

SÍNDROME DE BURNOUT EM TRABALHADORES DE UM HOSPITAL PÚBLICO DE MÉDIA COMPLEXIDADE

BURNOUT SYNDROME IN WORKERS OF A MEDIUM COMPLEXITY PUBLIC HOSPITAL

SÍNDROME DE BURNOUT EN TRABAJADORES DE UN HOSPITAL PÚBLICO DE MEDIANA COMPLEJIDAD

Gisele Magnabosco¹

Carolina Brito Goulart¹

Maria do Carmo Lourenço Haddad²

Marli Terezinha Oliveira Vannuchi²

José Carlos Dalmas³

RESUMO

Este estudo foi realizado com trabalhadores de um hospital público de média complexidade, com o objetivo de identificar a manifestação da síndrome de Burnout e seu processo de desenvolvimento. Foram entrevistados 187 funcionários da instituição por meio de um questionário semiestruturado. Os servidores foram divididos em duas categorias: os que têm seu trabalho voltado para a assistência direta ao paciente e os que não atuam diretamente com pacientes. A análise dos dados apontou a presença da Síndrome de Burnout em 9,0% da amostra, com predominância na categoria dos trabalhadores que prestam assistência direta ao usuário. Entre os entrevistados, 47,0% apresentaram alto risco e moderado risco de desenvolver a síndrome, indicando um processo em andamento. Apesar de a síndrome de Burnout ser caracterizada por afetar pessoas que trabalham em contato direto com outras pessoas, no estudo demonstrou-se que a síndrome afeta praticamente todas as profissões. O cansaço, a sobrecarga de trabalho, a falta de recompensas são alguns dos fatores que contribuem para a manifestação dos sintomas da síndrome, prejudicando o trabalho de profissionais cujo resultado é o cuidado e a vida de outras pessoas.

Palavras-chave: Saúde do Trabalhador; Riscos Ocupacionais; Esgotamento Profissional.

ABSTRACT

This study was carried out with workers of a medium complexity Public Hospital and aims to identify signs and symptoms of Burnout syndrome and how it develops. One hundred and eighty-seven workers were interviewed using a semi structured questionnaire. Employees were sorted into two groups: a first group of professionals that work in direct patient care and a second group of professionals who do not work directly with patients. Data analysis pointed out that 9% of the sample presented Burnout syndrome and most of whom were working in direct patient care. 47% presented a high to moderate risk of developing the syndrome, which indicates an ongoing process. Although Burnout syndrome characteristically affects people who work in close contact with other people, this study shows that the syndrome affects almost all occupations. Tiredness, work overload and lack of rewards are some factors that contribute to the presentation of the syndrome and spoil the work of professionals whose labor result means care and other peoples' lives.

Key words: Occupational Health; Occupational Risks; Burnout Professional.

RESUMEN

Estudio de mediana complejidad realizado con el objetivo de identificar la manifestación del síndrome de Burnout y su proceso de desarrollo en trabajadores de un hospital público. Se entrevistaron a 187 funcionarios de la institución con un cuestionario semiestruturado. Los trabajadores fueron divididos en dos categorías: aquéllos cuyo trabajo estaba relacionado con la asistencia directa al paciente y los que no trabajaban directamente con los pacientes. El análisis de datos indicó la presencia del Síndrome de Burnout en 9,0% de la muestra, con predominio de los trabajadores que prestan asistencia directa al usuario. Entre los entrevistados 47,0%, presentó riesgo alto y moderado para desarrollar el síndrome, lo cual indica un proceso en marcha. A pesar de que este síndrome se caracteriza por afectar a las personas que trabajan en contacto directo con otras personas, el estudio demostró que afecta prácticamente a personas de todas las profesiones. El cansancio, la sobrecarga de trabajo, la falta de recompensa son algunos de los factores que contribuyen a la manifestación de los síntomas del síndrome, perjudicando el trabajo de profesionales cuyo resultado es el cuidado y la vida de otras personas.

Palabras clave: Salud Laboral; Riesgos Laborales; Agotamiento Profesional.

