

# Síndrome de *Burnout* em profissionais da enfermagem que atuam na Unidade de Terapia Intensiva

## Burnout syndrome in nursing professionals working in the Intensive Care Unit

## Síndrome de *Burnout* en profesionales de enfermería que actúan en la Unidad de Terapia Intensiva

Sabrina Confort Amorim<sup>1\*</sup>, Hugo Viana de Souza<sup>2</sup>

### Resumo

Síndrome de *Burnout* é consequente e prolongados níveis de estresse no trabalho e exaustão emocional, distanciamento das relações pessoais. Por outro lado a Unidade de Terapia Intensiva (UTI) é um ambiente onde são atendidos pacientes gravemente acometidos. A UTI é vista como um lugar, traumatizante, tenso e agressivo, podendo levar a síndrome de *Burnout* na equipe de enfermagem. Este estudo buscou identificar as causas do estresse na vida do enfermeiro em ambiente hospitalar; descrever os sintomas mais comuns apresentados pelos enfermeiros, em consequência do estresse, e descrever como os enfermeiros lidam com o estresse na sua rotina de trabalho, em ambiente hospitalar, mais precisamente na UTI. Metodologia, trata-se de um estudo reflexivo, utilizou-se artigos científicos publicados, sendo selecionados artigos de revistas brasileiras de Enfermagem, bem como livros. Os resultados mostraram que a enfermagem foi apontada como uma das mais estressantes profissões e tiveram como fatores geradores de estresse, as precariedades das condições de trabalho, a diversificação de setores e suas altas complexidades, dupla jornada de trabalho, qualidade de sono e relações interpessoais conflituosas. Concluiu-se que o ambiente hospitalar, como a UTI, por si só, deve ser considerado um gerador de estresse onde suas repercussões não são apenas físicas, mas também psicológicas e saber reconhecê-las é o primeiro passo para o diagnóstico de estresse ocupacional, assim a realização de intervenções necessárias.

**Palavras-chave:** Enfermagem; Estresse; Síndrome *Burnout*.

### Abstract

Burnout Syndrome is consequent and prolonged levels of stress at work and emotional exhaustion, detachment from personal relationships. On the other hand, the Intensive Care Unit (ICU) is a place where severely affected patients are cared. The ICU is seen an environment, traumatic, tense and aggressive, and can generate Burnout syndrome in the nursing team. This study sought to identify the causes of stress in nurses' lives in a hospital environment; to describe the most common symptoms presented by nurses as consequence of stress, and to describe how nurses deal with stress in their work routine, in a hospital environment, more precisely in the ICU. Methodology, it is a reflexive study, it was used scientific articles published, being selected articles of Brazilian nursing journals, as well as books. The results showed that nursing was pointed out as one of the most stressful professions and had stress factors, the precariousness of working conditions, the diversification of sectors and their high complexities, double working hours, sleep quality and relationships interpersonal conflicts. It was concluded that the hospital environment, like the ICU, by itself, should be considered a generator of stress where its repercussions are not only physical but also psychological and knowing how to recognize them is the first step in the diagnosis of occupational stress, necessary interventions.

**Keywords:** Burnout Syndrome; Nursing; Stress

### Resumen

El Síndrome de *Burnout* es consecuente y prolongados niveles de estrés en el trabajo y agotamiento emocional, distanciamiento de las relaciones personales. Por otro lado la Unidad de Terapia Intensiva (UTI) es un lugar donde se atienden pacientes gravemente acometidos. La UTI es vista como un ambiente, traumatizante, tenso y agresivo, pudiendo generar el síndrome de *Burnout* en el equipo de enfermería. Este estudio buscó identificar las causas del estrés en la vida del enfermero en ambiente hospitalario; describir los síntomas más comunes presentados por los enfermeros, como consecuencia del estrés, y describir cómo los enfermeros tratan el estrés en su rutina de trabajo, en ambiente hospitalario, más precisamente en la UTI. Metodología, se trata de un estudio reflexivo, se utilizaron artículos científicos publicados, siendo seleccionados artículos de revistas brasileñas de Enfermería, así como libros. Los resultados mostraron que la enfermería fue apuntada como una de las más estresantes profesiones y tuvieron como factores generadores de estrés, las precariedades de las condiciones de trabajo, la diversificación de sectores y sus altas complejidades, doble jornada de trabajo, calidad de sueño y relaciones interpersonales conflictivas. Se concluyó que el ambiente hospitalario, como la UTI, por sí solo, debe ser considerado un generador de estrés donde sus repercusiones no son sólo físicas, pero también psicológicas y saber reconocerlas es el primer paso para el diagnóstico de estrés ocupacional, así como la realización de intervenciones necesarias.

