



**UNIVERSIDADE DA INTEGRAÇÃO INTERNACIONAL  
DA LUSOFONIA AFRO- BRASILEIRA  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA  
ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DA FAMÍLIA**

**PRISCILA MARQUES DO AMARAL NERI**

**SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA REDE DE ATENÇÃO  
BÁSICA EM SAÚDE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

**SÃO FRANCISCO DO CONDE**

**2018**

**PRISCILA MARQUES DO AMARAL NERI**

**SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA REDE DE ATENÇÃO  
BÁSICA EM SAÚDE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Monografia apresentada ao Curso de Pós-Graduação Lato Sensu em Saúde da Família da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira como requisito parcial para obtenção do título de Especialista em Saúde da Família.

Orientador: Prof. M.e Helson Freitas da Silveira.

**SÃO FRANCISCO DO CONDE**

**2018**

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira  
Sistema de Bibliotecas da Unilab  
Catalogação de Publicação na Fonte

N364s

Neri, Priscila Marques do Amaral.

Síndrome de Burnout em profissionais da Rede de Atenção Básica em Saúde : uma revisão integrativa / Priscila Marques do Amaral Neri. - 2018.

25 f. : il.

Monografia (especialização) - Instituto de Educação a Distância, Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, 2018.

Orientador: Prof. M.e Helson Freitas da Silveira.

1. Atenção básica à saúde. 2. Doenças profissionais. 3. Síndrome de Burnout. I. Título.

BA/UF/SEBI

CDD 158.723

**PRISCILA MARQUES DO AMARAL NERI**

**SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA REDE DE ATENÇÃO  
BÁSICA EM SAÚDE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Monografia julgada e aprovada para obtenção do título de Especialista em Saúde da Família,  
pela Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira.

Data: 13/07/2018.

**BANCA EXAMINADORA**

**Prof. M.e Helson Freitas da Silveira (Orientador)**

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira - UNILAB

**Prof. Dr. Howard Lopes Ribeiro Júnior**

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira - UNILAB

**Prof.<sup>a</sup> Ana Christina de Sousa Silveira**

Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares - EBSEH

## **AGRADECIMENTOS**

A Deus, por me guiar os caminhos a serem traçados.

Aos meus pais, que sempre me estimularam a buscar o melhor para mim.

Ao meu marido, que esteve presente ao meu lado para não me fazer desistir dos objetivos.

Aos colegas de turma, em especial os do Polo São Francisco do Conde, que mesmo num curso de pós-graduação na modalidade eAD, se fizeram presentes diariamente, estimulando, trocando experiências e encorajando por meio de mensagens de aplicativo no celular. Aprendi muito com pessoas como André, Evelvani, Lis, Miralva Monalisa, Silvana, Vilma, Viviane, dentre outros.

Ao meu orientador, Professor Helson Freitas, pela disponibilidade em contribuir para a realização deste trabalho.

## RESUMO

Este trabalho busca, a partir da literatura, compreender quais os fatores desencadeantes da Síndrome de Burnout. entender o conceito de burnout e compreender o motivo de nem todos os trabalhadores serem acometidos pela mesma síndrome. Por se tratar de um conceito ligado ao trabalho, serão abordadas as transformações do mundo laboral numa perspectiva histórica, desde a escravidão até os dias atuais, o estresse contemporâneo, e efeitos e causas da síndrome de *burnout*. As mudanças ocorridas no mundo do trabalho possibilitaram vivermos numa era em que profissionais são acometidos de doenças ocupacionais por conta das constantes exigências de produtividade do mercado de trabalho, ocasionando muitas vezes o estresse e, em casos mais graves, a síndrome de *burnout*. Realizou-se a busca de literatura na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) durante todo o mês de junho de 2018, tendo como critérios de escolha os artigos completos, disponíveis na íntegra, em português enquanto idioma e com período de publicação compreendido entre janeiro de 2009 e dezembro de 2017, que atendam à pergunta norteadora: Por que nem todos os profissionais são acometidos da Síndrome de Burnout? Nos artigos encontrados, constatou-se a relevância de compreender os fatores desencadeantes do prazer e do sofrimento com o trabalho para a criação de uma relação de identificação com a atividade profissional. Sousa e Araújo (2015) apontam para a relevância da realização de projetos de pesquisa-ação para avaliar programas que se destinam à melhoria da qualidade de vida no trabalho.

**Palavras-chaves:** Atenção básica à saúde. Doenças profissionais. Síndrome de Burnout.

## **ABSTRACT**

This work seeks, from the literature, to understand the triggering factors of Burnout Syndrome. understand the concept of burnout and understand why not all workers are affected by the same syndrome. Because it is a concept related to work, the transformations of the world of work will be approached from a historical perspective, from slavery to the present day, contemporary stress, and effects and causes of burnout syndrome. The changes that have taken place in the world of work have made it possible to live in an era in which professionals are affected by occupational diseases due to the constant demands of labor market productivity, often causing stress and, in more serious cases, burnout syndrome. The literature search was carried out in the Virtual Health Library (VHL) during the whole month of June 2018, and the complete articles, available in full, in Portuguese as a language and with a publication period between January of 2009 and December 2017, which answer the guiding question: Why are not all professionals affected by Burnout Syndrome? In the articles found, it was verified the relevance of understanding the factors triggering pleasure and suffering with work to create a relationship of identification with the professional activity. Sousa and Araújo (2015) point to the relevance of carrying out action research projects to evaluate programs that aim to improve the quality of life at work.

