

Impactos da Síndrome de *Burnout* na Enfermagem

Lara Sandra Fernandes Nogueira⁽¹⁾, Rennee Cardoso⁽²⁾

⁽¹⁾ Acadêmica do Curso de Enfermagem na Instituição Faculdades Integradas da União Educacional do Planalto Central (FACIPLAC) Brasília, Distrito Federal. E-mail: lara_fnogueira@hotmail.com

⁽²⁾ Mestranda em Ciências da Educação, pela E-mail Brunner University. Docente de Enfermagem nas Faculdades Integradas do Planalto Central, DF. E-mail: rennee.cardoso@faciplac.edu.br

RESUMO

Síndrome de Burnout é um distúrbio psíquico de caráter depressivo, precedido de esgotamento físico e mental intenso no ambiente laboral. Ressalta-se aqui que o enfermeiro vítima do burnout tende a isolar-se e começa a nutrir um sentimento de antipatia pelo outro, o que é um grave problema para um profissional que lida diariamente com outras pessoas. Há também o sentimento de insatisfação consigo mesmo e daí deriva-se sentimento de incompetência e baixa autoestima. Objetivo geral: Tem como objetivo descrever o que acontece com o profissional Enfermeiro que adquire essa síndrome e suas consequências no cotidiano, discutindo fatores que favoreçam o desenvolvimento da síndrome e sua possível sintomatologia, bem como tratamento. Metodologia: Trata-se de uma revisão da literatura, qualitativa, com abordagem descritiva. Foi realizada busca de artigos científicos e manuais técnicos, publicados entre 2008 e 2018. A escolha das publicações quanto aos critérios de inclusão e exclusão, realizou-se a partir de artigos publicados na íntegra entre os anos de 2008 a 2018, de Língua Portuguesa que tiveram relevância com a temática proposta. Considerações finais: A síndrome de burnout tem tratamento, mas, em muitos casos, o indivíduo não busca se tratar, seja por falta de tempo ou por desacreditar que está doente. É necessário um olhar mais atento para esses profissionais e atitudes de prevenção devem ser adotadas em qualquer instituição. É preciso que se recupere o sentido humano dessa profissão, ligada diretamente à vida e tão importante para a sociedade.

Descritores: Enfermeiro. Impactos. Burnout. Saúde do trabalhador.

Abstract

Burnout syndrome and a psychic disturbance of a depressive character, preceded by intense physical and mental exhaustion in the work environment. It is emphasized here that the nurse victim of burnout tends to isolate herself and begins to nourish a feeling of dislike for the other, the which is a serious problem for a professional who deals daily with other people. There is also the feeling of dissatisfaction with himself and hence derives the feeling of incompetence and low self esteem general objective: It aims to describe what happens to the professional nurse with acquire this syndrome and its consequences in the daily life, discussing factors that favor the development of the syndrome and its possible symptomatology, as well as the treatment and methodology. This is a review of

the qualitative literature, with a descriptive approach. A search for scientific articles and technical manuals published between 2008 and 2018 was carried out. The selection of publications regarding the inclusion and exclusion criteria was made from articles published in full between the years 2008 and 2018 of Portuguese language that were relevant to the final theme: Burnout syndrome has treatment, but in many cases, the individual does not seek treatment, either for lack of time or for discrediting that he is ill. A closer look at these professionals and attitudes of prevention must be adopted in any institution. It is necessary to recover the human sense of this profession, which is directly linked to life and so important to society.

Descriptors: Nurse. Impacts. Burnout. Occupational Health.

INTRODUÇÃO

A sociedade contemporânea enfrenta, cotidianamente, situações conflituosas que geram tensão e podem, em caráter de repetição, gerar estresse. O estresse tem sido um tema recorrente de diversos estudos e é um sinal de que o homem necessita ter um tempo destinado ao lazer ou a alguma atividade que lhe cause prazer ⁽¹⁾.

Há uma grande variedade de pesquisas que versam sobre como o estresse está presente em muitas e diversas áreas de atuação do homem, principalmente profissional. Atletas, executivos, médicos, professores, bancários, entre outras profissões, não estão livres do estresse ocupacional, porém, para este trabalho, a atenção será voltada para o estresse em profissionais de enfermagem e a síndrome de burnout. Essa síndrome caracteriza-se por um tipo de estresse crônico decorrente de um trabalho prolongado com tensão permanente e será abordada com mais profundidade ao longo deste artigo ⁽¹⁾.