¹ Enfermeira residente em Gerência dos Serviços de Enfermagem da Universidade Estadual de Londrina – Londrina-PR.

² Doutora em Enfermagem. Docente do Departamento de Enfermagem da Universidade Estadual de Londrina – Londrina-PR.

³ Doutor em Engenharia de Produção. Docente do Departamento de Estatística e Matemática Aplicada da Universidade Estadual de Londrina-PR.

Endereço para correspondência – Gisele Magnabosco: Rua Alagoas, 995, ap 304, Centro, Londrina-PR. CEP 86010-520. E-mail: gi_mbsc@hotmail.com.

INTRODUÇÃO

A sociedade capitalista, marcada pela revolução da comunicação, da produção e dos estilos de vida, especialmente em decorrência da expansão da informática e da eletrônica no mundo, e as mudanças tecnológicas, introduzidas no processo de trabalho possibilitaram às empresas o aumento da produtividade e, conseqüentemente, dos lucros, trazendo impactos à saúde do trabalhador com manifestações nos aspectos físico e psíquico.¹

Esse fato vem acontecendo com muita frequência entre profissionais que estão levando atividades de trabalho adicional para casa, com sobrecarga de horas de trabalho, remuneração incompatível com o trabalho, divisão desigual das tarefas e dedicação excessiva.²

A Organização Internacional do Trabalho (OIT) caracteriza o estresse no trabalho como um conjunto de fenômenos que se apresentam no organismo do trabalhador e que, por esse motivo, podem afetar-lhe a saúde. Os principais fatores desencadeantes de estresse presentes no ambiente de trabalho envolvem os aspectos relacionados à organização, à administração e ao sistema de trabalho e do relacionamento interpessoal.³

Hans Selye foi quem primeiramente utilizou a palavra "estresse" ao perceber que muitas pessoas sofriam de várias doenças e tinham, ainda, algumas queixas em comum, como fadiga, hipertensão, desânimo e falta de apetite. O estresse, segundo o autor, caracteriza uma síndrome, associado a respostas não específicas do organismo a situações que o debilitam, levando-o a adoecer.⁴

A Síndrome de Burnout caracteriza-se como aquilo que deixou de funcionar por exaustão energética, expresso por meio de um sentimento de fracasso e exaustão, causado por excessivo desgaste de energia que acomete, geralmente, os profissionais que trabalham em contato direto com pessoas.⁵ Assim, os profissionais assistenciais são os mais afetados pelo fato de estarem em constante contato com pessoas que apresentam situações problemáticas e carregadas de emoção.⁶

A Síndrome de Burnout constitui um dos grandes problemas psicossociais atuais, despertando interesse e preocupação por parte da comunidade científica internacional, também das entidades governamentais, empresariais e sindicais norte-americanas e europeias, dada a gravidade da doença e de suas conseqüências individuais e organizacionais.⁷

Essa síndrome tem como característica o desgaste emocional, a despersonalização e a reduzida satisfação pessoal ou sentimento de incompetência do indivíduo. A doença pode ser caracterizada como uma síndrome que altera os fatores psicológicos, fisiológicos e de reações comportamentais de estresse, uma forma específica de estresse ocupacional que permite, assim, uma associação entre fatores emocionais e

institucionais, podendo afetar diretamente a saúde do trabalhador.⁴

Em razão do exposto acima e da prática como residentes em Gerência dos Serviços de Enfermagem em um hospital público de média complexidade, observando os trabalhadores da saúde, despertou-nos a atenção para um grupo no qual o estresse está visivelmente presente, caracterizando alguns sintomas da Síndrome de Burnout. Mediante o anseio de melhorar a saúde do trabalhador e contribuir para um ambiente de trabalho agradável, harmonioso e produtivo, decidimos investigar e identificar a manifestação da Síndrome de Burnout e o seu processo de desenvolvimento, correlacionando-a com a área de trabalho, em todos os funcionários lotados em um hospital público de média complexidade.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal, realizado em um hospital de média complexidade, integrado ao Sistema Único de Saúde (SUS) que presta serviços de pronto atendimento nas clínicas médica e pediátrica. O serviço de internação conta com 41 leitos, distribuídos entre pediátricos, clínica médica e clínica cirúrgica. O pronto-socorro faz uma média de 6 mil atendimentos/mês com 300 internações/mês integrado ao Sistema de Atendimento Médico de Urgência (SAMU) e o Sistema de Atendimento ao Trauma (SIATE). Possui 220 funcionários entre profissionais e trabalhadores de saúde, que desenvolvem atividades assistenciais e administrativas. Todos os funcionários constituíram a população deste estudo.

