



ATA DE DEFESA DE MONOGRAFIA

Ata de Defesa de Monografia de Pós-Graduação em Unidade de Terapia Intensiva dos (as) alunos (as):

Juliana Senhorini dos Santos;

Kelcy Anne Santana e Silva;

Kelly Alves da Silva;

Wemerson Silva de Paula.

Ao trinta dias do mês de junho do ano de dois mil e vinte, reuniu-se a banca examinadora do trabalho apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso intitulado: **SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISIONAIS DE ENFERMAGEM NA UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA.**

Compuseram a banca examinadora os professores:

_____ (avaliador 1)
_____ (avaliador 2)
_____ (avaliador 3)

Após a exposição oral de defesa de banner, o (s) (a) (s) candidato (a) (s) foi (ram) arguido (a) (s) pelos componentes da banca que reuniram-se reservadamente, e decidiram, (X) Aprovar ou () Não Aprovar, com a nota 9,0 à monografia. Para constar, redigi a presente Ata, que aprovada por todos os presentes, vai assinada por mim e pelos demais membros da banca.

monografia
_____ Avaliador 1
Edson Adriano de Souza
_____ Avaliador 2
_____ Avaliador 3

Fazer em duas vias, uma fica anexada ao TCC e outra deve ser entregue na Sec. Acadêmica para arquivo na pasta do (s) aluno (s))

INSTITUTO HEALTH
URGÊNCIA E EMERGÊNCIA E UTI

KELCY ANNE SANTANA E SILVA
KELLY ALVES DA SILVA
JULIANA SENHORINI DOS SANTOS
WEMERSON SILVA DE PAULA

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Goiânia
2020

KELCY ANNE SANTANA E SILVA
KELLY ALVES DA SILVA
JULIANA SENHORINI DOS SANTOS
WEMERSON SILVA DE PAULA

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

Trabalho de Conclusão de Curso de Especialização
apresentado ao Instituto Health como requisito parcial
para a obtenção do título de Especialista em Urgência e
Emergência e UTI.

Orientador: Prof. Danillo Godoi

Goiânia
2020

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

BURNOUT SYNDROME IN NURSING PROFESSIONALS

Kelcy Anne Santana e Silva

Enfermeira, Pós-graduanda em Urgência e Emergência e UTI, Instituto Health.
kelcyufg@gmail.com

Kelly Alves da Silva

Enfermeira, Pós-graduanda em Urgência e Emergência e UTI, Instituto Health.
kelly.sinop@hotmail.com

Juliana Senhorini dos Santos

Enfermeira, Pós-graduanda em Urgência e Emergência e UTI, Instituto Health.
jsenhorini@yahoo.com

Wemerson da Silva de Paula

Enfermeiro, Pós-graduando em Urgência e Emergência e UTI, Instituto Health.
wemersonsilvadepaula@gmail.com

RESUMO

As mudanças tecnológicas e de processo de trabalho impostas aos profissionais após a Revolução Industrial impactam na saúde física e mental, propiciando consequências negativas nos níveis institucional, social e pessoal. Devido os profissionais da área da saúde, em especial, a equipe de enfermagem estarem expostos a alta carga horaria de trabalho e responsabilidade, vivencia de sofrimento e morte, tornando-os alto risco para o desenvolvimento de estresse ocupacional e até mesmo a Síndrome de Burnout. O estudo objetivou identificar na literatura científica os fatores estressores associados ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem e suas consequências no aspecto pessoal e profissional. Foi realizada revisão bibliográfica, utilizando artigos selecionados de base de dados publicados entre 2011 e 2019 que tratavam sobre a relação entre Síndrome de Burnout e atividades laborais dos profissionais de enfermagem. Concluiu-se que os próprios profissionais de Enfermagem precisam se conscientizar sobre a importância do autocuidado no ambiente de trabalho. E aos gestores e gerentes instituir e incentivar programas voltados ao bem-estar dos profissionais de enfermagem, a fim de reduzir os riscos de adoecimento ocupacional e melhorar a qualidade de vida no trabalho.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout, fatores estressores, profissionais de enfermagem.