O pouco tempo de lazer, o excesso de tarefas de trabalho e a insatisfação quanto à remuneração tem levado os trabalhadores de enfermagem a geralmente possuírem mais de um vínculo empregatício, a prolongadas jornadas de trabalho. Esse sentimento de insatisfação e a sobrecarga de trabalho geram, muitas vezes, danos à saúde física e mental e o profissional a um estresse ocupacional, uma sensação de vazio, e exaustão no trabalho, sintomas da síndrome de burnout⁽¹⁾.

A definição mais aceita do burnout é fundamentada na perspectiva social-psicológica sendo definida como uma síndrome psicológica resultante de estressores interpessoais crônicos no trabalho e caracteriza-se por: exaustão emocional, despersonalização (ou ceticismo) e diminuição da realização pessoal (ou eficácia profissional). O trabalhador perde o sentido da sua relação com o trabalho e faz com que as coisas já não tenham mais importância ⁽²⁾.

São sintomas do burnout: fadiga constante, distúrbio de sono, falta de apetite e dores nos músculos. Há também significativas alterações de origem psíquica, como a falta de atenção, alteração de memória, ansiedade e frustração⁽¹⁹⁾.

Pensando nestas questões, este presente estudo teve como objetivo geral descrever os impactos da síndrome de burnout na enfermagem, e como objetivos específicos: apontar suas consequências no cotidiano, discutindo fatores que favoreçam o desenvolvimento da síndrome e sua possível sintomatologia, bem como sintomatologia, tratamento e prevenção.

Considera-se esse trabalho é relevante, pois contribui para a elucidação de algumas questões pertinentes à área de enfermagem e possibilita o enfrentamento desse problema que acomete tantos profissionais e acaba por interferir na qualidade do seu trabalho.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão da literatura, qualitativa, com abordagem descritiva. Foi realizada busca de artigos científicos e manuais técnicos, publicados entre 2009 e 2018.

Pesquisa qualitativa: Pesquisa qualitativa é um método de investigação científica que se foca no caráter subjetivo do objeto analisado, estudando as suas particularidades e experiências individuais. O presente estudo teve como ênfase a seguinte questão norteadora: o que acontece com o Enfermeiro quando adquire a Síndrome de Burnout?

As informações para construção da pesquisa foram obtidas a partir das bases de dados: Centro Latino-Americano de Informação em Saúde (Lilacs), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), (National Library of Medicine (Pubmed), Revista Eletrônica de Enfermagem (Ree), Enfermagem Revista da Escola de Enfermagem da USP, Revista Brasileira de Enfermagem (Reben), Revista Acta Paulista de Enfermagem, Sistema Eletrônico de revista (Cogitare).

A escolha das publicações quanto aos critérios de inclusão e exclusão, realizou-se a partir de artigos publicados na íntegra entre os anos de 2009 a 2018, de Língua Portuguesa que tiveram relevância com a temática proposta. Os critérios de exclusão utilizados foram: monografias, dissertações e resenhas nas bases de dados, bem como artigos nos quais os sujeitos eram: Material científico que não abordem o tema e tenha sido publicado anterior a 2009.

A busca ocorreu através dos descritores inseridos nos Descritores em (DeCS), a saber: Enfermeiro. Impactos. Burnout. Saúde do trabalhador.

A busca resultou em 30 trabalhos encontrados, dos quais foram submetidos aos critérios de inclusão e exclusão. Após a leitura foram excluídos 11 trabalhos e 19 foram selecionados para leitura e por fim, 19 artigos na revisão bibliográfica que foram organizados em um quadro, presente nos resultados da pesquisa.

RESULTADOS

No vigente estudo, incluíram-se 19 artigos que atenderam aos critérios de inclusão. No Quadro 1, estão sintetizados em ordem cronológica, organizados pelo nome do autor, ano de publicação e as informações relacionadas ao tema deste estudo.