Para a coleta de dados realizada no primeiro semestre de 2008, utilizou-se um formulário aplicado a todos os funcionários com um retorno de 187.

Esse formulário é autoaplicável e por meio dele foram registradas as características sociodemográficas e, também, 22 questões do instrumento Maslach Burnout Inventory (MBI), que identifica as variáveis dependentes da Síndrome de Burnout. O MBI foi criado por Christine Maslach, psicóloga e professora universitária na Califórnia-EUA, e validado no Brasil por Benevides-Pereira em 2001 (ANEXO). A forma de pontuação de todos os itens pesquisados adota a escala do tipo Likert, que varia de 0 a 6, sendo: (0) nunca; (1) uma vez ao ano ou menos; (2) uma vez ao mês ou menos; (3) algumas vezes no mês; (4) uma vez por semana; (5) algumas vezes por semana; (6) todos os dias.⁸

Para o diagnóstico de Burnout, é necessária a obtenção de classificação alta (26 a 54 pontos) para exaustão emocional, alta (9 a 30 pontos) para despersonalização e classificação baixa (0 a 33 pontos) para realização profissional.⁸

A Síndrome de Burnout é avaliada por um processo contínuo, não podendo ser classificada somente como ausência ou presença de Burnout. A síndrome deve ser avaliada continuamente, como um processo.⁹

Com esse intuito, a amostra foi classificada conforme o processo de manifestação do Burnout, separados em riscos para Burnout, dividido entre elevado risco, moderado risco e reduzido risco de apresentarem a síndrome. Os classificados em elevado risco, apresentam duas dimensões alteradas; os em moderado risco, possuem uma dimensão alterada; e os que apresentam reduzido risco para Burnout apresentam as três dimensões com valores considerados normais, além da manifestação da síndrome constatada, já citada.⁹

Para a análise dos dados, os funcionários foram classificados em duas categorias: A e B. Na categoria A, estão os profissionais cujo trabalho está voltado para a assistência direta ao paciente, sendo eles enfermeiros, auxiliares e técnicos em enfermagem e médicos. Na categoria B, encontram-se todos os outros profissionais que trabalham no hospital, porém não têm seu trabalho voltado para a assistência direta ao paciente, como auxiliares administrativos e serviços

gerais, funcionários da copa, técnicos de laboratório e raios-X, porteiros, motoristas etc.

Os dados foram tabulados e analisados utilizando-se o programa Epi Info, versão 3.3.2 de 2005 e do programa Statistical Package for Social Science (SPSS) para Windows, versão 13.0, resultando em análise descritiva e cruzamento entre as variáveis pelo teste de Qui-Quadrado, com nível de significância de 5%.

O estudo teve aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Londrina com o Parecer nº 278/07.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com a finalidade de conhecer a população estudada, a TAB. 1 apresenta os dados referentes às características sociodemográficas dessa população.