**Keywords:** Basic health care. Burnout syndrome. Professional diseases.

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>9</b>
<b>2</b>	<b>OBJETIVO.....</b>	<b>13</b>
2.1	OBJETIVO GERAL.....	13
2.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	13
<b>3</b>	<b>MÉTODO.....</b>	<b>14</b>
<b>4</b>	<b>RESULTADOS E DISCUSSÕES.....</b>	<b>15</b>
<b>5</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>20</b>
<b>6</b>	<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>21</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Ao buscarmos a etimologia da palavra trabalho, encontramos sua origem no latim, advindo da palavra tripalium, conhecido por um instrumento de tortura feito de três paus.

De acordo com Bueno (1998), a palavra trabalho está associada ao verbo tripaliare, que corresponde a "torturar sobre o tripalium", fazendo referência ao suplício que substituiu o da cruz, numa concepção cristã.

Historicamente construída, a palavra trabalho esteve por muito tempo vinculada a sofrimento e a situações negativas para o trabalhador. Por outro lado, a expressão “o trabalho dignifica o homem” denota a sua outra vertente de representação na sociedade, devendo o trabalho ser capaz de promover a socialização, a qualificação profissional e o sentimento de realização.

Podemos definir trabalho como a “execução de tarefas que requerem esforço mental e físico, cujo objetivo é a produção de mercadorias e serviços que satisfaçam as necessidades humanas”. (GIDDENS, 2005)

Aborda-se o significado do trabalho como uma cognição subjetiva, histórica e dinâmica, caracterizado por múltiplas facetas que se articulam de diversificadas maneiras. É subjetiva, apresentando uma variação individual, a qual reflete a história pessoal de cada um. É social, porque além de apresentar aspectos compartilhados por um conjunto de indivíduos, reflete as condições históricas da sociedade na qual está inserida. É dinâmica, no sentido de que é construído inacabado, em permanente processo de construção. Decorrente disto, sua caracterização varia conforme seu próprio caráter sócio-histórico. (BRIEF & NORD, 1990, apud BORGES; ALVES FILHO, 2001)

O trabalho tem como base o crescimento pessoal e o desafio intelectual, sendo necessária noção de responsabilidade, respeito nas relações hierárquicas e sentimento de prazer na realização de tarefas, porém vemos que a execução das atividades, principalmente físicas, pode ocasionar algumas doenças ligadas ao trabalho, também chamadas de doenças ocupacionais.

O trabalhador brasileiro enfrenta muitas mudanças. A exemplo disso podemos citar a evolução tecnológica, a globalização, alteração na legislação trabalhista e previdenciária, mercado cada vez mais competitivo. Mudanças na ética, nos valores pessoais, sociais, na economia e na política deixam marcas indeléveis na vida do indivíduo. Inserido em um sistema onde os meios de trabalho e as informações se transformam muito rapidamente, o

homem se esforça para desenvolver capacidades de enfrentamento, ora criando, ora adaptando-se, no intuito de manter sua saúde física, emocional, e social.

Nesse contexto, à medida que cresce o valor do conhecimento científico e tecnológico, decresce o valor do trabalho (no sentido convencional do termo) e das matérias-primas em geral. Teoriza-se que, no capitalismo avançado, a ciência e a tecnologia transformaram-se nas principais forças produtivas. O valor de um produto de “alta tecnologia” é, majoritariamente, o valor do conhecimento nele embutido. Desvaloriza-se a “mão-de-obra” e valoriza-se mais a “mente-de-obra”; valorizam-se o conhecimento e a informação e desvalorizam-se as matérias pesadas. As inovações tecnológicas possibilitaram uma ampla reestruturação da base produtiva e o aparecimento do que se denomina atualmente de globalização, cujos aspectos são profusamente abordados por trabalhos acadêmicos e pela mídia. (MARINHO, 2000).

A mudança tecnológica é uma das principais características da indústria moderna. A tecnologia refere-se, segundo Giddens (2005) ao “aproveitamento da ciência nos maquinários com o intuito de atingir uma eficiência produtiva maior”. Mudanças na produção e gestão trazem impactos perversos para os trabalhadores e sindicatos, fortalecem o individualismo e a competição. O temor ao desemprego aterroriza os trabalhadores e suas famílias.

Marinho (2000), afirma que no passado reduzir o quadro de empregados era característico de empresas em crise, porém hoje as empresas bem sucedidas também enxugam o seu capital humano. Para ele, alguns autores chegam a falar do fim do sindicalismo e, mesmo, do fim do emprego.

Com isso, podemos dizer que o progresso científico e tecnológico, que embasou a atual estrutura produtiva, é nocivo ao trabalhador.

Esse progresso não decorre de uma evolução natural, mas das intenções e dos interesses humanos. As tecnologias adquiriram enorme autonomia, tendendo a fazer-nos renunciar ao seu controle. O conhecimento é gerado, retorna à sociedade e só tem sentido se ancorado em seus valores e éticas. (MARINHO, 2000).

A tecnologia da informação (TI), quando adotada como uma força criativa e descentralizadora pode auxiliar a derrubar hierarquias rígidas, a envolver mais empregados na tomada de decisões e a fazer com que os trabalhadores participem mais de perto dos negócios diários da empresa. Por outro lado, para Giddens (2005), “pode ser aproveitada com a mesma facilidade para fortalecer as hierarquias e as práticas de vigilância. A adoção da TI no local de trabalho pode abreviar as interações cara a cara, bloquear os canais de responsabilidade e transformar um escritório em uma rede de módulos fechados e isolados”.