Quadro 1. Artigos sobre o Impacto da Síndrome de Burnout na Enfermagem.

| Nº de Artigos | Autores | Objetivo | Base de Dados | Resultados |
|---------------|-------------------------------------|--|---------------|--|
| 01 | Jodas, DA 2008 | Investigar sinais e sintomas de <i>burnout</i> em trabalhadores de enfermagem de um Pronto Socorro de Hospital Universitário correlacionando-os com fatores preditores. | SciELO | Fatores como o não reconhecimento e incentivo ao desenvolvimento profissional estão relacionados com este diagnóstico. |
| 02 | Carneiro, RM, 2010 | A preocupação com a saúde dos indivíduos que exercem suas atribuições em organizações de saúde tem crescido significativamente devido aos riscos ocupacionais cada vez mais evidentes | SciELO | Por se tratar de uma Síndrome, o desenvolvimento do Burnout envolve diversos fatores não só individuais, como coletivos e laborais, pro isso pode ser considerado multicasual. A causa laboral, como apresentado no estudo em vigor, foi estimada como sendo, um dos principais fatores relacionados ao desenvolvimento da Síndrome, em especial, quando os aspectos laborais estão ligados às instituições hospitalares. |
| 03 | Ebling, M. Carlotto M.S. 2010 | Verificar a prevalência das dimensões da síndrome de burnout e sua relação com variáveis sócio-demográficas, laborais, psicossociais, de satisfação com o trabalho, de resistência ao estresse, de auto-eficácia e também com transtornos mentais comuns em profissionais de saúde de um hospital público. | SciELO | Estabelecer um perfil de risco para síndrome de burnout, a saber, trabalhadores do sexo masculino, jovens, em processo de formação (graduação), com menor remuneração, que atendem um maior número de pacientes por dia, médicos, profissionais concursados, ausência de comprometimento, controle e desafio (traços de personalidade resistente ao estresse), menor auto-eficácia, insatisfação com o trabalho, presença de transtornos |

| | | | | |
|-----------|---|---|--|--|
| | | | | mentais comuns e desejo de abandonar a profissão, a instituição ou seu cargo na instituição atual. |
| 04 | Rossi, SS Santos PG Passos JP 2010 | Comparar os indicativos da Síndrome de Burnout e, enfermeiros de uma unidade de atenção básica e de setores fechados de um hospital discutindo a seus fatores. Discutir fatores que favoreçam o desenvolvimento da síndrome e sua possível sintomatologia. | Revista de Pesquisa: O cuidado é fundamental Online. | A prevalência notável do desenvolvimento da síndrome nos hospitais mostrou, que as unidades hospitalares, principalmente em serviços de alta complexidade, recebem maior destaque em relação as alterações da saúde mental. Mostra-se necessário a monitorização periódica da saúde mental e física dos trabalhadores com o objetivo de desenvolver estratégias para diminuir as fontes de estresse reorganizando o processo de trabalho. |
| 05 | Carvalho CG, Magalhães SR 2011 | Levantar informações sobre os principais fatores de risco que favorecem o aparecimento da Síndrome de Burnout e sua consequência para o indivíduo, organização e sociedade. | Revista da Universidade Vale do Rio Verde | A SB em trabalhadores de enfermagem é prejudicial nas esferas individual, profissional e organizacional, porque afeta negativamente a qualidade dos cuidados de enfermagem aos pacientes, familiares e intuição em um momento em que a humanização na assistência à saúde é uma prioridade. Um grande desafio para os "atores" envolvidos, pois os profissionais de saúde estão constantemente expostos aos fatores de risco que podem desencadear a síndrome, sendo alguns deles: serviços de atenção à saúde que guardam especificidades relativas ao trato com a dor, ao sofrimento e ao mal estar orgânico, emocional e social das pessoas; limitação do número de profissionais; conflitos entre membros da equipe; trabalho em turnos; elevado número de plantões assistenciais. Um ambiente extremamente estressor. |
| 06 | Meneghini, F. Paz A.A, Lautert L, 2011 | Identificar os fatores ocupacionais associados com os três componentes da Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem que atuam em assistência hospitalar | Scielo | Resultados apontam para sobrecarga de trabalho, falta de motivação para o trabalho, conflito de valores pessoais com institucionais, falta de possibilidades de recompensas, ter a mesma função em instituições diferentes, e dificuldade em conciliar os empregos. |
| 07 | Carlotto, MS 2011 | O presente estudo buscou identificar a relação entre a Síndrome de Burnout e variáveis demográficas e laborais em 282 técnicos de enfermagem que trabalham em três hospitais de | Revista SBPH | Os resultados indicam maior índice médio na dimensão de Realização Profissional, seguida pela Exaustão Emocional e, por último, a Despersonalização. |