ABSTRACT

Technological and work process changes imposed on professionals after the Industrial Revolution have an impact on physical and mental health, causing negative consequences at the institutional, social and personal levels. Due to the health professionals, in particular, the nursing team being exposed to high workload and responsibility, experiencing suffering and death, making them at high risk for the development of occupational stress and even the Burnout Syndrome. The study aimed to identify in the scientific literature the stressors associated with the development of Burnout Syndrome in nursing professionals and its consequences in the personal and professional aspect. A bibliographic review was carried out, using selected articles from a database published between 2011 and 2019 that dealt with the relationship between Burnout Syndrome and nursing professionals' work activities. It was concluded that nursing professionals themselves need to become aware of the importance of self-care in the work environment. And managers and managers to institute and encourage programs aimed at the well-being of nursing professionals, in order to reduce the risks of occupational illness and improve the quality of life at work.

Keywords: Burnout syndrome, stressors, nursing professionals.

INTRODUÇÃO

As mudanças tecnológicas e de processo de trabalho impostas aos trabalhadores após a revolução industrial, permitiram às empresas o aumento da produtividade e acumulação de capital e lucro. Na atualidade refletem de forma negativa para os profissionais gerando graves desgastes físicos e emocionais, sendo marcado pelo mal-estar, incerteza, fluidez, cobrança por produção e constante controle, contribuindo para a precarização das condições trabalhistas. Isso tem transformado o ambiente laboral numa fonte de sofrimento para o indivíduo, provocando baixa qualidade de vida (SILVA, 2019).

De acordo com Silva, *et al* (2015), nos últimos anos o impacto do trabalho na saúde física e mental dos profissionais tem sido consideravelmente importantes, ocasionando consequências negativas ao trabalhador. Segundo Silva (2019), um ambiente de trabalho conflitante provoca o surgimento de diversas enfermidades dentre elas o estresse ocupacional que se caracteriza principalmente por desmotivação, irritação, impaciência, licenças médicas, absenteísmo, queda de produtividade, fãrmaco dependência, falta de envolvimento com o trabalho, organização e dificuldades no relacionamento interpessoal. Nesse sentido Esteves *et al* (2019) destacam que o estresse ocupacional relaciona aspectos cognitivos, emocionais e motivacionais do indivíduo. Ruback, Tavares e Lins (2018), descrevem que em 1936, o estresse ficou definido como uma consequência somática e mental de uma demanda sobre o corpo com resultado inespecífico, e o estressor como todo e qualquer agente que provoque reação de estresse, seja ele físico, mental ou emocional.

Um elevado nível de estresse ocupacional antecede várias patologias como a fadiga ocupacional, depressão, transtornos psicossomáticos, distúrbios do sono, lesões por esforços repetitivos e a Síndrome de Burnout (ESTEVEZ et al, 2019).

A Síndrome de Burnout é caracterizada pelo esgotamento físico e emocional do trabalhador, quando ocorre uma frustração no ambiente de trabalho com situações de conflito, quando as mesmas não possuem mais estratégias de enfrentamento. O conceito de Burnout foi criado por Maslach e Jackson em 1981, definido esta síndrome como um conceito multidimensional envolvendo despersonalização, exaustão emocional e falta de realização profissional (OLIVEIRA; LIMA; VILELA, 2017).

Para Sobral *et al* (2018), a Síndrome de Burnout é um grave problema de saúde pública atualmente, tanto para as organizações, tanto para as pessoas que são acometidas devido aos custos de absenteísmo e presenteísmo (mesmo estando doente o profissional vai ao trabalho; presente fisicamente, mas sem condições de executar suas atividades laborais), *turnover* e queda em sua produtividade.

Profissionais que lidam diretamente e intensamente com pessoas, em geral são acometidos pela Síndrome de Burnout. As categorias profissionais com maior incidência de acometimento pela Síndrome são Educação, Assistência Social, Policiais, Bombeiros, Recursos Humanos, Advogados e Saúde (SANTOS et al, 2018).

Mourão *et al* (2017) defendem que ao considerar a integralidade na área da saúde, pode-se destacar a insatisfação e a satisfação dos profissionais de enfermagem, pois existe uma multicausalidade de fatores que podem levar esses profissionais a insatisfação no trabalho. São muitos os desafios e as dificuldades enfrentadas no cotidiano pelos enfermeiros, que podem desenvolver transtornos afetando a qualidade dos serviços em saúde.

A equipe de enfermagem é suscetível ao surgimento da Síndrome de Burnout, pois laboram diretamente com a dor e o sofrimento de pacientes e familiares, podendo surgir estresse emocional associado às atividades e ao ambiente de trabalho (LARRE; ABUD; INAGAK, 2018).

