

**Stress and burnout
syndrome in nursing
professionals**

**Estresse e síndrome de *burnout* em
profissionais de enfermagem**

ABSTRACT | Introduction: *Stress and burnout problems are increasingly in the modern world. Particularly, nurses are considerably more victimized to the development of this syndrome due to work overload, responsibility for another person's life and, in some cases, poor work conditions.*

Objective: *This study aimed to identify and compare the theoretical production specialist on the level of occupational stress among nurses.*

Methods: *The research was conducted through integrative review through the Virtual Health Library (VHL), crossing the descriptors "stress", "burnout", "nursing" and "nursing job". It was found 2.573 related articles subsequently selected in order to get full productions published in Portuguese that evidences a national framework. Noting its relevance to the proposed study, it was analyzed 36 publications produced between the years 2007-2012.*

Results: *It was observed that in most studies the individuals affected were young female adults, with symptoms such as tension, weakness, migraine and depression. Furthermore, although the recovery is high in hospitals, workers in public establishments have as aggravating the lack of material for the development of their activities.*

Conclusion: *Most selected articles showed concern only describe the health problems of workers. It is necessary to conduct research to collaborate with the quality of life these professionals, contributing to improve this situation.*

Keywords | *Community Health Nursing; Burnout; Occupational health.*

RESUMO | Introdução: Estresse e *burnout* são problemas cada vez mais frequentes no mundo moderno. Particularmente, os profissionais de Enfermagem são consideravelmente mais vitimados pelo desenvolvimento dessa síndrome devido à sobrecarga de trabalho, à responsabilidade pela vida de outra pessoa e, em alguns casos, às precárias condições no exercício da função. **Objetivo:** Conhecer e comparar a produção teórica especializada sobre o nível de estresse ocupacional entre os profissionais de Enfermagem. **Métodos:** A pesquisa foi realizada por meio de revisão integrativa de publicações disponíveis na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), cruzando-se os descritores “estresse”, “*burnout*”, “Enfermagem” e “Enfermagem do trabalho”. Encontraram-se 2.573 artigos relacionados aos temas, posteriormente selecionados a fim de obter produções completas publicadas em português que evidenciassem um quadro nacional. Observando sua pertinência à proposta do estudo, foram analisadas 36 publicações produzidas entre 2007 e 2012. **Resultados:** Observou-se que, na maioria dos estudos, os indivíduos acometidos eram adultos jovens do sexo feminino e apresentavam sintomas, como tensão, fraqueza, enxaqueca e depressão. Além disso, embora a cobrança seja alta nos hospitais, os trabalhadores de estabelecimentos públicos sofrem o agravante da falta de material para o desenvolvimento de suas atividades. **Conclusão:** A maioria dos artigos selecionados demonstrou preocupação apenas em descrever os problemas da saúde dos trabalhadores. É necessária a realização de pesquisas que colaborem com a qualidade de vida desses profissionais, contribuindo na melhora do quadro.

Palavras-chave | Enfermagem; Esgotamento profissional; Saúde do trabalhador.

¹Faculdade Integrada/AVM, Rio de Janeiro/RJ, Brasil.

INTRODUÇÃO |

A saúde do profissional de Enfermagem tem sido amplamente discutida por pesquisadores preocupados com a qualidade da assistência prestada e o nível de estresse encontrado pelos trabalhadores em seu ambiente laboral¹.

Stress é uma palavra inglesa com origem no vocábulo latino *stringere*, que significa angústia, aperto, opressão, desconforto e adversidade. As primeiras referências ao termo com a acepção de “aflição” e “adversidade” datam do século XIV, mas seu uso era esporádico e não sistemático. No século XVII, era empregado para expressar a ação de força, pressão ou influência muito forte sobre uma pessoa, causando-lhe deformação. Neste século, iniciou-se, sem receber muita atenção dos meios científicos, a especulação sobre uma possível relação de doenças físicas e mentais com o estresse².

O estresse, em um pequeno grau, é necessário ao organismo, pois colabora com o bom desempenho das funções orgânicas e psíquicas. Porém, quando impõem-se condições que podem incomodar e/ou dificultar o cotidiano do indivíduo, situações que seriam benéficas e comuns deixam de afetar o indivíduo positivamente e passam a atingi-lo negativamente, propiciando o desenvolvimento de um quadro patológico³.

Esse quadro pode ser definido como o estado resultante de determinada mudança no ambiente, percebida como geradora de tensão no equilíbrio dinâmico da pessoa, e é caracterizado por um conjunto de fatores relacionados ao esgotamento pessoal, dificuldade de concentração, frustração, ansiedade e desamparo, que interferem diretamente na saúde e rendimento do indivíduo. O estresse pode ser dividido em três grandes grupos: o profissional, o situacional e o pessoal⁴.

O trabalho representa para o homem uma fonte de satisfação psíquica profunda; é uma das diversas maneiras de satisfazer necessidades humanas e, por outro lado, também pode ser fonte de adoecimento quando associado a fatores de risco para a saúde ocupacional⁵.

Existem diferentes fatores que podem comprometer a saúde do trabalhador de Enfermagem em seu ambiente laboral, provenientes dos conflitos entre a profissão e o sistema em que ela está inserida. Os serviços de saúde, em particular os hospitais, fornecem aos seus funcionários condições de trabalho reconhecidamente insalubres. Os enfermeiros encontram-se expostos, do ponto de vista etiológico, a fatores de risco de natureza física, química,

biológica e psicossocial, que são sentidos com grande intensidade, justificando a inclusão da Enfermagem no grupo das profissões desgastantes⁶.