| | | | | |
|----|---|--|---|--|
| | | Porto Alegre. | | |
| 08 | Franco, GGP, Barros, ALB L, Nogueira, MLA Zeitoun, SS, 2011 | Determinar prospectivamente a incidência e os fatores predisponentes do Burnout em Residentes de Enfermagem | Scielo Revista da Escola de Enfermagem da USP | Há uma certa uniformidade no que diz respeito à incidência e prevalência do Burnout nos enfermeiros. Por outro lado, o caráter longitudinal prospectivo e o ineditismo da temática (primeiro estudo no Brasil) são considerados os pontos fortes da investigação. |
| 09 | Maslach, C, Leiter MP, Jackson SE, 2012 | Avaliar a experiência de um indivíduo de burnout. | Journal of Organization al Behavior, J. Organiz. Behav. | Relação psicológica das pessoas com seu trabalho como um <i>continuum</i> entre a experiência negativa de burnout (exaustão, cinismo e ineficácia) e a experiência positiva de envolvimento (energia, envolvimento e eficácia). Este quadro foi consistente com distribuições esparsas no MBI que refletiam um continuum suave de experiência em vez de uma condição discreta de esgotamento. |
| 10 | Oliveira V. Pereira T. 2012 | Conhecer os níveis de ansiedade, depressão e burnout em enfermeiros que trabalham por turnos. | Scielo | O estabelecimento de uma boa relação entre o profissional de saúde responsável pela gestão e os prestadores de cuidados é da máxima importância, na medida em que, só desta forma pode existir espírito de equipe, onde todos trabalham para um objetivo comum. |
| 11 | Camelo, SHH, 2012 | Analisar as competências profissionais dos enfermeiros. | Scielo | A participação da gerência dos serviços de saúde e de enfermagem é relevante para a elaboração de estratégias que visem o desenvolvimento e avaliação de competências nos profissionais enfermeiros. A implementação de competências para atuar nesse setor, pois fica claro que muito precisa ser pesquisado, considerando que são inúmeras as diretrizes que envolvem essa temática. |
| 12 | França. FM, Ferrari, R. Ferrari DC, 2012 | Identificar a incidência da Síndrome de Burnout (SB) e avaliar sua relação com os aspectos laborais, em enfermagem, de dois hospitais de médio porte de Cáceres, MT. | Scielo Revista Latino Americana Enfermagem | Com o presente estudo, fez-se uma análise do processo de desgaste entre profissionais de enfermagem de diferentes setores hospitalares, proporcionando visão do adoecimento desses trabalhadores. Verificou-se que nos dois hospitais de Cáceres, MT os profissionais de enfermagem mais acometidos pela Síndrome de Burnout eram aqueles com regime de trabalho diarista, com cargas horárias semanal de 30 horas, vínculo empregatício por meio de contrato, duplo vínculo empregatício, menor tempo de formação, com menos de um ano de trabalho na unidade e aqueles |

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| | | | | que possuíam, como setor de lotação, cargo administrativo. |
| 13 | Martins, VMF 2013 | Descrever concepções de estresse, oriundas tanto da literatura especializada contemporânea, quanto da auto avaliação dos profissionais de enfermagem de um hospital público na cidade de Goiânia, Goiás. T | Tese (Doutorado em Ciências da Saúde) - Universidade de Brasília. | Esta tese contemplou duas fases distintas: em um primeiro momento foi feita uma ampla revisão da literatura com o objetivo de se conhecer as principais publicações vinculando estresse, Burnout e enfermagem e enquanto segundo momento destacou-se o estudo de campo. |
| 14 | Neto, RT, Cavalcante ML, Correia AR, Adami F. 2014 | Atentar-se para docentes com pré-disposição a desenvolver a Síndrome de Burnout. Identificar características que apontem a síndrome de Burnout em docentes do curso de enfermagem da Universidade Regional do Cariri (URCA), Unidade Descentralizada de Iguatu (UDI) | Rev. Bras. Pesq. Saúde | Comprovam-se os docentes de enfermagem apresentam a Síndrome de Burnout durante sua jornada de trabalho. Compreender melhor esses fatores estressores deve ser missão constante da ciência, podendo-se assim identificar suas etapas de desenvolvimento, suas dimensões, suas consequências e principalmente permitindo articularmos ações que versem sobre a prevenção, o tratamento e o controle do Burnout, voltadas para a saúde dos profissionais docentes. |
| 15 | Moreira, DS, Magnago, RF, Sakae, TM, Magajewski, LRF, 2012 | Descreveu um quadro observado em jovens trabalhadores de uma clínica de dependentes de substâncias químicas na cidade Nova York, Estados Unidos. Esses funcionários reclamavam que já não conseguiam ver os pacientes como pessoas que necessitavam de ajuda, uma vez que estes não se esforçavam em seguir o tratamento. | Scielo | Grande parte das associações estudadas não obteve significância estatística, o que reduziu a possibilidade de avaliação de características pessoais associadas à Síndrome. Este achado sugere que as condições de trabalho como um todo, mais do que as características isoladas dos trabalhadores ou do ambiente de trabalho, são responsáveis pela emergência dos sintomas do burnout. Além disso, várias associações encontradas afrontam os padrões indicados pela literatura consultada, sugerindo a necessidade de novos estudos para confirmação dos padrões nos quais a síndrome se insere. |
| 16 | Silva, RNS Silva, LP, Costa, MCM, 2015 | Identificar os fatores de risco para a ocorrência da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem no contexto hospitalar, bem como suas implicações para estes trabalhadores. | Revista de Saúde em Foco | Constatou-se que as condições de exercício da profissão de enfermagem no contexto hospitalar estão ligadas ao desencadeamento do estresse ocupacional crônico, e mais gravemente, ao surgimento de Síndrome de Burnout. |

