassez de estudos em outras áreas, uma vez que há uma ênfase maior na área da saúde. O motivo se estrutura na perspectiva de Santos et al (2014) em que contextos que demandam contatos interpessoais mais intensos são extremamente férteis para o desenvolvimento da SB, enfatizando o que estudiosos alegam sobre a Burnout fortemente originada por meio de aspectos socioambientais negativos.

Os fatores que estão intensamente vinculados a SB, são entre eles, as intensas cargas horária de trabalho que por sua vez restringe o indivíduo de outras atividades como lazer, relacionamento intrapessoal, com a família e outros que fazem parte dele. Um clima organizacional desfavorável, tendo em vista que a hostilidade presentes em ambientes de trabalho ao invés de impulsionar o profissional ao alcance de metas e objetivos só o desgasta, agride sua integridade e declina seu bem-estar. A ausência de autonomia inflama o empregado, ocasionando sentimentos de inutilidade, uma vez atrelada a uma liderança autoritária impedindo que a voz do subordinado seja ouvida acaba oprimindo o indivíduo e prejudicando sua carreira profissional e sua vida pessoal, gerando até conflitos familiares.

Com a sociedade consolidada no capitalismo, o recurso monetário se tornou sinônimo de realização pessoal, sendo ele no senso comum, aquele que proporciona felicidade, bem-estar, a aquisição de bens materiais, status social e entre outros. Com isso, evidencia o quanto horas extenuantes de trabalho, competitividade excessiva e a ambição em altos níveis se tornam virtudes no contexto social, no entanto os mesmos que alavancam o indivíduo profissionalmente são os que prejudicam a vida pessoal e as relações intra/interpessoais. Evidenciando o quanto é fundamental encontrar equilíbrio em todos os aspectos da vida para que nenhum se sobrepõe ao outro.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS



Com a sociedade evoluindo de forma acentuada e com diversas imprevisibilidades, vários desafios surgem a cada dia ao passo que se mostra positivo em termos de desenvolvimento, pode se apresentar com alto grau de prejuízos desencadeados nos indivíduos que nem sempre conseguem acompanhar todo esse processo.

Segundo a neurociência, o cérebro humano não é preparado para todo esse cenário presente em grande parte do mundo, tendo isso em vista, esse fator pode-se atrelar aos transtornos presentes que surgem na vida das pessoas. A SB é uma condição fruto desse cenário capitalista e acelerado em que é construída a ideologia do máximo, no que se refere ao trabalho, produzir constantemente e sempre com excelência. E além das cobranças de desempenho no trabalho, há também as cobranças pessoais as quais deixam de ser saudáveis a partir do momento em que prejudicam o bem-estar do indivíduo.

Deve-se não apenas humanizar o ambiente de trabalho, mas é necessário também atuar fortemente com o profissional para que se entenda suas capacidades, limitações, aptidões e também do trabalho em equipe. Ademais, estimular o profissional a cuidar de si e compreender outros aspectos da vida como a importância de uma boa alimentação, exercícios físicos e horas de lazer. Mesmo o ser humano ser capaz de apresentar diversas personas, ou seja, adaptar-se conforme o ambiente ao qual está inserido, quando está sofrendo acontece o “efeito dominó” em que todas as partes que o compõem entram em declínio e acometem toda sua vida.

Apesar da SB ser causada pelo esgotamento do profissional em sua área de trabalho, há também fatores genéticos e subjetivos que podem ser fortes coadjuvantes no desenvolvimento da Burnout, o que implica uma complexidade para auxiliar esse profissional de forma objetiva.

É imprescindível que se tenha políticas internas da empresa e um olhar atento do gestor e equipe responsável pelo bem-estar dos profissionais e orientá-los para o olhar que devem ter sobre si mesmo e evidentemente oportunizar um profissional da saúde mental na empresa como o psicólogo organizacional que poderá ajudá-lo a compreender a situação e encaminhá-lo ou direcioná-lo para o serviço mais adequado. Para empresas menores é interessante uma parceria ou convênio com algum profissional ou empresa terceirizada que ofereçam serviços como Gestão de Pessoas para atuar no bem-estar dos profissionais.

A construção deste artigo se desenvolveu devido a observação em algumas empresas/instituições em que os profissionais apresentam significativo cansaço e despersonalização. Diante dessa preocupação por parte das acadêmicas, decidiram realizar a



pesquisa e compreender melhor o assunto, além de viabilizar de alguma forma maior conhecimento para a comunidade.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, T.; HOCK, R.E.E.; VIEIRA, K.M.; RODRIGUES, C.M.C. **Síndrome de Burnout e suporte social no trabalho: a percepção dos profissionais de enfermagem de hospitais públicos e privados.** Organizações & Sociedade, Salvador, v. 19, n. 61, p. 231-251, abril-junho, 2012. Disponível em: <http://www.spell.org.br/documentos/ver/7427/sindrome-de-burnout-e-suporte-social-no-trabalho--a-percepcao-dos-profissionais-de-enfermagem-de-hospitais-publicos-e-privados->

BENEVIDES PEREIRA, A.M. **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002. Ebook. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?id=EMnnJklADqIC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>.

BRASIL. Portaria nº 1.339/GM, de 18 de novembro de 1999: dispõe sobre lista de doenças relacionadas ao trabalho. Diário Oficial da União, Brasília. 1999

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. **Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil.** Psico, v. 39, n. 2, 29 ago. 2008.