A substituição do homem pela máquina exige que o trabalhador esteja mais qualificado para enfrentar o mercado competitivo. Quando isto não ocorre, há um desinteresse pelo trabalho e, muitas vezes, um sentimento de desvalorização.

Segundo Dejours (1992), “o trabalho nem sempre possibilita crescimento, reconhecimento e independência profissional, pois muitas vezes causa problemas de insatisfação, desinteresse, irritação e exaustão”, podendo ocasionar algumas doenças. Uma dessas doenças é o estresse.

O termo estresse vem da física, e neste campo do conhecimento, tem o sentido de grau de deformidade que uma estrutura sofre quando é submetida a um esforço. (França e Rodrigues, 1997).

O endocrinologista canadense Hans Selye (1907-1982) foi o primeiro a pesquisar seriamente o estresse na década de 30. Ele observou que organismos diferentes apresentam um mesmo padrão de resposta fisiológica para estímulos sensoriais ou psicológicos. E isso teria efeitos nocivos em quase todos os órgãos, tecidos ou processos metabólicos. (Ballone, 2005).

Para termos uma noção da importância do tema saúde e segurança ocupacional, basta observarmos que no Brasil ocorre cerca de 1 morte a cada 3 horas, motivadas pelo risco decorrente dos fatores ambientais do trabalho e ainda cerca de 14 acidentes ocorrem a cada 15 minutos na jornada diária, segundo dados estatísticos relativos à segurança e saúde ocupacional (Ministério da Previdência e Assistência Social – MPAS, 2006)

A primeira reação do estresse ligado ao trabalho é a sensação de exaustão, esgotamento, sobrecarga física e mental, e dificuldades de relacionamento. O ceticismo aparece como tentativa de se proteger da exaustão. As pessoas se tornam mais distantes e frias com relação ao trabalho e aos colegas, uma vez que sentem que é mais seguro ficar indiferente. Como consequência desse distanciamento vem a ineficiência. Quando os profissionais se tornam ineficientes, perdem a confiança na própria capacidade de fazer diferença, e, à medida que perdem a autoconfiança, os outros também perdem a confiança neles. (Lima et al, 2004).

A exaustão emocional é definida como uma resposta ao estresse profissional crônico, caracterizado por sentimentos de desgaste físico e emocional. O indivíduo sente que está sendo super exigido e reduzido nos seus recursos emocionais. (Maslach et al, 1986, apud Tamayo e Trócoli, 2002). Dessa forma, quando se estabelece esse estado de exaustão pela

dedicação ao trabalho, sem atender as próprias necessidades, produzindo um sofrimento psíquico, chamamos de *burnout*.

Segundo Codo e Vasques-Menezes (1999), o termo burnout foi utilizado para nomear um conjunto de sintomas, não devendo ser confundido com um simples estresse, uma sensação de esgotamento pessoal.

O conceito de Burnout surgiu nos Estados Unidos, em meados dos anos 70, para dar explicação ao processo de deterioração nos cuidados e atenção profissional aos trabalhadores das organizações. Ao longo dos anos, esta síndrome de “queimar-se” tem se estabelecido como uma resposta ao estresse laboral crônico, integrado por atitudes e sentimentos negativos.

Em razão do exposto sobre o estresse profissional e, considerando que em cada 100 milhões de pessoas, a síndrome de burnout atinge 32%, perdendo no ranking somente para o Japão, de acordo com o G1 São Paulo (2017), este trabalho se propõe a discutir quais os fatores desencadeantes da síndrome de burnout, tendo em vista que alguns profissionais são acometidos pela síndrome e outros, que exercem a mesma atividade e muitas vezes no mesmo local de trabalho não são.

Diante disto, nos cabe a questão: Por que nem todos os profissionais são acometidos da Síndrome de *Burnout*?

## **2 OBJETIVOS**

### **2.1 GERAL**

Compreender quais os fatores desencadeantes da Síndrome de *Burnout*

### **2.2 ESPECÍFICOS**

Entender o conceito de burnout;

Compreender o motivo de nem todos os trabalhadores serem acometidos pela mesma síndrome.

### 3 MÉTODO

O presente estudo se dá por meio de uma revisão integrativa, que visa analisar e sintetizar vários assuntos sobre o mesmo tema, possibilitando um olhar mais crítico sobre as diversas temáticas que são discutidas.

Dessa forma, o trabalho está dividido em seis fases, conforme propõem Souza, Silva e Carvalho (2010): elaboração da pergunta norteadora, busca ou amostragem na literatura, coleta de dados, análise crítica dos estudos incluídos, discussão dos resultados e apresentação da revisão integrativa.

De acordo com as fases estabelecidas pelos autores supracitados, definiu-se como tema do trabalho Síndrome de Burnout em profissionais da rede de atenção básica em saúde: Uma revisão integrativa, tendo como questão norteadora: Por que nem todos os profissionais são acometidos da Síndrome de Burnout?

Realizou-se a busca de literatura na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) durante todo o mês de junho de 2018, tendo como critérios de escolha artigos completos, disponíveis na íntegra, em português enquanto idioma e com período de publicação compreendido entre janeiro de 2009 e dezembro de 2017, que atendam à pergunta norteadora.

Os trabalhos de revisão integrativa, teses, monografias, dissertações, revisão de literatura foram excluídos do processo de seleção.