O trabalho em turnos é uma característica do exercício da Enfermagem, uma vez que a assistência é prestada durante as 24 horas do dia, nos 7 dias da semana. Essa condição obriga que a assistência ocorra tanto à noite quanto em fins de semana e feriados, períodos que outros trabalhadores utilizam para dormir, descansar, usufruir do lazer e do convívio social e familiar. O excesso de trabalho, tanto em termos quantitativos como qualitativos, é uma fonte frequente de estresse. Por sobrecarga quantitativa entende-se o excesso de atividades a realizar, num determinado período de tempo. A sobrecarga qualitativa refere-se a excessivas exigências em relação a competências, conhecimentos e habilidades do trabalhador⁷.

A atividade laboral em saúde implica tensão emocional constante, atenção e grandes responsabilidades, resultado do lidar com dor, sofrimento e morte de clientes. Em seu estado crônico, o estresse, associado ao constante contato com os pacientes e seus familiares (que, por sua vez, extravasam suas angústias e preocupações nos enfermeiros), pode desencadear quadro clínico extremo, conhecido como síndrome de *burnout*⁸.

A síndrome de *burnout* ou síndrome do esgotamento profissional é decorrente de um esgotamento físico e mental, caracterizado pelo estresse laboral crônico, motivado a partir do contato direto com outras pessoas que estão com problemas. Os sintomas são, geralmente, fortes dores de cabeça, tonturas, muita falta de ar, alteração de humor, dificuldade de concentração e problemas digestivos. Na Enfermagem, o *burnout* pode ser nocivo no plano pessoal ou no trabalho, pois os profissionais de Enfermagem, como dito, trabalham diretamente com o sofrimento das pessoas. Tal carga emocional pode refletir negativamente na qualidade da assistência prestada e na própria saúde do profissional⁹.

Nesse contexto, o desenvolvimento de revisão integrativa sobre publicações científicas relativas ao tema, correlacionando estratégias utilizadas pelos profissionais de Enfermagem para minimizar o adoecer no ambiente laboral, pode contribuir para a maior compreensão sobre a problemática. Assim, este estudo teve como objetivo conhecer e comparar a produção teórica especializada sobre o nível de estresse ocupacional entre os profissionais de Enfermagem entre 2007 e 2012.

MÉTODOS |

A pesquisa foi realizada por meio de revisão integrativa, a partir de levantamento retrospectivo, seleção, síntese e ordenação de pesquisas anteriores relevantes ao tema, permitindo reunir conclusões que articulassem resultados obtidos nos diferentes estudos. Além de seu produto final evidenciar o estado atual do conhecimento acerca do tema, este trabalho serve de subsídio para estudos futuros e implementação de intervenções efetivas em favor da saúde¹⁰. Os dados configuraram-se por meio das seguintes etapas: estabelecimento do objetivo da revisão de literatura, critérios para a seleção das amostras, definição das informações a serem extraídas dos artigos selecionados, análise dos resultados, apresentação e discussão dos resultados.

Na busca bibliográfica *on-line* foram obtidos 2.573 artigos científicos a respeito do tema estudado. A captura dessas produções foi processada por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), sendo utilizados apenas trabalhos indexados nas bases de dados: *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), *Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde* (LILACS) e *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE). A busca foi limitada a publicações do período de 2007 a 2012, contendo os descritores: “estresse”, “Enfermagem”, “Enfermagem do trabalho” e “*burnout*”.

O critério de inclusão focou artigos publicados no Brasil, em português, disponíveis de forma íntegra na internet, a fim de retratar um quadro nacional sobre o tema. Como critérios de exclusão, dispensaram-se dissertações, teses, artigos que não foram encontrados na íntegra e publicações repetidas. A princípio, foram selecionados 65 artigos em português distribuídos da seguinte forma: 30 artigos na base de dados da SCIELO, 23 na base de dados da LILACS e 11 na base de dados da MEDLINE. Diante dos critérios de inclusão e exclusão, foram retiradas as publicações incompletas, as que não estavam em português e as duplicadas. Selecionaram-se 36 artigos completos, que foram sistematizados por meio de formulários individuais para análise e categorizados comparativamente, visando atender o objetivo da proposta do estudo.

Para análise dos dados, foi definido instrumento de coleta contemplado por: referências (autor, ano de publicação, nome do periódico), tipo de artigo (publicações resumidas, completas, estudo de caso, entre outros), objetivo central do artigo, metodologia (tipo de estudo, amostra estudada, local do estudo) e os resultados (os principais achados).

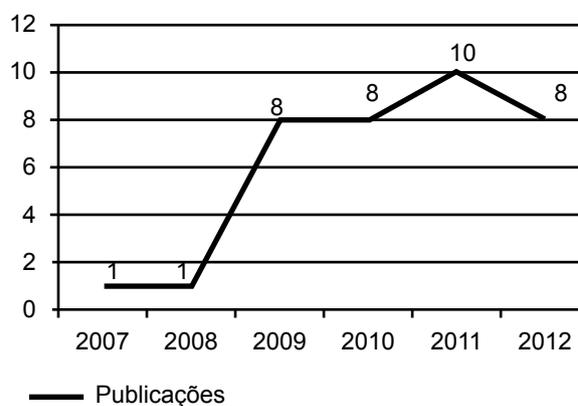
Os resultados, apresentados de forma descritiva por meio de gráficos e tabela, objetivam captar as evidências e relatos de estresse e da síndrome de *burnout* no ambiente laboral da Enfermagem.

Com relação aos aspectos éticos legais, por se tratar de uma revisão integrativa, não foi necessária submissão e avaliação por parte do Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo seres humanos, em conformidade com a Resolução nº 466 de 12 de dezembro de 2012 do Ministério da Saúde. A utilização das publicações neste estudo está de acordo com a Lei nº 9.610/98, que regula os direitos autorais e dá outras providências.