Para Silva *et al* (2015), a indefinição do papel profissional, gera desorganização no processo de trabalho. A frequente sobrecarga de trabalho, que se justifica pela ausência de pessoal, ausência de profissionais, a falta de autoridade e autonomia na tomada de decisões gera um estado de estresse crônico fazendo da profissão a com maior incidência de Burnout. A condição de trabalho experimentada pelos profissionais de enfermagem propicia diversos agravos à saúde decorrentes da carga horária semanal superior a 40 horas, trabalhos em finais

de semana, feriados e horários noturnos, manipulação de produtos químicos, fatores psicossociais e ergonômicos, submetendo os profissionais a riscos de doenças, acidentes de trabalho e absenteísmo.

Fonseca *et al* (2018) complementa que estes profissionais ainda necessitam sacrificar o tempo de dedicação a sua família para se dedicar as exigências do trabalho. Ruback (2018) destaca ainda que isso geralmente acontece porque os profissionais de enfermagem se dedicam a mais de um emprego, devido aos salários não compatíveis com a realidade social. Tendo em vista a dinâmica vivenciada por esses profissionais despertou-se a necessidade de se pesquisar tal temática, a fim de fornecer subsídios e nortear medidas preventivas e melhorias de condições de trabalho reduzindo fatores estressores.

O objetivo deste estudo foi identificar na literatura os fatores estressores associados ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem e suas consequências no aspecto pessoal e profissional.

MÉTODOS

O presente estudo é do tipo revisão bibliográfica. Para seleção dos artigos foram definidos os seguintes critérios de inclusão: (a) estudos publicados nos idiomas português e espanhol; (b) estudos que investigam a relação entre Síndrome de Burnout e atividades laborais dos profissionais de enfermagem; (C) estudos disponíveis em acesso completos e digital; (d) trabalhos publicados entre 2010 a 2019. Foram excluídas publicações que não se caracterizavam nos temas do estudo proposto, e com acesso apenas ao resumo.

A busca dos artigos foi realizada nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO), até janeiro de 2020, por três pesquisadores, de modo a evitar erros no processo inicial de coleta de dados, utilizando os seguintes Decs (Descritores em Ciências da Saúde descritores): Síndrome de Burnout, saúde ocupacional e enfermagem.

Após essa etapa, realizou-se a leitura completa de cada artigo pré-selecionado que resultou nos selecionados para a produção deste estudo.

Foram encontrados no total 50 artigos, desses foram excluídos 21 por não se enquadrarem nos critérios do estudo proposto. Portanto, ao final da seleção 28 estudos estavam adequados aos critérios de inclusão e exclusão e foram selecionados para contemplar esse estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

SÍNDROME DE BURNOUT E ESTRESSE OCUPACIONAL

Ao longo do tempo tem-se observado que os estressores no trabalho e ausência de mecanismos externos e internos que reduzam esses estresses, e ajudem na adaptação às situações no trabalho, torna o desgaste crônico. Prado (2016) descreve que o estresse é caracterizado por uma síndrome específica de fatos biológicos, apresentando-se como uma resposta inespecífica do corpo diante de exigências às quais está sendo submetido, manifestando-se de forma positiva (eustresse), que motiva e provoca a resposta adequada aos estímulos estressores, ou negativa (distresse), que intimida o indivíduo diante de situação ameaçadora, com predominância de emoções de ansiedade, medo, tristeza e raiva (PRADO; 2016).

Os altos níveis de estresse e a baixa qualidade de vida se constituem em fatores de risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout. (VIDOTTI et al, 2019). Segundo Freitas (2018) a Síndrome de Burnout é um distúrbio psíquico e sua principal característica é o estado de tensão emocional e estresse crônico provocado por condições de trabalhos: físicas, emocionais e psicológicas desgastantes.

Acrescenta Vidotti et al (2019), que o estresse ocupacional é resultado da interação entre alta demanda psicológica, baixo controle sobre o trabalho, baixo reconhecimento e apoio social de outros profissionais e chefia, gerando um ambiente de relações conflituosas, tenso e desagradável.

A síndrome de Burnout representa esse estresse ocupacional crônico relacionado ao trabalho. É um conjunto de sintomas que expressa o esgotamento do trabalhador e se manifesta por exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização profissional. A síndrome é considerada um problema de saúde pública, devido ser um transtorno adaptativo crônico que danifica a qualidade de vida dos profissionais, gerando aumento de custos econômicos e sociais (MOURÃO, 2017).