Foram utilizados os descritores burnout, síndrome de burnout, rede de atenção básica e atenção primária à saúde. Os trabalhos resultantes das buscas tiveram seus resumos lidos para integrar ao processo de escolha, etapa que fora finalizada após a leitura, na íntegra, dos artigos pré-selecionados para então permanecerem ou serem excluídos da revisão integrativa.

Houve o preenchimento de quadro ilustrativo para sistematizar os dados dos artigos utilizados na revisão integrativa. Nos dados constam a identificação do artigo, ano do periódico de publicação, a base de dados, objetivos, metodologia empregada, e principais achados relacionados à questão norteadora da presente revisão integrativa.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Ao realizar a pesquisa utilizando como descritores *burnout*, síndrome de *burnout*, rede de atenção básica e atenção primária à saúde, foram encontrados 26 artigos que, após a seleção dos filtros, conforme os critérios de inclusão e exclusão, totalizaram 19 artigos, os quais foram lidos os títulos e resumos, resultando 9 artigos inclusos na coleta de dados da pesquisa.

Dos 9 artigos selecionados, 5 foram coletados da base de dados Lilacs e 4 foram coletados no Scielo, sendo todos os artigos nacionais, em português, estando apenas 1 disponível também em inglês.

**Quadro 1** - Caracterização dos artigos selecionados para análise

Nº	Base de dados / idioma	Periódico e ano de publicação	Título do artigo	Objetivos	Resultados
01	Lilacs / Inglês e Português	Rev. pesqui. cuid. fundam. (Online) / 2017	A enfermagem na urgência e emergência: entre o prazer e o sofrimento	Verificar quais os fatores que levam prazer e sofrimento aos profissionais da enfermagem que atuam em um setor de urgência e emergência hospitalar, e estratégias defensivas.	Encontraram-se três categorias: 1. categoria prazer; 2. categoria sofrimento; 3. categoria estratégias defensivas: individuais e coletivas.
02	Lilacs / Português	Psicol. Argum / 2016	Transtornos mentais comuns em trabalhadores de unidades básicas de saúde: prevalência e fatores associados	Identificar a prevalência de Transtornos Mentais Comuns (TMC) em profissionais da saúde e verificar a existência de associações entre variáveis sociodemográficas e laborais	Pouco reconhecimento e apoio no trabalho, sobrecarga de trabalho, trabalhar no turno noturno (prejuízo no sono), dificuldades de relacionamento com chefia, crise ética entre seus valores e questões profissionais, rigidez institucional e dificuldade de lidar com a morte

03	Lilacs / Português	Psicol. ciênc. Prof / 2015	Estresse ocupacional e resiliência entre profissionais de saúde	Descrever, analisar e compreender suas percepções e experiências de estresse e resiliência, identificando-se fatores de risco e proteção	Trabalhar em jornada de plantão e ter mais de um vínculo empregatício. Suporte social constituiu fator de proteção mais significativo. Técnicos de enfermagem representaram a categoria mais vulnerável. Mais da metade dos participantes revelou controle sobre a atividade laboral e baixo estresse ocupacional
04	Lilacs / Português	Rev. pesqui. cuid. fundam. (Online) / 2013	Agentes estressores em trabalhadores de enfermagem com dupla ou mais jornada de trabalho	Investigar os principais agentes estressores nos trabalhadores de enfermagem com dupla ou mais jornada de trabalho; verificar os principais sinais e sintomas indicadores de estresse	93,3% dos profissionais são do sexo feminino na faixa etária de 31-40 anos. O estudo revelou vários fatores levando ao estresse, com destaque para insatisfação salarial (83%), falta de lazer (73%) e sobrecarga de trabalho (60%), potencialmente prejudiciais à qualidade da assistência.
05	SciELO / Português	Ciênc. Saúde Colet / 2011	Burnout entre médicos da Saúde da Família: os desafios da transformação do trabalho	Compreender como os conflitos com a instituição e desacordos quanto às atribuições de membros da equipe são apreendidos e reconstruídos pelos médicos da Saúde da Família, sob a perspectiva do "burnout"	Os médicos revelam enorme discrepância entre expectativas e realidade do trabalho. Rejeitam a priorização institucional da consulta e cobrança de produtividade. Sofrem diante do que consideram à perda da identidade profissional: atribuições da enfermeira questionam o núcleo histórico da sua prática - o diagnóstico e o tratamento da doença.