TABELA 1 – Características dos funcionários que participaram do estudo. Londrina-PR, 2009

Variável	Categoria	Nº	%
Idade	19 a 28	15	8,0
	29 a 38	52	27,8
	39 a 48	66	35,3
	49 a 58	41	21,9
	59 a 68	13	7,0
Sexo	Feminino	130	69,5
	Masculino	57	30,5
Estado civil	Solteiro	39	20,9
	Casado	111	59,4
	Viúvo	5	2,7
Filhos	Divorciado	32	17,1
	Sim	152	81,3
Atividade física	Não	35	18,7
	Sim	75	40,1
Lazer	Não	112	59,9
	Sim	141	75,4
Escolaridade	Não	46	24,6
	Fundamental incompleto	4	2,1
	Fundamental completo	9	4,8
	Médio incompleto	9	4,8
	Médio completo	111	59,4
	Graduação	19	10,2
	Especialização	34	18,2
Estuda	Mestrado	1	0,5
	Sim	32	17,1
	Não	155	82,9

No grupo estudado, a maioria era do sexo feminino 130 (69,5%), com predomínio de profissionais casados 111 (59,4%) e com filhos 152 (81,3%). Geralmente é atribuída ao casamento ou a um relacionamento estável menor chance de desenvolver o Burnout, enquanto a condição dos solteiros, viúvos e separados aumenta as chances.⁹ Os relacionamentos estáveis e a presença de filhos contribuem para o equilíbrio da vida profissional e na busca de estratégias de enfrentamento de situações de conflito e dos agentes estressores ocupacionais.¹⁰ Com relação à faixa etária, observou-se que a maioria encontrava-se entre 39 e 48 anos (35,3%), sendo que a idade pode ser facilitador ou inibidor dos agentes estressores. Para os profissionais jovens, a idade atua como um facilitador.¹⁰

Quanto à atividade física, 112 (59,9%) disseram que não praticam regularmente nenhum tipo de atividade física. Essa prática é considerada uma forma de prevenção, combate ao estresse e redução de tensões, além do que seus efeitos mostram-se eficazes para a modificação do humor, melhora a qualidade de vida, o bem-estar físico e mental e aumento da produtividade.⁹

Em relação à prática do lazer, a maioria dos participantes da pesquisa – 141 (75,4%) – relatou que tinha o hábito de desfrutar atividades de lazer, as quais contribuem para o bem-estar das pessoas.⁹

O ambiente de trabalho, as condições de trabalho, o acúmulo de atividades e a carga horária recaem sobre o trabalhador, influenciando no desenvolvimento da Síndrome de Burnout. Na TAB. 2 são apresentadas as características laborais da população estudada:

TABELA 2 – Características relativas às atividades laborais dos funcionários que participaram do estudo. Londrina-PR, 2009

Variável	Categoria	Nº	%
Característica do vínculo empregatício	Temporário	88	47,1
	Estatutário	94	50,3
	Outros	5	2,7
Período de trabalho	Manhã	45	24,1
	Tarde	29	15,5
	Noite	53	28,3
Outro emprego	Integral	60	32,1
	Sim	56	29,9
	Não	131	70,1

Com relação às características laborais da população estudada, observa-se, na TAB. 2, que os funcionários públicos, na sua maioria – 94 (50,3%) –, eram concursados. Aproximadamente 29,9% dos profissionais lotados na instituição possuíam outro vínculo empregatício.

Estudo⁹ mostra que os trabalhadores da área da saúde têm sua carga horária cada vez mais exaustiva, principalmente os profissionais da enfermagem, que muitas vezes são sujeitos a trabalhar em condições

desagradáveis, pela necessidade de plantões, horas extras, dupla jornada, salários baixos, além de precisarem estar em constante processo de aperfeiçoamento.

As situações de difícil recuperação ou não recuperação do doente, vivenciadas pelos profissionais, podem levar a um sentimento e insatisfação profissional. A falta de preparo dos profissionais para lidar com a morte também pode gerar sentimento de impotência.¹¹

Do total da população, 80 (42,7%) funcionários foram incluídos na categoria A (prestam cuidados direto ao paciente) e 107 (57,2%) na categoria B (não prestam cuidados direto ao paciente). As três dimensões sintomatológicas da Síndrome de Burnout foram representadas e agrupadas em cada uma das categorias A e B, conforme representadas no GRÁF. 1:

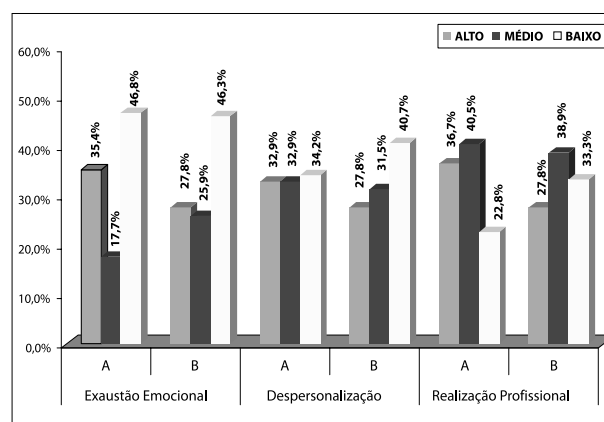


GRÁFICO 1 – Porcentagem das três dimensões dos sintomas da Síndrome de Burnout relacionadas às categorias A e B. Londrina – PR, 2009

O teste de associação entre as categorias A e B, no que se refere à dimensão “exaustão emocional”, mostrou que, para as duas categorias, se destaca a classificação **baixo**, porém essa associação não foi estatisticamente significativa ($p=0,32$). Na dimensão “despersonalização”, na categoria A, observou-se similaridade de percentuais entre **alto**, **médio** e **baixo**, enquanto na categoria B classificou-se em **baixo**, porém essa diferença entre A e B não foi significativa ($p=0,62$). Na dimensão “realização profissional”, mostram-se diferenças entre as duas categorias, pois na categoria A as maiores porcentagens foram entre **alto** e **médio** e, na categoria B, encontram-se em **médio** e **baixo**, porém essa diferença entre as duas categorias não foi significativa ($p=0,23$).

Os funcionários de ambas as categorias, de acordo com a sua predisposição à Síndrome de Burnout, foram classificados em: manifestações presentes de Burnout, elevado risco, moderado risco e reduzido risco de desenvolverem a síndrome, como mostra a TAB. 4.

TABELA 4 – Distribuição dos funcionários das categorias A e B quanto aos respectivos riscos de desenvolvimento e manifestação da Síndrome de Burnout. Londrina-PR, 2009

Síndrome de Burnout	Categoria A		Categoria B	
	Nº	%	Nº	%
Manifestação de Burnout	09	11,3	08	7,5
Elevado risco	09	11,3	16	15,0
Moderado risco	26	32,5	37	34,6
Reduzido risco	36	45,0	46	43,0
Total	80	100%	107	100%

p=0,73

Na TAB. 4, destaca-se a incidência de Burnout em 17 sujeitos que participaram da pesquisa, sendo que foram 9 (11,3%) sujeitos na categoria A e 8 (7,5%) sujeitos na categoria B, confirmando sua manifestação nesse grupo e salientando a existência de Síndrome de Burnout na amostra estudada.

A síndrome, geralmente, é observada em pessoas competentes, dedicadas, comprometidas, responsáveis e motivadas que não conseguem suportar o grande estresse contido em seu trabalho, possui grande desejo de ajudar as pessoas e preocupação social constante, além de não estarem preparadas para as frustrações.¹²

A TAB. 4 mostra que, na categoria A, 9 (11,3%) participantes e, na categoria B, 16 (15,0%) participantes mostraram elevado risco para desenvolver a síndrome. Esse resultado demonstra a possibilidade de aumento da incidência da Síndrome de Burnout nas duas categorias, independentemente do contato direto com a assistência ao cliente.

Os resultados obtidos para a análise do risco moderado para desenvolver Burnout foram semelhantes na categoria A, com 26 (32,5%) e na categoria B 37 (34,6%), mostrando que esses profissionais têm grandes chances de desenvolver a síndrome.

O elevado risco, somado ao moderado risco, sugere a existência de um processo em curso e que esses profissionais estão sofrendo com sintomas de Burnout em alguma dimensão da síndrome.