**Palabras clave:** Enfermería; Estrés Síndrome de *Burnout*.

**Como citar esse artigo.** Amori, SC & de Souza, HV. Síndrome de Burnout em profissionais da enfermagem que atuam na Unidade de Terapia Intensiva. Revista Pró-UniverSUS. 2018 Jul./Dez.; 09 (2): 02-05.

Afiliação dos autores: 1. Enfermeira. Pós-Graduada - Especialização em Enfermagem em UTI - Universidade de Vassouras.

2. Enfermeiro. Especialista em CTI. Enfermeiro Intensivista no Hospital Universitário de Vassouras-HUV. Professor do Curso de Especialização em Enfermagem em UTI/ Universidade de Vassouras.

\* Email de correspondencia: [sabrina-confort@hotmail.com](mailto:sabrina-confort@hotmail.com)

Recebido em: 03/04/18. Aceito em: 19/11/18.

## Introdução

A Unidade de Terapia Intensiva (UTI) é um ambiente específico dos hospitais, voltado a atender pacientes em estado grave de saúde. O monitoramento no âmbito da UTI é feito por equipe multiprofissional especializada aos pacientes com utilização de equipamentos específicos de alta tecnologia a fim de atender os pacientes críticos que necessitam de cuidados constante<sup>1</sup>. Seguindo um padrão de qualidade, na UTI deve ser assegurando ao paciente, direito a assistência humanizada, sinais vitais estabilizados, acompanhamento ininterrupto, em pró de um tratamento com mínima exposição aos riscos resultantes dos diferentes métodos utilizados, bem como para manter a sobrevivência<sup>2</sup>.

É um ambiente considerado como a mais tenso, traumatizante e agressivo, em decorrência da rotina trabalho da UTI ser intenso; da exposição de riscos constantes à equipe de enfermagem, seja por contágio de pacientes em isolamento, como exposição a Raios X, a acidentes com perfuro cortantes, dentre outras das situações consideradas críticas que são frequentes nesse ambiente. Por ser um setor isolado, o tempo se torna incerto, o ambiente é insalubre, o que propicia falta de precaução e sobretudo treinamento da equipe, resultando em acidentes, bem como muitas vezes transmissão de doenças infectocontagiosas<sup>3</sup>.

Mediante isso, para que seja humanizado, o ambiente da UTI deve proporcionar privacidade, conforto e segurança. Na UTI, pela rotina com situações emergenciais, como concentração de pacientes críticos, onde o paciente apresenta alterações súbitas no estado de saúde, sendo visto como um local de trabalho caracterizado como estressante e agressivo. O que requer atenção contínua e um monitoramento dessa clientela. Tendo em vista que a instabilidade do quadro pode levar a alterações<sup>4</sup>.

Este estudo teve por objetivos identificar as causas do estresse na vida do enfermeiro em ambiente hospitalar; descrever os sintomas mais comuns apresentados pelos enfermeiros, em consequência do estresse; e descrever como os enfermeiros lidam com o estresse na sua rotina de trabalho, em ambiente hospitalar, mais precisamente na UTI.

## Materiais e métodos

Trata-se de um estudo reflexivo a partir de artigos científicos de revistas brasileiras de Enfermagem, bem como livros, com a finalidade melhor analisar e descrever o tema em questão. Realizou-se uma busca bibliográfica sendo consultados bancos de dados como: Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS); *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO); Literatura Internacional em Ciências da

Saúde (MEDLINE); e Google Acadêmico.

## Resultados e discussão

### Fatores que ocasionam a síndrome de *Burnout*

O desenvolvimento da síndrome de *Burnout* decorre de um processo gradual de desgaste no humor e desmotivação acompanhado de sintomas físicos e psíquicos. O trabalhador perde o sentido da sua relação com o trabalho e faz com que as coisas já não tenham mais importância. É caracterizada por três dimensões sintomatológicas, exaustão emocional verificada pela presença do esgotamento emocional e/ ou físico, despersonalização observada pela insensibilidade emocional ou endurecimento afetivo e falta de envolvimento no trabalho<sup>5</sup>.

A definição mais consolidada para a Síndrome de *Burnout* é a que a considera como uma reação à tensão emocional crônica motivada a partir do contato direto com outros seres humanos quando estes estão preocupados ou com problemas. A Síndrome é constituída por três componentes: exaustão emocional, despersonalização, e realização profissional<sup>1</sup>.