Para Fernandes, Aragão, Oliveira (2017) existe três concepções teóricas baseadas na possível etiologia da síndrome: sociopsicológica, organizacional, sócio histórica, sendo a mais estudada sociopsicológica nela as características individuais associados as do ambiente

de trabalho propiciam o aparecimento dos fatores multidimensionais da síndrome: exaustão emocional, distanciamento efetivo, baixa realização profissional.

Um grande determinante para esses fatores e para o desenvolvimento de diversas patologias é o estresse, que se caracteriza como um momento de tensão ou situação de risco que ultrapassam a capacidade adaptativa do ser humano (FILHO; ALMEIDA, 2016). O estresse dentro das organizações de saúde pode contribuir para absenteísmo e somado com o volume de atividades pode prejudicar a qualidade do atendimento (VEVODOVÁ *et al.*, 2016).

CONSEQUÊNCIAS DA SÍNDROME DE BURNOUT: INSTITUCIONAL, SOCIAL E PESSOAL

Diversos autores relatam as consequências da Síndrome de Burnout atingindo os níveis institucionais, social e pessoal. Segundo Silva (2019), as severas consequências na saúde do trabalhador impactam na instituição, despertando preocupação por parte de gestores, cientistas e órgãos governamentais. Ressalta ainda que a síndrome do esgotamento profissional não é uma questão individual, mas sim um problema decorrente do ambiente de trabalho que atinge todo o contexto social em que ele está inserido. Em se tratando das consequências para a Instituição destaca-se um aumento em seus gastos (tempo, dinheiro), rotatividade (turnover) de funcionários acometidos pelo burnout, assim como com o absenteísmo destes (FARIA, *et al.*, 2017).

Sobral *et al.* (2018) descrevem que o relacionamento interpessoal no ambiente laboral em diversos eixos é essencial para a criar um ambiente confortável e de qualidade para o trabalho. As equipes de trabalho necessitam de uma relação mútua de apoio para a execução de tarefas rotineiras, e trabalho sincronizado e com continuidade. O funcionamento precisa ser de equipe, como uma engrenagem para ser efetivo e saudável.

Nos ambientes laborais da área da saúde a rotina e a quantidade de trabalho já são intensas. Um estudo relembra que a enfermagem é uma profissão que exige o desenvolvimento de atividades em ritmos acelerados, em razão da alta demanda nos serviços de saúde e da falta de profissionais no ambiente de trabalho (OLIVEIRA; LIMA; VILELA, 2017). Quando o quadro de profissionais é mínimo ou insuficiente, provoca jornadas de trabalho exaustivas pela sobrecarga de atividades para um profissional, esse fator por si só já eleva o índice de absenteísmo. Quando a sobrecarga é excessiva e/ou associada a outros

fatores e o profissional desenvolve o estresse e a Síndrome de Burnout, o absenteísmo torna-se outro problema para a instituição (SOBRAL,2018).

De acordo com Silva (2019), o absenteísmo gera a necessidade de coberturas de escalas, pois em cada plantão é necessário um número mínimo de profissionais. E o maior conflito é quando a gestão não consegue o substituto, solicita que alguém da equipe faça horas extras e assuma outro plantão, comprometendo o seu descanso. Ou não conseguem profissional, sobrecarregando as tarefas para os que estão no plantão, gerando redução de qualidade de atividades.

Candido e Souza (2016) descrevem que o Burnout enfraquece o interesse de alguns membros da equipe de saúde por práticas inovadoras, contribuindo como fator impeditivo na disseminação de condutas baseadas em evidência.

O indivíduo pode apresentar fadiga constante e progressiva; dores musculares ou osteomusculares; distúrbios do sono; cefaleias, enxaquecas; perturbações gastrointestinais; imunodeficiência com resfriados ou gripes constantes, com afecções na pele (pruridos, alergias, queda de cabelo, aumento de cabelos brancos); transtornos cardiovasculares (hipertensão arterial, infartos, entre outros); distúrbios do sistema respiratório (suspiros profundos, bronquite, asma); disfunções sexuais; alterações menstruais nas mulheres (CARVALHO; 2016). Em relação ao psiquismo, pode apresentar: falta de concentração; alterações de memória; desaceleração do pensamento; sentimento de solidão; impaciência; sentimento de impotência; labilidade emocional; baixa autoestima; desânimo (CARVALHO, 2019). Pode ocorrer o surgimento de agressividade, dificuldade para relaxar e aceitar mudanças; perda de iniciativa; consumo de substâncias (álcool, café, fumo, tranquilizantes, substâncias ilícitas);