CHERNISS, C. (1980). **Staff Burnout: job stress in the human services.** Beverly Hills British Journal of Social Work (1981).

DEJOURS, C. **A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho.** 5.ed. São Paulo: Cortez/Oboré. 1992.

FONTES, F. F. . **Herbert J. Freudenberger e a constituição do burnout como síndrome psicopatológica.** Memorandum: Memória e História em Psicologia, [S. l.], v. 37, 2020. DOI: 10.35699/1676-1669.2020.19144. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/memorandum/article/view/19144>.

SCHAUFELI, W. B. & Buunk, B. P. (2003). **Burnout: An Overview of 25 Years of Research and Theorizing.** Em M. J. Shabracq, J. A. M. Winnubst, & C. L. Cooper (Eds), The Handbook of Work and Health Psychology (2nd ed., pp. 383–425). New Jersey: John Wiley and Sons.

FREUDENBERGER, H. J. (1977). **Burn-out: Occupational hazard of the child care worker.** Child Care Quarterly, 6(2), 90–99.

GARCÉS DE LOS FAYOS, E. (2000). Tesis sobre el Burnout. Tesis para optar al grado de Doctor en Psicología, Universidad de Barcelona.

GUIMARÃES, Liliana Andolpho M.; CARDOSO, W. L. C. D. **Atualizações da síndrome de burnout.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004.



LLAPA-RODRIGUEZ, Eliana Ofélia et al. **Estresse ocupacional em profissionais de enfermagem**. Rev enferm UERJ, v. 26, p. e19404, 2018.

MASLACH, C. (2001); **Job Burnout**. Annual Review Psychology. Disponível em: findarticles.com.

MASLACH, C. SCHAUFELI, W e MAREK, T. (1993). **Professional Burnout. Recent Development in Theory and Research**. Taylor e Francis.

MUROFUSE, N. T. **O adoecimento dos trabalhadores de enfermagem da Fundação Hospitalar do Estado de Minas Gerais: reflexo das mudanças no mundo do trabalho**. 2004. Tese (Doutorado em Enfermagem) – Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2004.

NEVES, V. F. Impacto da satisfação no trabalho e da percepção de suporte organizacional sobre a Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um Hospital. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal de Uberlândia, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, 2012.

OLIVEIRA, H.C.; GURGEL, F.F.; COSTA, M.E.M.; AQUAR, W. A. Saúde Mental x Síndrome de Burnout: reflexões teóricas. Revista Eletrônica do Mestrado Profissional em Administração da Universidade Potiguar, Natal, v. 6, n. 2, p. 53-66, abril-setembro, 2014. Disponível em: <http://www.spell.org.br/documentos/ver/32662/saude-mental-x-sindrome-de-burnout--reflexoes-teoricas>.

TRETTENE AS, Ferreira JAF, Mutro MEG, Tabaquim MLM, Razera APR et al. **Estresse em profissionais de enfermagem atuantes em Unidades de Pronto Atendimento**. Bol. Acad. Paul. Psicol. 2016. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2016000200002&lng=pt&nrm=iso>

SOARES AS. **Mobbing: relações com a síndrome de burnout e a qualidade de vida dos trabalhadores de uma instituição universitária de Campo Grande, MS**. Disponível em: <https://site.ucdb.br/public/md-dissertacoes/8025-mobbing-relacoes-com-a-sindrome-de-burnout-e-a-qualidade-de-vida-dos-trabalhadores-de-uma-instituicao-universitaria-de-campo-grande-ms.pdf>

SCHUSTER, M.S.; BATTISTELLA, L.F.; DIAS, V.V.; GROHMANN, M. Z. **Identificação dos níveis de Burnout em um hospital público e aplicação da escala MBI-GS**. Revista de Administração Hospitalar e Inovação em Saúde, Belo Horizonte, v. 11, n. 4, p. 278-290, outubro-dezembro, 2014.

PEREIRA, F.; PÊGO, DELCIR RODRIGUES. **Síndrome de Burnout**. Revista Brasileira de Medicina do Trabalho, v. 14, n. 2, p. 171–176, 2016. Disponível em: <https://www.rbmt.org.br/details/46/pt-BR/sindrome-de-burnout>



GONÇALVES, T. B. *et al.* **Prevalência de síndrome burnout em professores médicos de uma universidade pública em Belém do Pará.** Revista Brasileira de Medicina do Trabalho. 2011;9(2):85-89. Disponível em: < <https://www.rbmt.org.br/details/91/pt-BR/prevalencia-de-sindrome-de-burnout-em-professores-medicos-de-uma-universidade-publica-em-belem-do-para> > Acesso em 25 de agosto de 2022.

NOGUEIRA, Lilia de Souza et al. **Burnout e ambiente de trabalho da enfermagem em instituições públicas de saúde.** Revista Brasileira de Enfermagem. 2018, v. 71, n. 2 pp. 336-342. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0524>> Acesso em 25 de agosto de 2022.

SANTOS, Sônia Maria Pessoto et al. **Burnout e sua relação com o clima organizacional em funcionário de um hospital.** Arquivos Brasileiros de Ciências da Saúde. 2014, São Paulo. Disponível em: <: <http://dx.doi.org/10.7322/abcshs.v40i1.697>> Acesso em 27 de agosto de 2022.