Os sintomas de Burnout são classificados como físicos (fadiga constante, distúrbios do sono, dores musculares, astenia, cefaleia, dentre outros), psíquicos (diminuição da memória, falta de atenção, diminuição da capacidade de tomar decisões, obsessão por determinados problemas, ideias fantasiosas) e defensivos (isolamento, aumento do consumo de

bebidas alcoólicas, fumo, drogas, perda da iniciativa).¹⁰ Esses sintomas não necessariamente precisam estar presentes em todos os casos. Isso dependerá de fatores individuais, como a predisposição genética e fatores ambientais, como o local de trabalho e o estágio em que o sujeito se encontra no processo de desenvolvimento da síndrome.¹³

O portador se torna diferente que sujeito que já tem a síndrome instalada. O portador pode ter, pelo menos, uma das dimensões alteradas, e quem já tem Burnout deve ter as dimensões alteradas sem condições de dar continuidade ao seu trabalho de forma eficiente, com eficácia e efetividade.⁹

O reduzido risco de desenvolver Burnout foi observado em valores quase semelhantes também nas duas categorias, sendo 36 (45,0%) na A e 46 (43,0%) na B, os quais apresentam características de personalidade resistentes aos acontecimentos estressantes, atuando como indicador negativo ao estresse.¹⁴

Estudos encontrados sobre Burnout fazem referência a profissionais da área da saúde (enfermeiros, médicos, psicólogos, estudantes da área da saúde) e também a professores, caracterizando uma síndrome que acomete profissionais que estão em contato direto com outras pessoas, porém todos estão sujeitos a Burnout, uma vez que o que desencadeia a patologia são as características pessoais e as condições de trabalho.^{9,14}

Entretanto, Camara e Carlotto¹⁵ afirmam que a síndrome não tem mais atingido somente as profissões que mantêm contato direto com pessoas, afeta praticamente todas as profissões, considerando que todas possuem algum tipo de contato interpessoal. Pela própria característica do cargo, existem profissões de risco e de alto risco, sendo que são poucas as não atingidas pelo Burnout.

O ambiente de trabalho que favorece o aparecimento de Burnout é esperado, maior rotatividade de funcionários, absenteísmo, queda da qualidade e produtividade, licenças médicas diversas, dentre outras incidências.¹⁶

O profissional que tem a manifestação do Burnout ou está em processo de desenvolvimento apresenta exaustão física e mental, sente-se sem ânimo e expectativas para dar continuidade a seus projetos, desencadeando problemas emocionais na vida pessoal e profissional.¹¹

O profissional que sente exaustão física, emocional ou mental tem elevado custo, tanto para ele próprio quanto para a instituição, com a perda da qualidade, produtividade e, como consequência, com a redução de seus recursos financeiros.¹³

CONCLUSÃO

A população estudada está vulnerável ao desenvolvimento da síndrome, pois mantém contato com os fatores predisponentes de Burnout. A pesquisa mostrou a Síndrome de Burnout tanto em profissionais que estão em contato direto com pessoas, como também naqueles que não estão. Independentemente do cuidado direto ao paciente ou não, a maioria dos profissionais apresentou pontuação relevante para elevado risco e moderado risco, mostrando que há predisposição à doença, bem como o processo de desenvolvimento da síndrome, estando com pelo menos uma das dimensões afetadas.