Em seu estudo Silva (2019), descreve que as principais reações psicológicas são a ansiedade, tensão, angustia, insônia, alienação, dificuldades interpessoais, confusão, preocupação excessiva, dificuldade de relaxar, ira e hipersensibilidade emotiva. Relata ainda que o trabalhador que antes era muito envolvido afetivamente com seus clientes, paciente e trabalho em si, acumula o desgaste atingindo um pico, momento em que desiste, perde a energia, perdendo o sentido de sua relação com o trabalho, se tornando desinteressado a realizar qualquer esforço.

A partir dessa reação do profissional pode ocorrer a diminuição na qualidade do trabalho por mau atendimento, procedimentos equivocados, negligência e imprudência, predisposição a acidentes devido falta de atenção e concentração (LOPES, 2019). A Síndrome de Burnout afeta diretamente a qualidade de assistência prestada aos pacientes,

visto que o profissional se sente cansado e esgotado físico e psicologicamente, prejudicando e diminuindo a intensidade de dedicação, objetividade, e bom aproveitamento do conhecimento em suas atividades rotineiras (OLIVEIRA; LIMA; VILELA, 2017).

Segundo Silva et al (2015) o empobrecimento da qualidade de trabalho e atitude clínica se dá devido a todas as manifestações físicas, psíquicas e comportamentais, sendo desenvolvida não intencionalmente um sentimento pessoal defensivo que gera redução da qualidade, sentimento de onipotência e falta de atitude clínica.

SÍNDROME DE BURNOUT EM ENFERMEIROS

Segundo Schmidt (2013), o desenvolvimento da Síndrome tem sido mais comum em profissionais de serviços de saúde, sociais, área de justiça e educação, devido a baixas remunerações necessitam aumentar sua carga horária ou quantitativo de vínculos, e trabalharem com pessoas, desenvolvendo um tempo considerável de interação direta com os clientes.

Para Fonseca (2018) os profissionais sentem que não estão obtendo as recompensas justas e suficientes, não se referindo apenas a salários e benefícios, mas também ao reconhecimento profissional e igualdade diante de seus superiores, e essa situação vivenciada provoca estresse no profissional.

Na visão de Silva, Fernandez e Zapata (2010), no ambiente de trabalho são inúmeras as causas relacionadas a insatisfação do profissional, principalmente quando se referem a situações envolvidas ao meio. No âmbito da enfermagem se destacam aspectos como ausência de lazer, recursos financeiros reduzidos e dificuldade de acesso à serviços de saúde. A ausência de lazer sobretudo em atividades que exigem esforço, concentração e pressão, geram altos níveis de estresse, e quando os profissionais são envolvidos como estratégia a experiências prazerosas de lazer, resulta-se em aumento do vigor, redução da fadiga e estados emocionais positivos. A insatisfação financeira devido a baixa remuneração também provoca estresse, pois o profissional necessita aumentar sua carga horária trabalhada para subsidiar seu custo de vida, reduzindo tempo para se dedicar a atividades de lazer (SANTOS et al, 2018).

Com todo este comprometimento da qualidade de vida pessoal e profissional ocorre uma reação negativa do profissional, se tornando insensível ou desligado excessivamente à diversas questões no trabalho, resultado da exaustão emocional. Essa alteração é inicialmente auto protetora, o profissional tende a se retrair, cortar ou reduzir sua motivação.

Com o tempo os profissionais pioram desenvolvendo uma reação negativa às pessoas e ao seu trabalho, e as pessoas deixam de tentar fazer o melhor, passando a fazer o mínimo necessário (VIDOTTI et al, 2019; LARRE, ABUD, INAGAKI, 2018).

Em estudo realizado em Instituição Hospitalar do Sul do Brasil em 2016 por Vidotti et al (2019), foi possível identificar que a Síndrome de Burnout acometeu predominantemente em mulheres, casadas e com filhos. Identificando que a dupla jornada de trabalho e família possuem cargas intensas, não permitindo o limite mínimo de sono diário, lazer, a realização de atividade física, devido as diversas atividades que necessitam desenvolver em sua rotina diária, gerando o esgotamento.