| | | | | |
|----|---|--|---|---|
| 17 | Paiva, LC 2017 | Analisar a qualidade de vida e os fatores de risco de burnout e verificar as possíveis associações entre as dimensões de burnout e os domínios da qualidade de vida apresentadas por médicos, enfermeiros e técnicos de enfermagem | BDTD Biblioteca Digital de Teses e Dissertações | Pode-se observar que existem fatores peculiares do exercício dos profissionais de saúde que podem desencadear a síndrome nos profissionais investigados, bem como a influencia da síndrome na qualidade de vida desses trabalhadores. Sugere-se que novas pesquisas sejam realizadas com esses profissionais, e que esses resultados podem contribuir para instrumentar a proposição de medidas preventivas quanto à saúde mental dos profissionais de saúde. |
| 18 | Nogueira L.S, Sousa RMC, Guedes ES, Santos M.A. Turrini, RNT, Cruz DA, L.M 2018 | Identificar associações entre os domínios do Burnout e as características do ambiente de trabalho. | REBEn | A exaustão emocional foi o traço do Burnout que se relacionou de forma mais constante com o grupo de instituições com condições mais desfavoráveis de trabalho quanto à autonomia, suporte organizacional e controle sobre o ambiente. |
| 19 | Bezerra, FN, Ramos VP, Silva, T MDA 2012 | Analisar a produção científica relacionada ao modo como o estresse ocupacional está presente na vida do enfermeiro que atua no cenário da urgência e emergência. | SciELO | Os resultados apontaram que o estresse ocupacional está relacionado à escassez de recursos humanos e à carga horária de trabalho, instalações físicas e recursos materiais inadequados, além de plantões noturnos, interface trabalho-lar, relacionamentos interpessoais, trabalho em clima de competitividade e distanciamento entre teoria e prática |

DISCUSSÃO

O presente trabalho teve como objetivo geral descrever o que acontece com o profissional Enfermeiro que adquire essa síndrome e suas consequências no cotidiano, discutindo fatores que favoreçam o desenvolvimento da síndrome e sua possível sintomatologia, bem como tratamento.

A experiência profissional no cuidar implica em vários fatores como: exaustão emocional constante, atenção e grandes responsabilidades. Dessa forma o trabalho em saúde, por lidar com a dor, com o sofrimento e com a morte de pacientes, pode afetar os trabalhadores de instituições hospitalares, oportunizar o surgimento da Síndrome de Burnout. É um conceito multidimensional que envolve três componentes, podem ser associados ou independentes: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização no trabalho ^(1,3,11).

Dos 19 artigos encontrados, 16% (3) apontam que os profissionais que trabalham em unidades hospitalares de alta complexidade são mais propensos à desenvolver a Síndrome de *Burnout*^(2,11,15).