RESULTADOS / DISCUSSÃO |

Após análise criteriosa dos 36 artigos, foram listadas algumas de suas características principais. Observou-se que a temática vem crescendo ao longo dos últimos anos, sendo que, em 2007 e 2008, há registro de apenas uma publicação para cada ano (2,78%), enquanto em 2009 e 2010 foram encontrados 08 artigos publicados em cada ano (22,22%). Em 2011, foram registradas 10 publicações (27,78%) e, no ano de 2012, 08 publicações (22,22%). A figura 1 permite uma melhor visualização dessa progressão:

Figura 1 – Números de publicações sobre estresse e síndrome de *burnout* de 2007 a 2012



O profissional de Enfermagem pode desenvolver mais facilmente altos níveis de estresse, com os quais nem sempre está psicologicamente preparado para lidar, o que pode dificultar sua atividade laboral e repercutir na vida pessoal¹¹. Os 36 artigos selecionados para análise, após os critérios de inclusão e exclusão, estão listados no Quadro 1.

Quadro 1 – Características dos estudos e seus principais achados, em publicações acerca do estresse e da síndrome de *burnout* nos profissionais de Enfermagem (continua)

Autor	Ano	Título	Principais achados
Andrade <i>et al.</i> ⁵	2012	Síndrome de <i>burnout</i> e suporte social no trabalho: a percepção dos profissionais de Enfermagem de hospitais públicos e privados	Os resultados revelam que os profissionais apresentam grau moderado da síndrome. Os entrevistados dos hospitais públicos têm menos suporte social no trabalho, por conseguinte, evidenciaram maiores índices da doença, quando comparados aos indivíduos dos hospitais privados.
Dalmolin <i>et al.</i> ¹²	2012	Implicações do sofrimento moral para os (as) enfermeiros (as) e aproximações com o <i>burnout</i>	Identificou-se que o sofrimento moral vivenciado pelos(as) enfermeiros(as) manifesta-se, na dimensão pessoal, com alterações emocionais e físicas e, na dimensão profissional, com insatisfação no trabalho, <i>burnout</i> e abandono da profissão. Constataram-se estratégias de enfrentamento em três esferas: educativa, comunicativa e organizacional.
Ezaias <i>et al.</i> ¹¹	2010	Síndrome de <i>burnout</i> em trabalhadores de saúde em um hospital de média complexidade	A amostra foi composta por trabalhadores que apresentaram alto grau de exaustão emocional e despersonalização; 30% manifestaram baixa realização profissional. Os resultados obtidos revelam uma porcentagem significativa de trabalhadores que apresentaram sinais e sintomas da síndrome de <i>burnout</i> , contribuindo para uma queda na qualidade de vida e saúde do trabalhador.
Farias <i>et al.</i> ¹³	2011	Caracterização dos sintomas físicos de estresse na equipe de pronto atendimento	Os sintomas físicos listados pelos pesquisadores foram: cefaleia, sensação de fadiga, dores nas pernas e taquicardia. Segundo relatos dos colaboradores, as dores sempre resultavam de estresse emocional ou surgiam após atendimentos emergenciais, o que leva a crer que existe uma grande dificuldade desses colaboradores em separar o estresse físico do psíquico.
Feliciano, Kovacs, Sarinho ¹⁴	2010	Superposição de atribuições e autonomia técnica entre enfermeiras da estratégia de saúde da família	A sobreposição de assistência e administração provocou sobrecarga, gerando ansiedade, impotência, frustração e sentimento de ser injustiçada na divisão de tarefas na equipe. Foram relatados estresse, insatisfação, adoecimento físico e mental, reconhecimento da relevância do trabalho e da importância do próprio desempenho e baixo envolvimento laboral.
França, Ferrari ¹⁵	2012	Síndrome de <i>burnout</i> e os aspectos sociodemográficos em profissionais de Enfermagem	Dentre os 141 profissionais analisados, 13 apresentaram síndrome de <i>burnout</i> , dos quais 7 são enfermeiros e 6 técnicos/auxiliares. O maior número de casos foi verificado nos profissionais do sexo feminino, com menos tempo de formação e solteiros.
França <i>et al.</i> ¹⁶	2012	<i>Burnout</i> e os aspectos laborais na equipe de Enfermagem de dois hospitais de médio porte	Os profissionais mais acometidos foram aqueles com regime de trabalho diarista, 30 horas semanais de serviço, contratados, duplo emprego, menor tempo de formação, pouco tempo na unidade e atuantes no setor administrativo.
França <i>et al.</i> ¹⁷	2012	Preditores da síndrome de <i>burnout</i> em enfermeiros de serviços de urgência pré-hospitalar	A síndrome pode estar mais relacionada com fatores organizacionais do trabalho do que com o tipo de atividade desenvolvida pelos profissionais ou com aspectos sociodemográficos.
Franco <i>et al.</i> ¹⁸	2011	<i>Burnout</i> em residentes de Enfermagem	A idade e o tipo de especialização correlacionaram-se com a subescala incompetência/falta de realização profissional para classificação da síndrome. Identificou-se um residente de Enfermagem com alteração nas três subescalas do Maslach Burnout Inventory, sendo caracterizado como portador da síndrome de <i>burnout</i> . Os residentes de Enfermagem possuem perfis de adoecimento.

Quadro 1 – Características dos estudos e seus principais achados, em publicações acerca do estresse e da síndrome de *burnout* nos profissionais de Enfermagem (continua)