A baixa qualidade de vida em diferentes aspectos se relaciona a altos níveis da Síndrome de Burnout, mesmo que a Síndrome de Burnout seja específica do ambiente de trabalho, suas consequências se refletem para a vida pessoal dos profissionais de enfermagem (OLIVEIRA et al, 2019).

As consequências do estresse ocupacional é o adoecimento mental de muitos trabalhadores, provocando absenteísmo e incapacidade laboral. O profissional apresenta sensação de incompetência e falta de realização e produtividade no trabalho. As consequências do indivíduo com síndrome de Burnout são o esgotamento do profissional, queda de imunidade e desencadeamento de outras doenças psicossociais. Os profissionais podem desenvolver fadiga e alterações do ciclo cardíaco quando o esgotamento for associado a redução de quantidade e qualidade do sono (VIDOTTI et al, 2019).

Larré (2018) identificou que os profissionais de enfermagem que possuíam ensino superior completo apresentaram maior índice de desenvolvimento da Síndrome. Um dos motivos é a presença de hierarquia vivenciada no ambiente de trabalho, podendo gerar conflitos de relacionamento interpessoal, devido ao distanciamento entre profissionais de enfermagem com nível técnico e os com nível superior. E os profissionais que realizam escala noturna apresentaram altos índices de Síndrome de Burnout em comparação à trabalhadores diurnos, fato explicado devido a redução da quantidade e qualidade de sono, podendo o profissional desenvolver fadiga e alterações do ciclo cardíaco.

Ao avaliar todo o processo de desgaste do trabalhador de enfermagem, entende-se a importância de subsidiar futuras pesquisas, melhorias nos processos de trabalho efetuadas por gestores e profissionais que contemplem diminuição do estresse, prevenção da Síndrome de Burnout, promoção de qualidade de vida no ambiente de trabalho, gerando benefícios para profissionais, e Instituições e indiretamente beneficiando a assistência em saúde prestada aos pacientes

Em relação ao sexo, houve predominância do sexo feminino (75%) nos estudos de Vilela e Vidal (2010), França *et al* (2012) com 84%, Dutra *et al* (2019) com 75,88%. No estudo de Meneghini, Paz e Lautert (2011) também houve predominância do sexo feminino devido a característica da própria força de trabalho em enfermagem, o qual envolve o contexto histórico do surgimento da enfermagem e o seu reconhecimento como profissão. Esses resultados vão de encontro com a tradicional feminilização da enfermagem.

A partir desses dados, verifica-se que, apesar do ingresso crescente do sexo masculino nesta área, o perfil feminino ainda se mantém. Esse dado se justifica para Dutra *et al* (2018), pois a enfermagem, por ser uma profissão que exige habilidades emocionais e interacionais constantes, habilidades pouco estimuladas em homens, e também por apresentar prestígio social e remuneração baixos, podem implicar em sentimento de frustração e incompetência em relação ao papel de provedor, vinculado a figura masculina, porém o aumento do quantitativo de homens na enfermagem remete a importância e tendência para a composição da equipe de enfermagem na atualidade e no futuro.

Quanto a categoria o maior quantitativo foi de técnicos de enfermagem, Vilela e Vidal (2010) com 72,5% e França *et al* (2010) com 61,70% o que representa uma realidade dentro da profissão. Para Vidotti *et al* (2018) os técnicos de enfermagem revelaram maiores chances de serem acometidos pela Síndrome de Bournout, devido à baixa realização profissional, e que apesar da importância do seu trabalho, eles possuem menor autonomia quando comparados ao demais membros da equipe, e são pouco reconhecidos e valorizados, podendo gerar sentimento de inutilidade e incompetência.

Quando o assunto é o turno de trabalho, segundo Vidotti *et al* (2018) os níveis de Bournout foram mais elevados entre os trabalhadores de enfermagem do período diurno, indicando que insatisfação com o sono, alta demanda e baixo controle sobre o trabalho, aumentam a chance de alta exaustão emocional. E em contrapartida, os profissionais de enfermagem do período noturno, consideram esse turno como um ponto positivo em suas vidas, visto que conseguem conciliar seus horários, planejar sua vida pessoal e profissional. Somam-se a isso vantagens como o horário laboral com baixa supervisão, de menor movimento e melhores salários, na maioria das vezes. Isso corrobora com os achados na pesquisa de Dutra *et al* (2018) em que relata que os profissionais que trabalham no noturno apresentam maior realização pessoal quando comparados àqueles que trabalham no turno diurno.