REFERÊNCIAS

1. Murofuse NT, Abranches SS, Napoleão AA. Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem. *Rev Latinoam Enferm*. 2005; 13(2):255-61.
2. Lima FD, Buunk AP, Araújo ABJ, Chaves JGM, Muniz DLO, Queiroz LB. Síndrome de Burnout em residentes da Universidade Federal de Uberlândia- 2004. *Rev Bras Educ Méd*. 2007; 31(2):137-46.
3. Costa JRA, Lima JV, Almeida PC. Stress no trabalho do enfermeiro. *Rev Esc Enferm USP*. 2003; 37(3):63-71.
4. Pafaro RC, Martino MMF. Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas. *Rev Esc Enferm USP*. 2004; 38(2): 152-60.
5. Tamayo MR, Tróccoli BT. Exaustão emocional: relações com a percepção de suporte organizacional e com as estratégias de coping no trabalho. *Estud Psicol (Natal)*. 2002; 7(1):37-46.
6. Berezin R, Barboza JIRA. A síndrome de burnout em graduandos de enfermagem. *Einstein (São Paulo)*. 2007; 5(3):225-30.
7. Carlotto MS, Nakamura AP, Camara SG. Síndrome de Burnout em estudantes universitários da área da saúde. *Psico (Porto Alegre)*. 2006; 37(1):57-62.
8. Benevides-Pereira AMT. MBI - Maslach Burnout Inventory e suas adaptações para o Brasil [resumo]. In: 32ª Reunião Anual de Psicologia, Rio de Janeiro; 2001. p. 84-5.
9. Ebisui CTN. Trabalho docente do enfermeiro e a Síndrome de Burnout: desafios e perspectivas [tese]. Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto/ USP, São Paulo; 2008. 250 f.
10. Menegaz FDL. Características da incidência de Burnout em pediatras de uma organização hospitalar pública [dissertação]. Centro de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis; 2004. 85f.
11. Campos RG. Burnout: uma revisão integrativa na enfermagem oncológica [dissertação]. Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto/ USP, São Paulo; 2005. 150f.
12. Mulato SC. O docente universitário em Enfermagem e a Síndrome de Burnout: uma questão de educação para a saúde [dissertação]. Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto/ USP, São Paulo; 2008. 149f.

Entretanto, a população estudada mostrou pontuação significativa por apresentar reduzido risco, demonstrando resistência diante dos acontecimentos estressantes. O fator de prevenção à síndrome mais utilizado entre a população estudada foi a prática regular de atividades de lazer, contribuindo para o enfrentamento da doença.

É imprescindível investir em prevenção, evitando as consequências da doença, para o indivíduo e para a instituição, que podem provocar o absenteísmo, rotatividade de profissionais, baixa produtividade e acidentes de trabalho. Para isso, é preciso que ocorra redução do desgaste físico, mental e emocional, promovendo o bem-estar e a saúde dos empregados, para que se sintam comprometidos e satisfeitos com o ambiente de trabalho, refletindo no funcionamento da instituição. Para prevenir o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, a primeira medida a ser tomada é a informação e a comunicação. Somado a isso, os profissionais precisam encontrar um mecanismo de defesa e combate ao Burnout. Esse comprometimento deve partir do indivíduo, ao reconhecer que determinadas estratégias podem trazer grandes impactos à sua saúde física, mental e também ao seu desempenho na vida profissional.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos à Diretoria e à Gerência de Enfermagem da instituição onde o estudo foi realizado pelo apoio e acesso ao serviço.

13. Volpato DC, Gomes FB, Castro MA, Borges SK, Justo T, Benevides-Pereira AMT. Burnout: o desgaste dos professores de Maringá. Rev Eletrônica InterAção Psy. 2003; 1(1): 42-8.
14. Mallar SC, Capitão CG. Burnout e hardiness: um estudo de evidência de validade. Rev Psico USF. 2004; 9(1):19-29.
15. Camara SG, Carlotto MS. Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil. Psico (Porto Alegre). 2008; 39(2):27-31.
16. Garcia LP, Benevides-Pereira AMT. Investigando o Burnout em professores universitários. Rev Eletrônica InterAção Psy. 2003 ago; 1(1):76-89.