Autor	Ano	Título	Principais achados
Galindo et al. ¹⁹	2012	Síndrome de <i>burnout</i> entre enfermeiros de um hospital geral da cidade do Recife	Entre os 4,7% enfermeiros com <i>burnout</i> , predominou o gênero feminino (92,1%), com até cinco anos de profissão (68,2%), sendo 52,5% da área pediátrica. Constataram-se altos níveis de exaustão emocional (49,2%), despersonalização (27,0%) e baixo nível de realização profissional (4,8%).
Guido et al. ²⁰	2011	Estresse, <i>coping</i> e estado de saúde entre enfermeiros hospitalares	A população desse estudo foi composta de enfermeiros e a maioria encontra-se com baixo nível de estresse e em estado regular de saúde. Em relação às formas de enfrentamento, identificou-se a resolução de problemas como o fator de maior média.
Guido et al. ²¹	2012	Síndrome de <i>burnout</i> em residentes multiprofissionais de uma universidade pública	Observou-se que 37,84% da amostra apresentaram alta exaustão emocional; 43,24%, alta despersonalização; e 48,65%, baixa realização profissional.
Hanzelmann, Passos ¹	2010	Imagens e representações da Enfermagem acerca do stress e sua influência na atividade laboral	A população estudada convive com a falta de condições de trabalho, escassez de recursos materiais e humanos e ainda com pessoal não treinado; o trabalhador sente-se insatisfeito, com fadiga mental e física – situações que podem propiciar o aparecimento do estresse no desempenho das atividades laborais.
Jodas, Haddad ²²	2009	Síndrome de <i>burnout</i> em trabalhadores de Enfermagem de um pronto-socorro de hospital universitário	Dos 61 trabalhadores que participaram do estudo, 8,2% apresentavam manifestações de <i>burnout</i> , todos do sexo feminino; 54,1% possuíam alto risco para manifestação da síndrome; e 37,7% apresentavam baixo risco de manifestação da doença.
Lorenz, Benatt, Sabino ²³	2010	<i>Burnout</i> e estresse em enfermeiros de um hospital universitário de alta complexidade	Os resultados indicaram a presença das três dimensões sugestivas de <i>burnout</i> . A vulnerabilidade dos enfermeiros a esse tipo de adoecimento foi potencializada pela vivência de estresse no ambiente de trabalho.
Magnago, Lisboa, Griep ²⁴	2009	Estresse, aspectos psicossociais do trabalho e distúrbios musculoesqueléticos em trabalhadores de Enfermagem	O estresse e aspectos psicossociais do trabalho são importantes fatores de risco a serem identificados e compreendidos no ambiente laboral. Eles relacionam-se com a ocorrência de distúrbio musculoesquelético.
Meneghini, Paz, Lautert ⁸	2011	Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de <i>burnout</i> em trabalhadores de Enfermagem	Os componentes da síndrome de <i>burnout</i> apresentaram associações estatísticas significativas para: sobrecarga de trabalho, falta de motivação para o trabalho, conflito entre valores pessoais e institucionais, falta de possibilidade de recompensas, acúmulo da mesma função em instituições diferentes e dificuldade em conciliar os empregos. O trabalhador obrigado a recorrer a mecanismos adaptativos que, por vezes, não são eficazes, acaba por desenvolver a síndrome de <i>burnout</i> .
Menzani, Bianchi ²⁵	2009	Stress dos enfermeiros de pronto-socorro dos hospitais brasileiros	A finalidade desse estudo foi levantar os estressores dos enfermeiros atuantes em unidades de pronto-socorro nas cinco regiões brasileiras. Pôde-se inferir que a estrutura organizacional da instituição hospitalar tem responsabilidade no nível de estresse dos profissionais.

Quadro 1 – Características dos estudos e seus principais achados, em publicações acerca do estresse e da síndrome de *burnout* nos profissionais de Enfermagem (continua)

Autor	Ano	Título	Principais achados
Mininel, Baptista, Felli ²⁶	2011	Cargas psíquicas e processos de desgaste em trabalhadores de Enfermagem de hospitais universitários brasileiros	Os trabalhadores referiram exposição a diversos tipos de cargas psíquicas, relacionando-as a outras cargas de trabalho. Destacaram-se os desgastes decorrentes dessa situação, como estresse, fadiga, gastrite e cefaleia.
Moreira et al. ²⁷	2009	Prevalência da síndrome de <i>burnout</i> em trabalhadores de Enfermagem de um hospital de grande porte da Região Sul do Brasil	Foram estabelecidas pontuações médias de cansaço emocional, de despersonalização e de realização pessoal. O perfil padrão do trabalhador com <i>burnout</i> encontrado pela pesquisa foi: cargo de técnico de Enfermagem, sexo feminino, entre 26 e 35 anos, casado, sem filhos e com mais de cinco anos de profissão.
Nejeliskii, Lautert ²⁸	2011	Estresse laboral e capacidade para o trabalho de enfermeiros de um grupo hospitalar	O grupo de enfermeiros é predominantemente feminino, trabalhando em atividades assistenciais, possui pelo menos um curso de pós-graduação e sente-se satisfeito com a unidade onde trabalha. O estresse laboral está presente em 23,6% dos enfermeiros. Desses, 15,2% apresentam alta exigência no trabalho e 8,4% realizam trabalho passivo.
Panizzon, Luz, Fensterseifer ²⁹	2008	Estresse da equipe de Enfermagem de emergência clínica	Verificou-se que o nível de estresse da população é alto e o principal fator estressor é a carga de trabalho. Todas as fontes de pressão no trabalho tiveram uma correlação significativa positiva com o nível de estresse, sendo determinantes: a carga de trabalho, as dificuldades relacionadas com clientes e processos e a estrutura organizacional.
Ritter, Stumm, Kircher ³⁰	2009	Análise de <i>burnout</i> em profissionais de uma unidade de emergência de um hospital geral	O perfil dos profissionais afetados é: 57,9% do sexo feminino; entre 25 e 30 anos de idade; 60,5% são casados e com filhos; 70,3% têm ensino médio, 2,7%, graduação e 27,0%, especialização; 34,2% atuam há 3,5 anos na profissão, 55,3%, há 3,5 anos na emergência e 56,8% dedicam-se exclusivamente ao trabalho nesse local. Quanto às dimensões da síndrome, os escores são baixos para desgaste emocional e despersonalização e altos para incompetência (escore reverso).
Rocha, Martino, Ferreira ³¹	2009	Stress do enfermeiro que atua em diferentes setores do ambiente hospitalar: estudo descritivo	A população do estudo consistiu de indivíduos de vários turnos de trabalho, dos quais 59,6% são do diurno, 65% de áreas abertas, 88,2% do sexo feminino, com idade média de 39,6 anos. A pontuação de estresse foi de 2,6 (nível médio).
Ruviaro, Bardagi ³²	2010	Síndrome de <i>burnout</i> e satisfação no trabalho em profissionais da área de Enfermagem do interior do RS	A amostra se constituiu de 86 sujeitos (38 homens e 48 mulheres), com idades entre 21 e 50 anos. Os resultados apontaram que a maioria dos profissionais apresentou risco baixo para o <i>burnout</i> , mas o índice de risco médio é preocupante.
Santos et al. ³³	2010	O estresse do enfermeiro nas unidades de terapia intensiva adulto: uma revisão de literatura	Os fatores predisponentes ao estresse foram: sobrecarga de trabalho, conflito de funções, desvalorização e condições precárias de trabalho. Os sinais e sintomas foram: taquicardia, falta de apetite, calafrios, ansiedade e dores articulares.
Santos, Randünz ³⁴	2011	O estresse de acadêmicas de Enfermagem e a segurança do paciente	Destaca-se, nos resultados, que os episódios de estresse mais marcantes ocorrem nos estágios; é, nesse momento, que a segurança do paciente corre maior risco.
Secco et al. ³⁵	2010	Cargas psíquicas de trabalho e desgaste dos trabalhadores de Enfermagem de hospital de ensino do Paraná, Brasil	Os achados evidenciaram que as cargas psíquicas relacionam-se à penosidade inerente à atividade, pelo convívio com a dor e a morte; ainda, a história de vida e as dificuldades socioeconômicas do pessoal têm contribuído para potencializar as cargas psíquicas.