06	Scielo / Português	Cad. saúde colet / 2014	Preditores da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde na atenção básica de Porto Alegre/RS	Estudar a prevalência da SB (Perfil 1 e Perfil 2) e seus preditores entre profissionais da atenção básica de dois distritos sanitários de Porto Alegre/RS	Constatou-se que 18% dos profissionais apresentaram SB perfil 1 e 11% perfil 2. Os preditores para SB perfil 1 foram presença de TMC, cansaço, maior tempo de profissão, não ter filhos, apenas trabalhar, residir em Porto Alegre e trabalhar em UBS. Os preditores para o perfil 2 foram semelhantes, exceto pelas variáveis cidade e tipo de unidade. A elevada prevalência de SB na amostra aponta a necessidade de as instituições de saúde na atenção básica realizarem ações de prevenção e promoção à saúde de seus trabalhadores
07	Scielo / Português	Cad. saúde colet. / 2013	Burnout e qualidade de vida de agentes comunitários de saúde de Caetanópolis (MG)	Avaliar a existência da síndrome de Burnout e a qualidade de vida dos Agentes Comunitários de Saúde (ACS) da cidade de Caetanópolis (MG)	Necessidade de considerar o impacto do trabalho na vida dos ACS e intervir para melhorar sua qualidade de vida
08	Scielo / Português	Trab. educ. Saúde / 2018	Análise da prevalência da Síndrome de Burnout em profissionais da atenção primária em saúde	Identificar a prevalência de burnout nos profissionais da atenção primária e fatores associado	A prevalência da síndrome foi de 51%, destacando-se que ela foi maior entre os profissionais de enfermagem. As variáveis associadas ao desfecho após análise multivariada foram: autoavaliação do estado de saúde ruim e insatisfação no trabalho. O trabalho no nível primário de atenção é complexo e exigente, o que torna relevante atentar para a saúde e satisfação destes profissionais, visando resguardar seu bem-estar e a produção do cuidado de qualidade à sociedade
09		Texto contexto - enferm. / 2011	Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem	Identificar os fatores ocupacionais associados com os três componentes da Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem que atuam em assistência hospitalar	Os resultados apontam que os componentes da Síndrome de Burnout apresentaram associações estatísticas significativas ( $p < 0,05$ ) com as seguintes características ocupacionais: sobrecarga de trabalho, falta de

					<p>motivação para o trabalho, conflito de valores pessoais com institucionais, falta de possibilidades de recompensas, ter a mesma função em instituições diferentes, e dificuldade em conciliar os empregos.</p>
--	--	--	--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Dos resultados obtidos nos artigos, elencaram-se duas discussões, considerando a importância de abordar a discussão sobre os fatores causadores do prazer / sofrimento o trabalho e as ações para a promoção à saúde do trabalhador.

➤ **Fatores causadores do prazer / sofrimento com o trabalho**

Nos artigos encontrados, constatou-se a relevância de compreender os fatores desencadeantes do prazer e do sofrimento com o trabalho para a criação de uma relação de identificação com a atividade profissional.

No artigo de Kolhs et al. (2017), encorajou-se a discussão para a importância de identificar os fatores que causam o prazer e o sofrimento a fim de oportunizar mudanças, que podem tornar o cotidiano da equipe de enfermagem mais produtivo, amenizando o desgaste e o sofrimento, contribuindo assim para a valorização do trabalhador nos aspectos humanos e profissionais.

Sabemos que o trabalho moderno favorece o adoecimento na medida em que se têm cada vez mais trabalhos por turno, nos quais o trabalhador perde a sua noite dedicando-se às atividades profissionais. A grande sobrecarga de trabalho e a relação cada vez mais exigente entre profissional e empregador são também agravantes para o burnout.

Corroborando, Carlotto (2016) afirma que é necessária a adoção de políticas igualitárias para os trabalhadores da Unidade Básica de Saúde, considerando a equidade de funções e responsabilidades.

Lima, Farah e Teixeira (2018) apontam para a importância que a satisfação no trabalho possui na redução às chances de se ter síndrome de burnout, chamando atenção para a relevância de um ambiente de trabalho saudável, que contribua para a satisfação do profissional.

➤ **Ações e promoção em saúde do trabalhador**

Sousa e Araújo (2015) apontam para a relevância da realização de projetos de pesquisa-ação para avaliar programas que se destinam à melhoria da qualidade de vida no trabalho.

A mudança na contemporaneidade visa que o trabalhador sacrifique a subjetividade a favor da rentabilidade e competitividade.

Para De Lima (2013), os profissionais de enfermagem optaram por aumento salarial, redução da jornada de trabalho, lazer e não necessitar ter mais vínculos de emprego, havendo a necessidade de valorização e de regulamentação profissional, visto que a insegurança nos moldes atuais de trabalho para esta categoria é fator desencadeante do estresse.

A saúde e a segurança ocupacional são de extrema relevância, haja vista as mortes decorrentes dos fatores ambientais de trabalho e os acidentes ocorridos no trajeto de casa para o trabalho, a serviço da empresa ou nas dependências desta, que são considerados acidentes de trabalho.

Segundo Feliciano, Kovacs e Sarinho (2011), a promoção à saúde é a chave para aumentar a qualidade do trabalho sem comprometer a qualidade de vida do trabalhador.

Silveira, Câmara e Amazzaray (2014) propõem a elaboração de estratégias de minimização do adoecimento, propondo ações que possam qualificar a relação do trabalhador com seus colegas e com o ambiente de trabalho.

Uma das possibilidades é a adoção de estratégias de acolhimento que podem ajudar a lidar com as dificuldades do trabalho, conforme apontam Barroso e Guerra (2013).

Atualmente muitas empresas têm utilizado a pesquisa de clima eletrônica. É uma forma, inclusive, de conhecer as expectativas do trabalhador, desde que não se torne meio principal de comunicação, seus receios, opiniões de forma que ninguém saiba quem as escreveu já que é de modo virtual.

Se a tecnologia da informação for adotada de forma inteligente, pode viabilizar o estreitamento das relações na organização e possibilitar o surgimento de mais um canal de comunicação.

Meneghini e Lautert (2011) sugerem a criação de um espaço para a troca de saberes entre os profissionais a fim de permitir aos trabalhadores a discussão e expressão sobre questões relativas à saúde e qualidade de vida.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O conceito de trabalho, originado do latim, ainda não foi modificado para muitos que atribuem o trabalho ao sofrimento e não como uma fonte muitas vezes de prazer.