Síndrome de *Burnout* afeta profissionais que trabalham diretamente com pessoas, a síndrome adquire uma visão multidimensional, sendo caracterizada por diminuição da realização no trabalho, despersonalização do outro e esgotamento emocional, afetando diretamente a qualidade de vida do profissional enfermeiro, gerando conseqüências que podem se tornar irreversíveis. É fundamental que exista um propósito de minimizar o impacto dos fatores estressores que desenvolvem a Síndrome de *Burnout* Determinadas situações, como sentimentos de incompetência e insatisfação com a atividade desenvolvida e estresses ocupacionais, se persistentes, levam o trabalhador a desenvolver a síndrome de *burnout*^(13,14).

O cansaço emocional é considerado o traço inicial da síndrome, podendo a manifestação ser física psíquica ou uma combinação das duas. Uma das principais conseqüências da síndrome, caso não seja tratada, é o suicídio. Por isso, ela é apontada como um problema de saúde pública e deve-se ter um olhar atento sobre ela, a fim de preveni-la, antes de tudo^(5,6).

Determinadas situações, como sentimentos de incompetência e insatisfação com a atividade desenvolvida e estresse ocupacionais, se persistentes, levam o trabalhador a desenvolver a Síndrome de *Burnout*, também cognominada de síndrome do esgotamento profissional, como uma resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos no trabalho que afeta, especialmente, profissionais que atuam em contato direto e persistentes com pacientes. No processo de trabalho da enfermagem em unidades hospitalares, os enfermeiros têm assumido os cuidados com os pacientes, além de atividades de coordenação e organização dos serviços, desenvolvendo, de forma compartilhada, as atividades gerenciais e assistenciais, afirma que para o planejamento de trabalho condizente com as particularidades dessas unidades, o enfermeiro deve considerar, além do perfil demográfico e epidemiológico dos pacientes atendidos, outros elementos como recursos humanos, equipamentos e materiais indispensáveis e disponíveis, tais fatores podem desencadeia um ambiente às vezes apreensivo na rotina de seus serviços^(13,14).

Os sintomas de *burnout* incluem baixo consumo de energia, irritabilidade com equipe e perda de interesse no trabalho. Como tal, podem ocasionar baixa produtividade, baixa criatividade, problemas de saúde e absenteísmo elevado. Os fatores ocupacionais integrados aos elementos da Síndrome de *Burnout* em profissionais de enfermagem onde caracterizou a atividade laboral nos hospitais por

carga de trabalho excessiva, alto nível de tensão e de riscos para os profissionais de enfermagem e contato com situações limitantes. Em consequência de queixas psicossomáticas, elevadas demandas de trabalho, relacionamento interpessoal ineficaz, duplo vínculo empregatício e os profissionais tornando-se insatisfeitos com a profissão e trabalho, provocando assim, intenção de deixar a profissão e absenteísmo (7,15,19).

A principal medida para impedir o aparecimento da Síndrome é conhecer suas manifestações. Portanto, é necessário que todos os profissionais enfermeiros tenham conhecimento sobre o assunto, sendo necessário que as organizações de saúde pratiquem medidas de prevenção e tratamento a nível individual e organizacional. Dentre os autores, pesquisados para este artigo apontam para um senso comum: o bem-estar é fundamental em qualquer ambiente. Portanto, basta apenas um olhar diferenciado para o outro, que tem o direito de ser considerado como ser humano, e não apenas como peça de um sistema. Essa é a maneira mais fácil de evitar o estresse e a consequente síndrome de burnout, que atinge cada vez mais profissional de todas as áreas. (3,16).

Viu-se também que a síndrome envolve três componentes que podem aparecer associados, mas que também são independentes: a exaustão emocional – onde há falta de energia e é associada a sensação de esgotamento emocional. A despersonalização – que é uma indiferença em relação as atividades que eram cotidianas no trabalho (atitudes negativas, cinismo, dissimulação) e a falta de envolvimento com o trabalho ou baixa realização profissional. É importante ressaltar que no aparecimento de qualquer sintoma, o profissional deve procurar uma atividade que lhe dê prazer para evitar chegar a consequências maiores e mais perturbadoras (1,2).

CONCLUSÃO

O enfermeiro vem sofrendo pressão em seu ambiente de trabalho que muitas vezes pode ocasionar o surgimento da Síndrome de Burnout, que é uma doença silenciosa onde pode apresentar inúmeros sintomas afetam diretamente a qualidade de vida no ambiente de trabalho. É necessário que os enfermeiros tenham conhecimento sobre a Síndrome que muitas vezes é negligenciada devido a falta de diagnóstico. É fundamental que exista uma prevenção e um propósito de minimizar o impacto dos fatores estressores desse ambiente promovendo a intervenção nos casos de Síndrome de Burnout, sabendo este profissional da necessidade de repouso,

alimentação adequada, exercícios físicos, família, são algumas necessidades, estratégicas citadas boa perspectiva no ambiente laboral.