Quadro 1 – Características dos estudos e seus principais achados, em publicações acerca do estresse e da síndrome de *burnout* nos profissionais de Enfermagem (conclusão)

Autor	Ano	Título	Principais achados
Silva, Dias, Teixeira ³⁶	2012	Discussão sobre as causas da síndrome de <i>burnout</i> e suas implicações à saúde do profissional de Enfermagem	Constatou-se que o <i>burnout</i> está intimamente relacionado a fatores organizacionais, pessoais, individuais e até mesmo aos fatores inerentes à profissão. As repercussões descritas são várias, envolvendo as esferas física, psíquica, emocional, organizacional e familiar.
Silva et al. ³⁷	2011	Fatores de estresse no último ano do curso de graduação em Enfermagem: percepção dos estudantes	Constatou-se a existência de fatores de estresse para os estudantes, tais como: sobrecarga de atividades acadêmicas teórico-práticas; expectativas e preocupações com o mundo do trabalho; relação trabalho/estudo; relação estudo/vida familiar/moradia e relacionamento interpessoal dos estudantes.
Silveira, Stumm, Kirchner ³⁸	2009	Estressores e <i>coping</i> : enfermeiros de uma unidade de emergência hospitalar	Quanto às interferências dos estressores na assistência, destacam-se: demanda, afastamento da assistência, urgência de tempo, dentre outras.
Spindola, Martins ³⁹	2007	O estresse e a Enfermagem – a percepção dos auxiliares de Enfermagem de uma instituição pública	A análise temática dos resultados evidenciou que o estresse é percebido como um distúrbio emocional que acarreta desequilíbrio da saúde mental, ocasionando irritação, mau humor e incapacidade para o trabalho.
Tamayo ⁴⁰	2009	<i>Burnout</i> : implicações das fontes organizacionais de desajuste indivíduo-trabalho em profissionais de Enfermagem	Fontes de desajuste, como ausência de coleguismo, sobrecarga de trabalho e conflito entre valores e práticas organizacionais, revelaram-se preditores significativos para exaustão emocional.
Trindade, Lautert ⁶	2010	Síndrome de <i>burnout</i> entre os trabalhadores da estratégia de saúde da família	A idade média do grupo foi de 36,94±9,3 anos, com predominância do sexo feminino (84,9%). Identificaram-se seis trabalhadores (6,9%) com a síndrome de <i>burnout</i> , cuja associação estatística com a variável idade jovem foi significativa (p= 0,034). Os mais jovens obtiveram escores superiores nas subescalas de desgaste emocional e despersonalização do Inventário de <i>burnout</i> .
Urbanetto et al. ⁴¹	2011	Estresse no trabalho da Enfermagem em hospital de pronto-socorro: análise usando a <i>job stress scale</i>	Através dos resultados, identificou-se associação significativa entre a função de técnico/auxiliar de Enfermagem, com baixo apoio social e tempo no cargo superior a 15 anos, e maiores chances para o quadrante alto desgaste.
Vasconcelos et al. ⁴²	2011	Fatores associados à capacidade para o trabalho e percepção de fadiga em trabalhadores de Enfermagem da Amazônia Ocidental	A prevalência de capacidade inadequada para o trabalho foi de 40,8%, tendo como fatores associados: sexo feminino; outro vínculo empregatício; número de funcionários insuficiente; tarefas repetitivas e monótonas; três ou mais morbidades sem diagnóstico médico; fadiga elevada.