Um dos fatores contribuintes para as transformações laborais foi a evolução tecnológica. O homem se viu sendo substituído por uma máquina com muitos recursos, seu trabalho foi inutilizado, o trabalhador se sentiu desvalorizado, exigido a se qualificar cada vez mais e a dedicar horas exaustivas de trabalho, contribuindo para as doenças ocupacionais existentes hoje em nossa sociedade.

Além das características descritas no decorrer do trabalho, a síndrome também apresenta uma característica cultural, uma vez que a forma como nós brasileiros encaramos a atividade profissional difere da visão que muitos outros países têm em relação ao trabalho. Suas normas, valores e a influência na coletividade podem vir a interferir no impacto dos agentes estressores no desencadeamento do burnout.

Não se trata de uma doença da moda e que foi generalizada. Há mais de trinta anos se estuda esta síndrome e suas manifestações. O que está hoje em evidência é a atenção à saúde do trabalhador que antes não era tão valorizada.

Os profissionais que trabalham em funções de ajuda aos demais, tais como profissionais de saúde, policiais, motoristas, estão mais suscetíveis ao burnout porque cuidam das doenças da sociedade, das necessidades dos indivíduos que os procuram e de suas próprias necessidades.

E porque nem todos os profissionais que trabalham na mesma área são acometidos pela síndrome? Não basta apenas atuar numa profissão de vulnerabilidade, uma vez que as características pessoais diferem em cada sujeito. Os traços de personalidade têm forte influência no desencadeamento da síndrome, interagindo de modo complexo com os agentes estressores tanto no sentido de incrementá-los quanto para inibi-los.

Cabe a elaboração de modelos de atenção à saúde do trabalhador a fim de diminuirmos o alto índice de trabalhadores vítimas da síndrome de Burnout, contribuindo para o aumento na identificação com o trabalho realizado e consequente aumento da produtividade nas organizações.

## REFERÊNCIAS

- BARROSO, Sabrina Martins; GUERRA, Adriane da Rocha Pereira. **Burnout e qualidade de vida de agentes comunitários de saúde de Caetanópolis (MG)**. Cad. saúde colet., Rio de Janeiro, v. 21, n. 3, p. 338-345, Set. 2013. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-462X2013000300016&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-462X2013000300016&lng=en&nrm=iso)> Acesso em 02 Jun 2018.
- BATTISTON, Márcia. **Condições de trabalho e saúde de motoristas de transporte coletivo urbano**. Florianópolis, 2003. 136 f. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Filosofia e Ciências Humanas. Programa de Pós-Graduação em Psicologia.
- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T e GARCIA, L. P. **Investigando o burnout em professores universitários**. In: Revista Eletrônica InterAção Psy, ano 1, n. 1, ago. de 2003. p. 76-89. Disponível em <<http://www.dpi.uem.br/Interacao>>. Acesso em 10 Out 2017.
- \_\_\_\_\_. **O Estado da Arte de Burnout no Brasil**. Revista Eletrônica Inter Ação Psy-Ano 1, nº 1-Ago- 2003- p4-11. Disponível em <<http://www.dpi.uem.br/Interacao>>. Acesso em 24 Nov 2017.
- \_\_\_\_\_. (Org.) Burnout: **Quando o Trabalho Ameaça o Bem-Estar do Trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.
- BORGES, Ângela Maria Brazil; CARLOTTO, Mary Sandra. **Síndrome de Burnout e fatores de estresse em estudantes de um curso técnico de enfermagem**. Trabalho apresentado a Universidade Luterana do Brasil, como pré-requisito para conclusão do curso de Psicologia. (Ulbra, Canoas/RS).2002. Disponível em:< [bvs-psi.org.br/scielo.php?script=sci](http://bvs-psi.org.br/scielo.php?script=sci)> Acesso em: 24 Out 2017
- BORGES, Livia de Oliveira; YAMAMOTO, Oswaldo. Mundo do Trabalho. In: ZANELLI, José Carlos. **Psicologia, Organizações e Trabalho no Brasil**. 1ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2004.
- BORGES, Livia de Oliveira; ALVES FILHO, Antônio. **A mensuração da motivação e do significado do trabalho**. *Estud. Psicol. (Natal)*. [on line]. Jul./dez. 2001, vol. 6, nº2, p. 177-194. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/epsic/v6n2/7272.pdf>> Acesso em 03 Nov. 2017
- BRAGA, W. D. **Subjetividade e Trabalho: reestruturação produtiva e o papel da mídia na construção da identidade operária no Brasil**, 2002. Disponível em: <<http://74.125.113.132/search?q=cache:JUiuUw2NZd0J:www.eca.usp.br/alaic/material%2520congrcong%25202002/congBolivia2002/trabalhos%2520completos%2520Bolivia%25202002/GT%252020%2520Florenzia%2520saintout/William%2520Dias%2520Braga%2520GT%2520Com%2520Est%2520SoSociocultura.doc+%22subjetividade+e+trabalho%22&hl=pt-BR&ct=clnk&cd=1&gl=br>> Acesso em: 30 Nov 2017

BUENO, Francisco da S. **Grande dicionário etimológico-prosódico da língua portuguesa**. São Paulo: Lisa, 1988.

CAMBAUVA, Lenita Gama e SILVA JUNIOR, Mauricio Cardoso da. **Depressão e neoliberalismo: constituição da saúde mental na atualidade**. *Psicol. cienc. prof.* [online]. dez. 2005, vol.25, no.4 [citado 30 Novembro 2008], p.526-535. Disponível na World Wide Web: <[http://pepsic.bvs-psi.org.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-98932005000400003&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvs-psi.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932005000400003&lng=pt&nrm=iso)>. ISSN 1414-9893.