REFERÊNCIAS

1. Maslach C, Leiter MP, Jackson SE, Making a significant difference with burnout interventions: researcher and practitioner collaboration. *J. Organ Behav.* 2012; 33(2):296-300.
2. Rossi SS, Santos PG, A síndrome de burnout no enfermeiro: um estudo comparativo entre atenção básica e setores fechados hospitalares. *Rev. pesq: cuid. fundam.* Online. 2010; 2(Ed. Supl.):381-84.
3. Nogueira LS, Sousa CMR, Guedes SE, Turrini TNR, Cruz ML, AD. *Burnout* e ambiente de trabalho de enfermeiros em instituição pública de saúde. *Rev. Brasileira de Enfermagem.* 2018; 71(2):358-65.
4. Oliveira V. Pereira T. Ansiedade, depressão e burnout em enfermeiros – Impacto do trabalho por turnos. *Rev. Enf. Ref.* 2012. jul.v ser.III n°.7 Coimbra jul.
5. Carvalho CG, Magalhães SR, Síndrome de burnout e suas consequências nos profissionais de enfermagem. *Revista da Universidade Vale do Rio Verde.* 2011; 9(1):200-10.
6. Paiva LC, Análise da qualidade de vida e fatores de risco para a Síndrome de *Burnout* em profissionais de saúde [tese]. Natal: Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Rio Grande do Norte. 2017. 69p.
7. Carlotto, MS, Fatores de risco da síndrome de burnout em técnicos de enfermagem. *Rev. SBPH [Internet].* 2011; 14(2):07-26.
8. Jodas DA, Síndrome de *Burnout* em trabalhadores de enfermagem de um pronto socorro de hospital universitário. *Acta paul. enferm.* 2008; 22(2):192-97.
9. Meneghini F, Paz AA, Lautert L, Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de *Burnout* em trabalhadores de enfermagem. *Texto & contexto enfermagem.* 2011; 20(2):225-33.
10. Neto RT, Cavalcante ML, Correia AR, Adami F, O docente de enfermagem e a síndrome de *burnout*. *Rev. Bras. Pesq. Saúde.* 2014; 16(4):39-47.
11. Bezerra, FN, Ramos, Vânia P, Silva, Telma MDA, Estresse ocupacional dos enfermeiros de urgência e emergência *Revista Acta Paulista de Enfermagem.* São Paulo: 2012. v.25.

12. Camelo, SHH, Competência profissional do enfermeiro para atuar em Unidades de Terapia Intensiva: Uma revisão interativa. *Revista Latino Americana Enfermagem*. 2012; v.20, n.1, p; 1-9.
13. França, FM, Ferrari R, Ferrari, DC, Alves ED, Burnout e os aspectos laborais na equipe de enfermagem de dois hospitais de médio porte. *Revista Latino Americana Enfermagem*. 2012.
14. Moreira, DS. et al. Prevalência da síndrome de *burnout* em profissionais de enfermagem de um hospital de grande porte da Região Sul do Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro. 2012; v.25, n.7, jul.
15. Ebling, M. Carlotto, MS, *Burnout* Syndrome and associated factors among health professionals of a public hospital. *Psychiatry Psychother*, Rio do Sul, 2012; v.34, n.2, p.93-100.
16. Silva, RNS, Silva L. PS, Costa, MCM, Mendes JR, Síndrome de *Burnout* em profissionais da enfermagem. *Revista Saúde em Foco*, Teresina, 2015; v.2, n.2, art.7, p.94-106, ago/dez.
17. Franco, GP, Barros, ALBL, Nogueira, MLA, Zeitoun, SS, Burnout em Residentes de Enfermagem. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*. 2011; v.45, n.1 p.130/141, São Paulo.
18. Martins, VMF, Concepção de Estresse entre profissionais da equipe de enfermagem: Estudo em hospital público. Brasília-DF: 2013; p.17.
19. Carneiro, R.M Síndrome de *Burnout*: um desafio para o trabalho do docente universitário. Dissertação (Mestrado) do Departamento de pós-graduação Stricto Sensu Mestrado Multidisciplinar em Sociedade, Tecnologia e Meio ambiente, Anápolis: 2010. 86f.