A população estudada foi composta por enfermeiros, técnicos de Enfermagem, residentes e acadêmicos de Enfermagem. Dentre os artigos analisados, 91,67% (n = 33) foram estudos originais e 8,33% (n = 03) tratam de revisão. Sobre o ambiente de estudo, observou-se que 77,77% (n = 28) eram instituições hospitalares públicas, 5,56% (n = 02) eram relativos à Estratégia de Saúde da Família (ESF), 11,11% (n = 04), instituições hospitalares privadas e 5,56% (n = 02) foram pesquisas efetuadas tanto em ambiente público como priva-

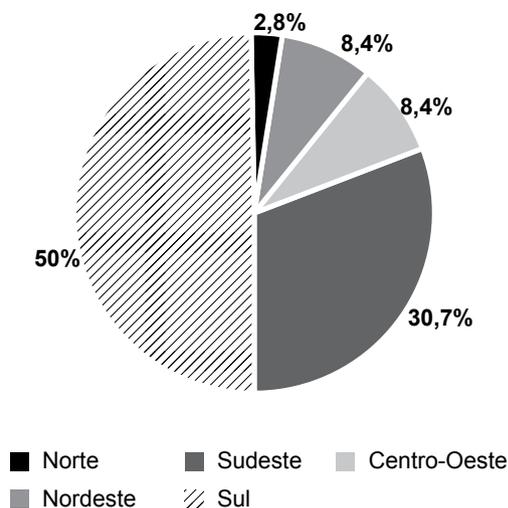
do. A provável causa para a maior ocorrência de publicações focadas nos profissionais de saúde pública foi sugerida por Andrade et al.⁵, que observaram diferenças no suporte social e confiança no trabalho entre hospitais públicos e instituições particulares, nas quais o índice de confiança nos colegas e superiores de trabalho é maior.

Quanto ao ambiente de trabalho, verificou-se que os profissionais de Enfermagem em unidades hospitalares estavam

distribuídos entre os setores fechados e abertos, nas diversas áreas assistenciais e administrativas: urgência e emergência adulto e pediátrica; clínica médica; clínica cirúrgica; unidade de terapia intensiva (UTI); supervisão e gerência.

Em relação às regiões do Brasil, o estudo revelou predominância da Região Sul, com 50% (n = 18) de publicações relativas ao tema. O Norte obteve o resultado menos expressivo com 2,8% (n = 1). Maiores detalhes podem ser observados na figura 2.

Figura 2 – Distribuição das publicações sobre estresse e síndrome de *burnout* no Brasil, entre os anos de 2007 e 2012



Em 80% (n = 29) das publicações, a população do estudo era composta por profissionais do sexo feminino, o que demonstra uma associação entre esse campo de trabalho e a mulher. Ezaías et al.¹¹ afirmam que fatores individuais a*+s-sociados à síndrome de *burnout* acometem mais as mulheres devido à sua maior propensão para exaustão emocional, enquanto os homens tendem para a despersonalização. Os artigos analisados mostram que o número de profissionais suscetíveis à síndrome é maior entre os que têm idade entre 20 e 40 anos, destacando-se os de 30 anos^{6,13,1+8,19,29,30,42}.

Para Franco et al.¹⁸, a maior incidência de *burnout* nos indivíduos com 30 anos de idade deve-se ao fato de que estão no início de sua carreira, com inseguranças e sentimento de grande responsabilidade por cuidar de outras vidas. As dificuldades inerentes à profissão acabam por desenvolver nesses indivíduos uma autocrítica acentuada, associada à sensação de incompetência e desvalorização.

Por se encontrarem num período de transição entre expectativas idealistas e a prática cotidiana, esses profissionais terminam por desenvolver quadros típicos de despersonalização e exaustão emocional. Os autores destacam também que as manifestações mais frequentes do sentimento dicotômico “incompetência/falta de realização profissional” são observadas em indivíduos mais velhos, que já atingiram experiência e familiaridade com as situações relativas às suas atividades^{15,21}.

Dentre os fatores que desencadeiam o estresse nos profissionais de Enfermagem durante suas atividades laborais estão os altos níveis hierárquicos de gerenciamento, falta de espaço nas unidades, condições trabalhistas impróprias, ausência de autonomia, forte pressão emocional, sobrecarga e acúmulo de atividades, cansaço físico e mental, ausência de organização, insatisfação profissional, falta de material, recursos humanos escassos, pessoal não treinado e remuneração inadequada². É fato que, quando em alto grau, o estresse pode evoluir para o *burnout*. Guido et al.²⁰ constataram que enfermeiros envolvidos nas questões gerenciais apresentavam seis vezes mais chances de desenvolver altos níveis de estresse quando comparados a outros enfermeiros que não atuavam nessa área.

Os sinais e sintomas apresentados foram dor de cabeça, tensão, dores musculares, sensação de fadiga, declínio de memória, indisposição gástrica, sensação de desânimo pela manhã, fraqueza, torpor, lombalgia, enxaqueca, irritabilidade geral e hiperexcitação ou depressão^{7,13,33}. O maior desgaste ocorre devido ao trabalho ser realizado, na maioria do tempo, em pé. Além disso, o transporte de pacientes e a passagem de plantão contribuem com a exaustão. Tais fatores, após um longo período, levam os profissionais ao desenvolvimento de sentimentos de exaustão emocional, estresse ocupacional, despersonalização, incompetência e falta de realização profissional, culminando na síndrome de *burnout*⁴³.

Contribuindo para o agravamento da condição de estresse, está o pouco tempo dedicado pelos profissionais para atividades de descanso e lazer. Este fator é consequente aos baixos salários propostos para a categoria. Sem remuneração suficiente para suas necessidades, o enfermeiro termina por preencher seus dias de folga com a inclusão de outros vínculos empregatícios, criando, assim, uma sucessão ininterrupta de jornadas de trabalho com poucas horas para o descanso⁹.

De acordo com Jodas e Haddad²², a síndrome de *burnout* pode ser evitada, desde que a cultura da organização laboral favoreça a execução de atividades preventivas do estresse

crônico, a partir da atuação em equipes multidisciplinares, numa perspectiva de resgatar as características próprias do cotidiano de quem cuida. As estratégias utilizadas por esses profissionais para evitar o estresse e a exaustão física e emocional são: realização de atividades físicas (caminhadas e ginástica em academias), leitura, dormir, assistir televisão, jogar futebol, ir ao cinema, navegar na Internet, ir à igreja e pescar.