CARLOTTO, Mary Sandra. **A Síndrome de *Burnout* e o trabalho docente**; In: *Psicologia em estudo*, Maringá, vol.07. n.1, p 21-29, jan./jun.2002. Disponível em: <[www.scielo.br/pdf/pe/v7n1/v7n1a03.pdf](http://www.scielo.br/pdf/pe/v7n1/v7n1a03.pdf)>. Acesso em 01 de nov de 2017.

\_\_\_\_\_. **Transtornos Mentais Comuns em trabalhadores de Unidades Básicas de Saúde: Prevalência e fatores associados**. *Psicologia Argumento*, [S.l.], v. 34, n. 85, nov. 2017. ISSN 1980-5942. Disponível em: <<http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-835174>> Acesso em 07 Jun 2018

CHROUSOS, G. P.; GOLD, P. W. **Os conceitos e distúrbios do sistema de estresse**. *Journal of American Medicine Association*, 3, 479-491, 1993.

CODO, Wanderley; VASQUES-MENEZES, Iône. **O que é burnout?** In: CODO, Wanderley (org.). *Educação: carinho e trabalho*. Petrópolis: Vozes, 1999.

DEJOURS, C. **A loucura do trabalho**. Trad.: Paraguay, A.I. & Ferreira, L.L., 5ª ed. São Paulo: Cortez - Oboré, 1992

\_\_\_\_\_. **Subjetividade, trabalho e ação**. *Prod.*, São Paulo, v. 14, n. 3, dez. 2004. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-65132004000300004&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-65132004000300004&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 30 nov. 2017. doi: 10.1590/S0103-65132004000300004.

DE LIMA, Marlinir Bezerra et al. **Agentes estressores em trabalhadores de enfermagem com dupla ou mais jornada de trabalho**. *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online*, [S.l.], v. 5, n. 1, p. 3259-3266, jan. 2013. ISSN 2175-5361. Disponível em: <<http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-686268>> Acesso em 02 Jun 2018

FELICIANO, Katia Virginia de Oliveira; KOVACS, Maria Helena; SARINHO, Sílvia Wanick. **Burnout entre médicos da Saúde da Família: os desafios da transformação do trabalho**. *Ciênc. saúde coletiva*, Rio de Janeiro, v. 16, n. 8, p. 3373-3382. Disponível em: <<http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-595925>> Acesso em 02 Jun 2018

FRANÇA, A. C. L.; Rodrigues, A. L. (1997). **Stress e trabalho: guia básico com abordagem psicossomática**. São Paulo: Atlas

G1, São Paulo. **Sintomas do Bournout são parecidos com os da depressão, mas desencadeados pelo trabalho**. Disponível em

<<https://g1.globo.com/bemestar/noticia/sintomas-da-sindrome-de-burnout-sao-parecidos-com-os-da-depressao-mas-desencadeados-pelo-trabalho.ghtml>> Acesso em 02 Jun 2018

GARCIA, L. P. et al- **Investigando o Burnout em Professores Universitários**. IN: Revista Eletrônica Inter Ação. Psy-Ano 1- Ago 2003-p76-89. Disponível em <<http://www.dpi.uem.br/Interacao>>. Acesso em 12 de Out de 2017.

GIDDENS, ANTHONY. **Sociologia**. Porto Alegre: Ed. Artmed, 2005, pp.38-45, 207.

GONDIM, Sônia Maria; SILVA, Narbal. **Motivação no trabalho**. In: ZANELLI, José Carlos;

BORGES, Jairo Eduardo; BASTOS, Antônio Virgílio. **Psicologia, Organizações e Trabalho no Brasil**. Porto Alegre: Artmed.

KOLHS, Marta et al. **A enfermagem na urgência e emergência: entre o prazer e o sofrimento** Nursing in urgency and emergency: between the pleasure and suffering. Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online, [S.l.], v. 9, n. 2, p. 422-431, apr. 2017. ISSN 2175-5361. Disponível em: <<http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-836359>> Acesso em 02 Jun 2018

LEÓN, L. M., & Iguti, A. M. (1999). Saúde em tempos de desemprego. Em: L. A. M. Guimarães, & S. Grubits (Orgs.), **Série Saúde Mental e Trabalho**. (pp. 239-258). São Paulo: Casa do Psicólogo.

LIMA, Amanda de Souza; FARAH, Beatriz Francisco; BUSTAMANTE-TEIXEIRA, Maria Teresa. **Análise da prevalência da síndrome de burnout em profissionais da atenção primária em saúde**. Trab. educ. saúde, Rio de Janeiro, v. 16, n. 1, p. 283-304, Apr. 2018. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1981-77462018000100283&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1981-77462018000100283&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 02 Jun 2018.

LIMA, Dutra Flávia et.al. **Síndrome de Burnout em residentes da Universidade Federal de Uberlândia-2004**-In: Rev. Brás. Educ. méd. vol.31. Rio de Janeiro.May/Aug.2007. Disponível em: <[www.tede.ufsc.br/teses/PPSI0135.pdf](http://www.tede.ufsc.br/teses/PPSI0135.pdf)>. Acesso em 01 Nov 2017.

LIPP, M. N (1987). **As implicações do estresse excessivo nos casos de farmacodependência**. Estudos de Psicologia, 1, 170-175.