Assim, entende-se que o desgaste profissional no ambiente de trabalho ocasionado pelas altas jornadas de trabalho acúmulo de funções e desgaste físico traz consigo sérios danos na parte psicológica dos profissionais em especial no que se refere a questão psíquica e social, problemas estes que interferem de forma negativa na atividade laboral e de interação com o restante da equipe.

O cansaço emocional é considerado o traço inicial, podendo a manifestação ser física; psíquica ou uma combinação das duas<sup>6</sup>. Como um dos fatores ocupacionais que levam a Síndrome de *Burnout*, autores apontam o estresse como sinônimo de cansaço, dificuldade, frustração, ansiedade, desamparo, desmotivação. Tornou-se o responsável pela maioria dos males que nos afligem principalmente os relacionados ao estilo de vida urbano atual<sup>7</sup>.

O estresse pode ser definido como um desgaste do organismo, que, por sua vez, causa alterações psicofisiológicas, que ocorrem quando o indivíduo é forçado a enfrentar situações que o excitam, irritam, amedrontam, ou até mesmo o façam imensamente feliz. Outros autores enfatizam que se trata de um termo amplamente empregado como sinônimo de frustrações, cansaço, dificuldades, ansiedade, desamparo e desmotivação, sendo considerado como o responsável por significativa parcela dos problemas modernos, principalmente, nos grandes centros urbanos<sup>1</sup>.

A atividade laboral hospitalar é caracterizada por excessiva carga de trabalho, contato com situações limitantes, alto nível de tensão e de riscos para si e para outros. Inclui problemas de relacionamento interpessoal

aos que prestam assistência direta aos clientes e preocupações com demandas institucionais<sup>1</sup>.

## Síndrome de *Burnout* no trabalhador de enfermagem

Enfermeiro, técnicos e auxiliares de enfermagem fazem parte de uma profissão caracterizada por ter, em sua essência, o cuidado e por grande parte de trabalho ser o contato direto com pacientes e familiares. Do ponto de vista da organização do trabalho, a indefinição do papel profissional; a sobrecarga de trabalho frequentemente justificada por falta de pessoal e estimulada pelo pagamento de horas-extras; falta de autonomia e autoridade na tomada de decisões, entre outras, geram um estado de estresse crônico, identificando-se como uma das profissões de maior incidência de *Burnout*<sup>6</sup>.

Os enfermeiros desempenham uma multiplicidade de tarefas e atividades polivalentes que não acompanhada de uma autonomia e diferenciação de funções bem definidas, o que leva “à ambiguidade e conflitos de papéis”. Segundo a autora, são constantemente dominados por uma sensação de ambivalência, por não realizar em aquilo que lhes compete, devido à grande quantidade de tarefas que cotidianamente devem executar em tempo útil, provocando sentimentos de irritação e de frustração nos enfermeiros<sup>8</sup>.

Assim, as necessidades pessoais do trabalhador de enfermagem e sua ansiedade em relação às circunstâncias com as quais se defronta, geralmente prejudicam o tipo de atendimento que ele gostaria de oferecer, podendo ocorrer sofrimento profissional, como é o caso da Síndrome de *Burnout*. A literatura considera que as condições de trabalho vividas pelos profissionais de enfermagem em instituições hospitalares têm propiciado agravos à saúde, comumente provenientes do ambiente de trabalho, da forma da organização e das atividades insalubres que realizam. Segundo as autoras, as condições de trabalho, referentes à carga horária semanal superior a 40 horas semanais, a trabalhar em finais de semana, no horário noturno, ao cuidado com enfermos, à manipulação de produtos químicos entre outros e a fatores ergonômicos e psicossociais, submetem esse profissional a riscos de doenças, acidentes de trabalho e absenteísmo<sup>3</sup>.

De um modo geral, a literatura aponta<sup>9</sup> que o tratamento para o *Burnout* é realizado por meio de psicoterapia que, de acordo com o caso, pode solicitar o uso de medicações, caso a pessoa apresente problemas biofisiológicos, tais como: dores, alergias, alteração na pressão arterial, problemas cardíacos, insônia, entre outras possíveis intercorrências. No que se refere à medicação, então, esta pode ser relacionada a analgésicos, complementos minerais, ansiolíticos e antidepressivos, de acordo com cada sintomatologia

apresentada pelo indivíduo acometido com o *Burnout*.