Em relação à idade dos profissionais acometidos pela Síndrome, para França (2011), a idade mais acometida é entre 30 e 58 anos, com predominância da faixa etária inferior a

35 anos e menciona que a média elevada de idade é um fator importante para o desenvolvimento de transtornos mentais ou ocupacionais, isso devido a diminuição da capacidade de adaptação às condições de estresse no trabalho. Isso confronta com Dutra *et al* (2019) que refere que profissionais mais jovens são mais suscetíveis a sentimentos de exaustão emocional enquanto que o sentimento de realização pessoal aumenta conforme a idade, ou seja, a convivência de diferentes gerações dentro dos serviços de saúde permite a troca de experiências. Gerentes e gestores devem incentivar o relacionamento entre profissionais novatos e experientes, buscando aspectos positivos, valorizando e contribuindo para o desenvolvimento das equipes.

CONCLUSÃO

Concluiu-se que a Síndrome de Burnout é um problema de saúde pública considerando as suas implicações na saúde física e mental do trabalhador, em especial ao trabalhador de enfermagem, devido ao enfrentamento diário de situações extremamente estressantes no ambiente de trabalho, que exigem do profissional uma imensa capacidade adaptativa diante de diferentes situações e condições emergenciais.

Fica evidente que o bem-estar físico e emocional no ambiente de trabalho não depende somente de um fator, e sim de uma relação entre os profissionais e as instituições.

Verifica-se a necessidade de os próprios profissionais de Enfermagem se conscientizarem sobre a importância do autocuidado no ambiente de trabalho. E aos gestores e gerentes instituir e incentivar programas voltados ao bem-estar dos profissionais de enfermagem, a fim de reduzir os riscos de adoecimento ocupacional e melhorar com isso a qualidade de vida no trabalho. Elaborar um plano para reduzir a carga horária, melhorar os recursos humanos, estabelecer plano salarial compatível e investir em treinamentos.

REFERÊNCIAS

1. CÂNDIDO, J.; SOUZA, R. L.; SÍNDROME DE BURNOUT: AS NOVAS FORMAS DE TRABALHO QUE ADOECEM. **Portal dos psicólogos: Psicologia.pt**, ISSN 1646-6977, 2017.
2. CARVALHO, L.C.; Qualidade de Vida no Trabalho Versus Condições Psicossomáticas Advindas do Mercado de Trabalho. **Regrad**, UNIVEM, Marília-SP, v. 9, n. 1, p 67-84, Ago. de 2016.
3. DUTRA, Herica Silva *et al.* Burnout entre profissionais de enfermagem em hospitais no Brasil. **Revista Cuidarte**, v. 10, n. 1, abril, 2019.
4. ESTEVES, Germano Gabriel Lima; LEÃO, Ana Adelaide Martins; ALVES, Esther de Oliveira. Fadiga e Estresse como preditores do Burnout em Profissionais da Saúde. **Rev Psicol., Organ. Trab.** V.19, n3, Brasília, jul/set, 2019.
5. FARIAS, KILA KARINA *ET AL.* As Consequências Da Síndrome De Burnout Em Profissionais De Enfermagem: Revisão Integrativa. **Enf. Ciências Biológicas e de Saúde**, Unit. Alagoas: v. 4 n. 2, Nov. 2017.
6. FERNANDES, G.B.; ARAGÃO, A.E.A.; OLIVEIRA, O.S. **Síndrome de Burnout na enfermagem Hospitalar/intensivista: O que dizem os estudos?** SANARE. v.16, n.01, 2017.
7. FILHO, M.M; ALMEIDA, J.R.; Estresse Ocupacional No Trabalho Em Enfermagem No Brasil: Uma Revisão Integrativa. **Bras Promoç Saúde**, Fortaleza, 29(3): 447-454, jul./set., 2016.
8. FONSECA, Violet Margaret Vasquez *et al.* Relación entre el burnout y la satisfacción laboral em profesionales de la salud. **Salud(i)Ciencia**, v. 23, 2018, p.325 – 331.
9. FRANÇA, Flávia Maria de *et al.* Burnout e os aspectos laborais na equipe de enfermagem de dois hospitais de médio porte. **Revista Latino-Am. Enfermagem**, 20(5), set-out, 2012.
10. FRANÇA, Flávia Maria de; FERRARI, Rogério. Síndrome de Burnout e os aspectos sócios demográficos em profissionais de enfermagem. **Acta Paul Enferm.**, v. 25, n. 5, p. 743-8, 2012.
11. LARRE, Mariana Costa; ABUD, Ana Cristina Freire; INAGAK, Ana Dorcas de Melo. A relação da Síndrome de Burnout com os profissionais de enfermagem: revisão integrativa. **Revista Nursing**, 2018, V. 21 n237, p 2018-2023.