CONCLUSÃO |

Em sua maioria, os artigos selecionados demonstraram preocupação em descrever os problemas da saúde dos trabalhadores, evitando avaliações mais aprofundadas sobre causas e consequências do esgotamento. Apesar disso, de 2007 a 2012 foi crescente a quantidade de trabalhos referentes ao tema, demonstrando uma atenção cada vez maior dos pesquisadores. A alta quantidade de publicações envolvendo funcionários de instituições públicas pode ser reflexo da ausência ou precariedade do suporte social, material e de serviços, o que não ocorre em hospitais particulares. A falta de materiais e sobrecarga de trabalho são dois fatores agravantes, mas notou-se, nos estudos, que os hospitais particulares sofrem apenas do último enquanto os hospitais públicos passam por ambas as situações.

As intervenções propostas, na maioria dos artigos analisados, não trazem impacto para realmente resolver as formas de adoecimento dos trabalhadores, não havendo contribuição efetiva para a realização de mudanças práticas.

Entretanto, alguns autores sugerem formas de prevenção e estratégias de enfrentamento para a debilitação fisiológico-emocional, embora sua aplicabilidade esbarre em problemas do cotidiano laboral. Parte disso se deve às cobranças que esses profissionais sofrem para assegurar uma assistência eficaz ao paciente e seus familiares, que se encontram fragilizados.

Com este estudo, entende-se ser necessária a realização de pesquisas que colaborem para a intervenção nos problemas de saúde dos trabalhadores, com metodologias embasadas em evidências científicas sobre o assunto estudado.

REFERÊNCIAS |

1 - Hanzelmann RS, Passos JP. Imagens e representações da Enfermagem acerca do *stress* e sua influência na atividade laboral. *Rev Esc Enferm USP*. 2010; 44(3):694-701.

2 - Bozza MSS, Fontanela GA. Os fatores desencadeantes do estresse no enfermeiro que atua no setor de emergência. *Nursing*. 2008; 11(127):553-8.

3 - Ribeiro RP, Martins JP, Marziale MHP, Robazzi MLCC. O adoecer pelo trabalho na Enfermagem: uma revisão integrativa. *Rev Esc Enferm USP*. 2012; 46(2):495-504.

4 - Goulart CB, Haddad MCL, Vannuchi MTO, Dalmas JC. Fatores predisponentes da síndrome de *burnout* em trabalhadores de um hospital público de média complexidade. *Revista Espaço para a Saúde*. 2010; 11(2):48-55.

5 - Andrade T, Hoch REE, Vieira KM, Rodrigues CMC. Síndrome de *burnout* e suporte social no trabalho: a percepção dos profissionais de Enfermagem de hospitais públicos e privados. *Organ Soc*. 2012; 19(61):231-51.

6 - Trindade LL, Lautert L. Síndrome de *burnout* entre os trabalhadores da estratégia de saúde da família. *Rev Esc Enferm USP*. 2010; 44(2):274-9.

7 - Salomé GM, Espósito VHC. Síndrome de *burnout* em profissionais de Enfermagem que trabalham em uma UTI. *Nursing*. 2011; 13(153):92-8.

8 - Meneghini F, Paz AA, Lautert L. Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de *burnout* em trabalhadores de Enfermagem. *Texto Contexto-Enferm*. 2011; 20(2):225-33.

9 - Lopes CCP, Ribeiro TP, Martinho NJ. Síndrome de *burnout* e sua relação com a ausência de qualidade de vida no trabalho do enfermeiro. *Enfermagem em Foco*. 2012; 3(2):97-101.

10 - Martins-Pereira J. Manual de metodologia da pesquisa científica. São Paulo: Atlas; 2007.

11 - Ezaías GM, Gouvea PB, Haddad MCL, Vannuchi MTO, Sardinha DSS. Síndrome de *burnout* em trabalhadores de saúde em um hospital de média complexidade. *Rev Enferm UERJ*. 2010; 18(4):524-9.

12 - Dalmolin GL, Lunardi VL, Barlem ELD, Silveira RS. Implicações do sofrimento moral para os(as) enfermeiros(as) e aproximações com o *burnout*. *Texto Contexto-Enferm*. 2012; 21(1):200-8.