A Síndrome de *Burnout* pode ser evitada, desde que a cultura da organização favoreça a execução de atividades preventivas do estresse crônico, a partir da atuação em equipes multidisciplinares, numa perspectiva de resgatar as características afetivas contidas no cotidiano de quem cuida<sup>5</sup>. O aumento do quadro de funcionário de enfermagem em hospitais públicos e privado, assim diminuído a sobrecarga de trabalho e melhorando a qualidade do serviço<sup>10</sup>. A instituição deve investir no aprimoramento e reciclagem do enfermeiro, assim como promover as condições básicas para atuação adequada desse profissional, reconhecimento do trabalho executado, incentivo na remuneração do enfermeiro, supervisão com orientação, participação na tomada de decisões. Proporcionando um ambiente favorável de trabalho e revertendo para qualidade de assistência prestada ao paciente e aos familiares<sup>2</sup>.

A Síndrome de *Burnout* manifesta-se através de quatro classes sintomatológicas: física, psíquica, comportamental e defensiva. As manifestações físicas caracterizam-se por fadiga constante, distúrbio do sono, falta de apetite e dores musculares; na psíquica observa-se a falta de atenção, alterações da memória, ansiedade e frustração; na comportamental o indivíduo apresenta-se negligente com irritabilidade ocasional ou instantânea, incapacidade para se concentrar com aumento de conflitos nas relações de trabalho entre colegas, longa pausa para descanso, cumprimento irregular do horário de trabalho; e na defensiva se visualiza tendência ao isolamento, sentimento de onipotência, empobrecimento da qualidade de trabalho e atitude clínica<sup>5</sup>.

A literatura explica que o tratamento da Síndrome de *Burnout* inclui o uso de antidepressivo e psicoterapia, os quais devem ser aliados a atividade física regular e exercícios de relaxamento, que também ajudam a controlar os sintomas<sup>6</sup>. Ainda com relação a Síndrome de *Burnout*, um outro autor<sup>11</sup> enfatiza três níveis de intervenções: centrados na resposta do indivíduo (individual), no contexto ocupacional (organizacional) e na interação contexto ocupacional e indivíduo (combinadas).

Na atualidade os profissionais de saúde têm diversas obrigações, o que ocasiona um menor tempo para o cuidar de si. Sem contar a remuneração que é inadequada o que leva a busca de um outro emprego com vista a um salário mais satisfatório. Essa falta de tempo leva ao comprometimento de sua qualidade de vida. Em consequência do trabalho se alimentam muito rapidamente, com sono comprometido pois dormem pouco, com tendência a se relacionar menos com outras pessoas, acarretando além do desgaste físico, também emocional, o que pode gerar insatisfação pessoal e despersonalização<sup>12</sup>.

As condições ambientais da UTI podem favorecer evolução dos sintomas de estresse e influenciar o trabalho

de maneira negativa. Por conta da iluminação na UTI ser intensa e artificial, seguida de ruído, temperatura baixa, ambiente fechado podem favorecer tanto a fadiga e levar ao estresse<sup>9</sup>.

Os ruídos originários dos respiradores, monitores e bombas de infusão que essenciais na UTI para despertar atenção dos profissionais. Mas podem gerar irritabilidade dos profissionais, influenciando sobretudo na comunicação entre os trabalhadores, uma vez que há necessidade de aumentar o tom da voz, devido ao ambiente ser ruidoso. Contudo, os ruídos podem inclusive interferir no sono, bem como descanso dos profissionais, que muitas vezes referem ter a impressão de ouvir os alarmes durante a noite, ocasionando episódios de insônia e sonhos relacionados ao local de trabalho<sup>13</sup>.

A fadiga de alarmes é um desafio, à medida que envolve fatores humanos, equipamentos, dispositivos de alarme. A grande quantidade de alarmes caracterizado como “fadiga de alarme”, conjunturas que podem propiciar incidentes. A programação e configuração de variáveis fisiológicas, do volume e dos parâmetros de alarmes dos monitores multiparamétricos devem ser incorporadas à rotina das unidades de terapia intensiva. Mas não apenas para fins diagnósticos e terapêuticos, também, em que pese o fato dessas tecnologias terem como propósito melhorar a segurança do paciente grave, portanto, seu uso inadequado pode comprometê-la<sup>14</sup>.

Dada a atual condição de trabalho na saúde, com competitividade de mercado, desencadeando desemprego, rotatividade da força de trabalho, aumento da terceirização e sobretudo trabalho informal. Em consequência dessas condições de pressão no trabalho, o profissional está sempre preocupado com a perda de emprego, gerando um nível elevado de estresse, principalmente por falta de estabilidade no trabalho, que é uma realidade dos trabalhadores que atuam na saúde<sup>15</sup>.