12. LOPES, A.F.; **Síndrome de burnout: a avaliação médico pericial e implicações técnicos legais**, Inst. de Pós-Graduação - IPOG Ribeirão Preto, Dez./2018.
13. MENEGHINI, Fernanda; Paz, Adriana Aparecida; LAUTERT, Liana. Fatores ocupacionais Associados aos componentes da Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, 20(2), p.225-33, abr-jun, 2011.
14. MOURÃO, Artemisia Lima et al. Síndrome de Burnout no contexto da enfermagem. **Revista Baiana de Saúde Pública**. V.41, n.1, p.131-143 jan/mar, 2017.
15. OLIVEIRA, A.P.S et al. O esgotamento físico dos enfermeiros no setor de urgência e emergência: revisão integrativa. **Revista Nursing**, 2019; 22 (251):2839-2843.
16. OLIVEIRA, Raquel Fatima; LIMA, Gilberto Gonçalves; VILELA, Glauca de Sousa. Incidência da Síndrome de Burnout nos Profissionais de Enfermagem: Uma Revisão Integrativa. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**. 2017.
17. PRADO, P.E.C.; **Estresse ocupacional: CAUSAS E CONSEQUENCIAS**. Bras Med Trab. (UNICASTELO) – São Paulo.2016.
18. RUBACK,Sabrina Pinto; TAVARES, Joyce Martins Arimatea; LINS, Silvia Maria de Sá Basílio. Estresse e Síndrome de Burnout em profissionais de Enfermagem que atuam na Nefrologia: Uma revisão Integrativa. **Rev Fund Care Online**. Jul/set, 2018.
19. SANTOS, Erick Natividade et al. Saúde do trabalhador no ambiente hospitalar: fatores de risco para síndrome de burnout. **Revista Nursing**, 2018; V. 22 n248, p. 2509 – 2513.
20. SCHMIDT, Denise Rodrigues Costa et al. Qualidade de vida no trabalho e Burnout em trabalhadores de enfermagem em Terapia Intensiva. **Rev Bras Enfem**, Brasília 2013 jan-fev;66(1): 13-17.
21. SILVA, Jose Bareno; FERNANDEZ, Dedsy Yajaira Berbesi; ZAPATA,Claudia Patricia Montoya. Factores asociados al síndrome de burnout em docentes de enfermería, medellin-colombia, **Investigaciones Andina**, vol. 12, num. 21, 2010, p36-48.
22. SILVA, Raimunda Nonata Soares *et al.* Síndrome de Burnout em profissionais da enfermagem. **Revista Saúde em foco**, Teresina, v.2, n.2, art 7, p.94-106, ago/dez. 2015.
23. SILVA. N.G. (Re)Conhecendo o Estresse ao trabalho: uma visão Crítica. Natal; Gerais: **Revista Interinstitucional de Psicologia**,12(1),2019, 51-61.
24. SOBRAL, Renata Cristina et al. Burnout e a organização do trabalho na Enfermagem. **Rev Bras Med Trab**. 2018; V.16, p 44-52.
25. VÉVODOVÁ, Š. et al. A relação entre a síndrome de burnout e a empatia entre enfermeiros nos serviços de emergência médica. v. 18, n. 1, p. 1-7, 2016.

26. VIDOTTI, Viviane *et al.* Síndrome de Burnout e o trabalho em turnos na equipe de enfermagem. **Revista Latino-Am. Enfermagem**, 26, 2018.
27. VIDOTTI, Viviane *et al.* Síndrome de Burnout, estresse ocupacional e qualidade de vida entre trabalhadores de enfermagem. **Revista eletrônica trimestral de Enfermería Global**. 2019, Nº 55, p355-365.
28. VILELA, Nelson Barroso; VIDAL, Selma Vaz. A equipe de enfermagem de um hospital e a Síndrome de Burnout: relação perigosa. **Revista de pesquisa: cuidado é fundamental online**, 2010.