MARGIS, Regina et al. **Relação entre estressores, estresse e ansiedade**. Rev. psiquiatr. Rio Gd. Sul, Porto Alegre, 2003. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-81082003000400008&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-81082003000400008&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 29 Out 2008. doi: 10.1590/S0101-81082003000400008.

MARINHO, D. N. C. . **Ciência, Tecnologia e Trabalho: uma relação Perversa?**. Correio Brasiliense, Brasília, DF, p. 34 - 34, 07 maio 2000.

MELLO, L. I. A.; COSTA, L.C.A. **História moderna contemporânea**. São Paulo: Scipione, 1999.

MENDES, L. R. **O trabalho do motorista de ônibus: reflexões sobre as condições de trabalho no transporte coletivo** (Luiza de Resende Mendes) / 153 In: Qualidade de vida, saúde mental e psicologia social: estudos contemporâneos II (Org) Jader dos Reis Camargo; ed-São Paulo-Casa do Psicólogo. 1999. Disponível em: <[www.abepro.org.br/biblioteca/ENERGEP](http://www.abepro.org.br/biblioteca/ENERGEP)> 1997 T2403 PDF. Acesso em 23 de Out de 2017.

MENEGHINI, Fernanda; PAZ, Adriana Aparecida; LAUTERT, Liana. **Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem**. Texto contexto - enferm., Florianópolis, v. 20, n. 2, p. 225-233, Jun 2011. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-07072011000200002&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072011000200002&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 02 Jun 2018.

MINISTÉRIO DA PREVIDÊNCIA E ASSISTÊNCIA SOCIAL – MPAS. **Informações Estatísticas Relativas à Segurança e Saúde Ocupacional**, 2006 Disponível em: <<http://www.previdenciasocial.gov.br/conteudoDinamico.php?id=39>>. Acesso em 16 de Nov de 2017.

NAVARRO, Vera Lucia; PADILHA, Valquíria. **Dilemas do trabalho no capitalismo contemporâneo**. Psicol. Soc., Porto Alegre, v. 19, n. spe, 2007. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-71822007000400004&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-71822007000400004&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 30 Nov. 2017. doi: 10.1590/S0102-71822007000400004.

SILVA, Flávia Pietá Paulo da, Burnout: **Um Desafio à Saúde do Trabalhador**. Revista Eletrônica Inter Ação Psy-Ano 1, volume 2, Jun 2000 -p.102-111. Disponível em <[http://www.fesppr.br/~denise/Sindrome\\_de\\_Burnout/BURNOUT\\_UM%20DESAFIO%20A%20SAUDE.pdf](http://www.fesppr.br/~denise/Sindrome_de_Burnout/BURNOUT_UM%20DESAFIO%20A%20SAUDE.pdf)>. Acesso em 22 de Nov de 2017.

SILVEIRA, Stelyus Leônidas Mariano; CAMARA, Sheila Gonçalves; AMAZARRAY, Mayte Raya. **Preditores da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde na atenção básica de Porto Alegre/RS**. Cad. saúde colet., Rio de Janeiro, v. 22, n. 4, p. 386-392, Dec. 2014. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-462X2014000400386&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-462X2014000400386&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 02 Jun 2018.  
Síndrome de Burnout- **Quando a energia acaba**. In: Psicologia-Ciência e Profissão; Ano3- n°4- p.50/51. Dezembro de 2006.

SOUSA, Viviane Ferro da Silva; ARAUJO, Tereza Cristina Cavalcanti Ferreira de. **Estresse Ocupacional e Resiliência Entre Profissionais de Saúde**. Psicol. cienc. prof., Brasília, v. 35, n. 3, p. 900-915, Sept. 2015. Disponível em: <<http://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-760476>> Acesso em 02 Jun 2018

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. Einstein (São Paulo), São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, Mar. 2010. Disponível em

<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-45082010000100102&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-45082010000100102&lng=en&nrm=iso)>. acesso em 25 Jun 2018.  
<http://dx.doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134>.

TAMAYO, Mauricio Robayo; TROCCOLI, Bartholomeu Tôrres. **Exaustão emocional: relações com a percepção de suporte organizacional e com as estratégias de coping no trabalho.** *Estud. psicol. (Natal)*, Natal, v. 7, n. 1, 2002. Disponível em:  
<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-294X2002000100005&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2002000100005&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 13 Nov 2017. doi: 10.1590/S1413-294X2002000100005.

TELLES, Heloisa; PIMENTA, Ana Maria Carvalho. **Síndrome de Burnout em Agentes comunitários de saúde e estratégias de enfrentamento.** *Saude soc.*, São Paulo, v. 18, n. 3, p. 467-478, Set. 2009. Disponível em:  
<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-12902009000300011&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902009000300011&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 02 Jun 2018.

TRIGO, Telma Ramos; TENG, Chei Tung; HALLAK, Jaime Eduardo Cecílio. **Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos.** *Rev. psiquiatr. clín.*, São Paulo, v. 34, n. 5, 2007. Disponível em:  
<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-60832007000500004&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832007000500004&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 09 Nov 2017. doi: 10.1590/S0101-60832007000500004

VIEIRA, L. GUIMARÃES, L. A. & MARTINS, D. de A. (1999). **O estresse profissional em enfermeiros.** In: GUIMARÃES, L. A. M. & Grubits, S. (orgs.) *Série Saúde Mental e Trabalho*. São Paulo, Casa do Psicólogo.