## Considerações Finais

Por meio dos estudos chegou-se à conclusão de que os mais atingidos pela Síndrome de *Burnout* são os profissionais da enfermagem, por estar sempre à margem das causas que predisõem diretamente ao surgimento desta patologia que são as altas demandas de trabalho, a carga horária excessiva, o estresse ocasionado pelo contato direto com o paciente e seu acompanhante e as múltiplas responsabilidades atribuídas ao profissional da enfermagem.

Esse estudo mostrou que a Síndrome de *Burnout* está presente na atuação do enfermeiro em instituições hospitalares. Com esta constatação há necessidade de discutir as condições de trabalho dos profissionais de enfermagem, independentemente de sua área de

atuação, como uma profissão estressante e que deve ser reconhecida como uma peça chave no que se refere à assistência e cuidado na saúde. Assim, compreendemos que há necessidade de novos estudos na área da enfermagem, que investiguem meios e métodos de se prevenir a Síndrome de *Burnout* e com isso diminuir os índices de profissionais da enfermagem atingidos por este problema de saúde associado às atividades laborais hospitalares.

## Referências Bibliográficas

1. Meneghini F, Paz AA, Lautert L. Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem. Texto contexto, Florianópolis, 2011 abril-junho; 20(2):225-233.
2. Franco GP, Barros ALBL, Nogueira-Martins LA, Zeitoun SS. Burnout em Residentes de Enfermagem. Revista da Escola de Enfermagem da USP. 2011; 45(1):130-141.
3. Marziale MHP, Silva DMPP. Problemas de saúde responsáveis pelo absenteísmo de trabalhadores de enfermagem de um hospital universitário. Acta Scientiarum: Health Sciences, 2003; 25(2):191-197, 2003.
4. Leite MA, Vila VSC. Dificuldades vivenciadas pela equipe multiprofissional na Unidade de Terapia Intensiva. Rev Latinoam Enferm. 2005;13:145-50.
5. Jodas DA, Haddad MCL. Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um pronto socorro de hospital universitário. Acta Paulista de Enfermagem. São Paulo. 2009; 22(2):110-120.
6. Moreira DS, Magnago RF, Sakal TM, Magajewski FRL. Prevalência da Síndrome de Burnout. Caderno de Saúde Pública. Rio de Janeiro. 2009; 25(7):13-22.
7. Murofuse NT, Abranches SS, Napoleão AA. Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a Enfermagem. Rev Latinoam Enferm. 2005;13:255-261.
8. Martins MCA. Situações indutoras de stress no trabalho dos enfermeiros em ambiente hospitalar. Millenium – Revista do ISPV. [Online]. 2003 out; 28. Disponível em: <http://www.ipv.pt/millenium/millenium30>
9. Passos, JP; de Moraes, LP; Ferreira, JS; Pereira, EAA; Souza, MMT; Vieira, BGM. Causas de acidentes com material biológico no trabalho de enfermagem. Revista Pró-UniverSUS. 2017 Jan./Jun.; 08 (1): 26-30.
10. Griep RH, Rotenberg L, Landsbergis P, Vasconcellos-Silva PR. Uso Combinado do Modelo de Estresse no Trabalho e a Saúde Autoreferida na Enfermagem. Revista da saúde Pública. São Paulo. 2011; 45(1): 145-152.
11. Moreno FN. Estratégias e intervenções no enfrentamento da Síndrome de Burnout. Revista de enfermagem. UERJ, Rio de Janeiro, jan/mar. 2011;19(11):40-50.
12. Vallois EC, Silva RMCRA, Pereira ER. A percepção do residente aos estressores e as reações de estresse: implicações da fenomenologia de Maurice Merleau Ponty. Revista Pró-UniverSUS. 2017 Jul./ Dez.; 08 (2): 140-141.
13. Leitão IMTA, Fernandes AL, Ramos IC. Saúde ocupacional: analisando os riscos relacionados a equipe de enfermagem numa unidade de terapia intensiva. Cienc Cuid Saúde 2008; 7(4): 476-84.
14. Bridi AC, Silva RCL, Louro TQ. Alarmes clínicos em terapia intensiva: implicações da fadiga de alarmes para a segurança do paciente. Rev. Latino-Am. Enfermagem 2014 nov.-dez.;22(6):1034-40.
15. Rodrigues TDF. Fatores estressores para a equipe de enfermagem da Unidade de Terapia Intensiva. Reme – Rev. Min. Enferm. 2012 jul./set.;16(3): 454-462.