- 13 - Farias SMC, Teixeira OLC, Moreira W, Oliveira MAF, Pereira MO. Caracterização dos sintomas físicos de estresse na equipe de pronto atendimento. *Rev Esc Enferm USP*. 2011; 45(3):722-9.
- 14 - Feliciano KVO, Kovacs MH, Sarinho SW. Superposição de atribuições e autonomia técnica entre enfermeiras da estratégia de saúde da família. *Rev Saúde Pública*. 2010; 44(3):520-7.
- 15 - França FM, Ferrari R. Síndrome de *burnout* e os aspectos sociodemográficos em profissionais de Enfermagem. *Acta Paul Enferm*. 2012; 25(5):743-8.
- 16 - França FM, Ferrari R, Ferrari DC, Alves ED. *Burnout* e os aspectos laborais na equipe de Enfermagem de dois hospitais de médio porte. *Rev Latino-Am Enfermagem*. 2012; 20(5):961-70.
- 17 - França SPS, De Martino MMF, Aniceto EVS, Silva LL. Preditores da síndrome de *burnout* em enfermeiros de serviços de urgência pré-hospitalar. *Acta Paul Enfermagem*. 2012; 25(1):68-73.
- 18 - Franco GP, Barros ALBL, Nogueira-Martins LA, Zeitoun SS. *Burnout* em residentes de Enfermagem. *Rev Esc Enferm USP*. 2011; 45(1):12-8.
- 19 - Galindo RH, Feliciano KVO, Lima RAS, Souza AI. Síndrome de *burnout* entre enfermeiros de um hospital geral da cidade do Recife. *Rev Esc Enferm USP*. 2012; 46(2):420-7.
- 20 - Guido LA, Linch GFC, Pitthan LO, Umann J. Estresse, *coping* e estado de saúde entre enfermeiros hospitalares. *Rev Esc Enferm USP*. 2011; 45(6):1434-9.
- 21 - Guido LA, Silva RM, Goulart CT, Bolzan MEO, Lopes LFD. Síndrome de *burnout* em residentes multiprofissionais de uma universidade pública. *Rev Esc Enferm USP*. 2012; 46(6):1477-83.
- 22 - Jodas DA, Haddad MCL. Síndrome de *burnout* em trabalhadores de Enfermagem de um pronto-socorro de hospital universitário. *Acta Paul Enferm*. 2009; 2(2):192-7.
- 23 - Lorenz VR, Benatt MCC, Sabino MO. *Burnout* e estresse em enfermeiros de um hospital universitário de alta complexidade. *Rev Latino-Am Enfermagem*. 2010; 18(6):1084-91.
- 24 - Magnago TTBS, Lisboa MTL, Griep RH. Estresse, aspectos psicossociais do trabalho e distúrbios musculoesqueléticos em trabalhadores de Enfermagem. *Rev Enferm UERJ*. 2009; 17(1):118-23.
- 25 - Menzani G, Bianchi ERF. *Stress* dos enfermeiros de pronto-socorro dos hospitais brasileiros. *Rev Eletr Enferm*. 2009; 11(2):327-33.
- 26 - Mininel VA, Baptista PCP, Felli VEA. Cargas psíquicas e processos de desgaste em trabalhadores de Enfermagem de hospitais universitários brasileiros. *Rev Latino-am Enfermagem*. 2011; 19(2):340-7.
- 27 - Moreira DS, Magnago RF, Sakae TM, Magajewski FRL. Prevalência da síndrome de *burnout* em trabalhadores de Enfermagem de um hospital de grande porte da Região Sul do Brasil. *Cad Saúde Pública*. 2009; 25(7):1559-68.
- 28 - Nejeliskii C, Lautert L. Estresse laboral e capacidade para o trabalho de enfermeiros de um grupo hospitalar. *Rev Latino-Am Enfermagem*. 2011; 19(3):606-13.
- 29 - Panizzon C, Luz AMH, Fensterseifer LM. Estresse da equipe de Enfermagem de emergência clínica. *Rev Gaúcha Enferm*. 2008; 29(3):391-9.
- 30 - Ritter RS, Stumm EMF, Kircher RM. Análise de *burnout* em profissionais de uma unidade de emergência de um hospital geral. *Rev Eletr Enferm*. 2009; 11(2):236-48.
- 31 - Rocha MCP, Martino MMF, Ferreira LRC. *Stress* do enfermeiro que atua em diferentes setores do ambiente hospitalar: estudo descritivo. *Online Braz J Nurs [Internet]*. 2009 set [citado 2012 nov 10]; 8(3): [cerca de 10p.]. Disponível em: <http://www.objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/j.16764285.2009.2555/562>
- 32 - Ruviano MFS, Bardagi MP. Síndrome de *burnout* e satisfação no trabalho em profissionais da área de Enfermagem do interior do RS. *Barbarói*. 2010; 33:194-216.
- 33 - Santos FD, Cunha MHF, Robazzi MLCC, Pedrão LJ, Silva LA, Terra FS. O estresse do enfermeiro nas unidades de terapia intensiva adulto: uma revisão de literatura. *SMAD: Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog*. 2010; 6(1):1-16.
- 34 - Santos VEP, Randünz V. O estresse de acadêmicas

de Enfermagem e a segurança do paciente. Rev Enferm UERJ. 2011; 19(4):616-20.

35 - Secco IAO, Robazzi MLCC, Souza FEA, Shimizu DS. Cargas psíquicas de trabalho e desgaste dos trabalhadores de Enfermagem de hospital de ensino do Paraná, Brasil. SMAD: Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. 2010; 6(1):1-17.

36 - Silva JLL, Dias AC, Teixeira LR. Discussão sobre as causas da síndrome de *burnout* e suas implicações à saúde do profissional de Enfermagem. Chía. 2012; 12(2):144-59.

37 - Silva VLS, Chiquito NC, Andrade RAPO, Brito MFP, Camelo SHH. Fatores de estresse no último ano do curso de graduação em Enfermagem: percepção dos estudantes. Rev Enferm UERJ. 2011; 19(1):121-6.

38 - Silveira MM, Stumm EMF, Kirchner RM. Estressores e *coping*: enfermeiros de uma unidade de emergência hospitalar. Rev Eletr Enferm. 2009; 11(4):894-903.

39 - Spindola T, Martins ERC. O estresse e a Enfermagem – a percepção dos auxiliares de Enfermagem de uma instituição pública. Esc Anna Nery R Enferm. 2007; 11(2):212-9.

40 - Tamayo MR. *Burnout*: implicações das fontes organizacionais de desajuste indivíduo-trabalho em profissionais de Enfermagem. Psicol Refl Crít. 2009; 22(3):474-82.

41 - Urbanetto JS, Silva PC, Hoffmeister E, Negri BS, Costa BEP, Figueiredo CEP. Estresse no trabalho da Enfermagem em hospital de pronto-socorro: análise usando a *job stress scale*. Rev Latino-Am Enfermagem. 2011; 19(5):1122-31.

42 - Vasconcelos SP, Fischer FM, Reis AOA, Moreno CRC. Fatores associados à capacidade para o trabalho e percepção de fadiga em trabalhadores de Enfermagem da Amazônia Ocidental. Rev Bras Epidemiol. 2011; 14(4):688-97.

Correspondência para/ Reprint request to:

Charline Soares dos Santos Rolim

Av. Constantino Nery, 2503/209 B.L.E

Conjunto dos Jornalistas – Chapada - Manaus – AM

Cep.: 69050-001

Tel.: (92) 38774460 / 82579009

E-mail: charlinesoares@hotmail.com

Recebido em: 22-3-2013

Aceito em: 18-7-2013