Data de submissão: 17/6/2009

Data de aprovação: 7/1/2010

ANEXO

DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS	Data da entrevista: ____/____/____ Sexo: <input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> M
	Data de nascimento: ____/____/____ Idade: _____ Profissão: _____
	Estado civil: _____ Filhos: <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não
	Situação de trabalho: <input type="checkbox"/> Temporário <input type="checkbox"/> Estatutário <input type="checkbox"/> _____
	Nº horas semanais: _____ Período de trabalho: <input type="checkbox"/> Manhã <input type="checkbox"/> Tarde <input type="checkbox"/> Noite (P)
	Titulação: <input type="checkbox"/> Ensino Médio <input type="checkbox"/> Graduação <input type="checkbox"/> Especialização <input type="checkbox"/> Mestrado <input type="checkbox"/> Doutorado
	Você é readaptado? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não Se sim, qual o motivo? _____
DADOS PROFISSIONAIS	Você possui outro emprego? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não Se sim, quantos? _____
	Profissão: _____ Em que período exerce essa atividade? _____
	Quantas horas semanais, no total, você dedica ao trabalho? (aproximadamente) _____
	Quantas faltas justificadas ou não você teve esse mês? _____
	Mês/ano das últimas férias: _____
Você frequenta faculdade ou algum curso? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não Qual? _____	
LAZER	O que gosta de fazer nas horas vagas? _____
	Pratica alguma atividade física? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não
	Se sim, qual? _____ Quantas vezes por semana? _____
PONTUE DE 0 A 6 OS ITENS A SEGUIR CONFORME SEUS SENTIMENTOS E SINTOMAS:	
1. Nunca 2. Uma vez ao ano ou menos 3. Uma vez ao mês ou menos 4. Algumas vezes ao mês	4. Uma vez por semana 5. Algumas vezes por semana 6. Todos os dias
FATORES PREDISPOANTES	
1. As atividades que desempenho exigem mais tempo do que posso fazer em um dia de trabalho.	PONTUAÇÃO
2. Sinto que posso controlar os procedimentos e atendimentos para os quais sou designado na instituição onde trabalho.	
3. A instituição onde atuo reconhece e recompensa os diagnósticos precisos, atendimentos e procedimentos realizados pelos seus funcionários.	
4. Percebo que a instituição onde atuo o profissional é sensível aos funcionários, isto é, valoriza e reconhece o trabalho desenvolvido, assim como investe e incentiva o desenvolvimento profissional de seus funcionários.	
5. Percebo, de forma evidente, que existe respeito nas relações internas da instituição (na equipe de trabalho e entre coordenação de seus funcionários).	
6. Na instituição onde atuo, tenho oportunidade de realizar um trabalho que considero importante.	
O QUE VOCÊ SENTE DECORRENTE DO TRABALHO? (SINTOMAS SOMÁTICOS)	
1. Cefaleia	PONTUAÇÃO
2. Irritabilidade fácil	
3. Perda ou excesso de apetite	
4. Pressão arterial alta	
5. Dores nos ombros ou nuca	
6. Dor no peito	
7. Dificuldades com o sono	
8. Sentimento de cansaço mental	
9. Dificuldades sexuais	
10. Pouco tempo para si mesmo	
11. Fadiga generalizada	
12. Pequenas infecções	
13. Aumento no consumo de bebida, cigarro ou substâncias químicas	
14. Dificuldade de memória e concentração	
15. Problemas gastrointestinais	
16. Problemas alérgicos	
17. Estado de aceleração contínuo	
18. Sentir-se sem vontade de começar nada	
19. Perda do senso de humor	
20. Grippes e resfriados	
21. Perda do desejo sexual	

MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI) RESPONDA ÀS QUESTÕES A SEGUIR UTILIZANDO A MESMA PONTUAÇÃO		PONTUAÇÃO
1. Sinto-me esgotado/a ao final de um dia de trabalho		
2. Sinto-me como se estivesse no meu limite		
3. Sinto-me emocionalmente exausto/a com meu trabalho		
4. Sinto-me frustrado/a com meu trabalho		
5. Sinto-me esgotado/a com o meu trabalho		
6. Sinto que estou trabalhando demais neste emprego		
7. Trabalhar diretamente com pessoas me deixa muito estressado/a		
8. Trabalhar com pessoas o dia todo me exige um grande esforço		
9. Sinto-me cansado/a quando me levanto de manhã e tenho que encarar outro dia de trabalho		
10. Sinto-me cheio de energia		
11. Sinto-me estimulado/a depois de trabalhar em contato com os pacientes		
12. Sinto que posso criar um ambiente tranquilo para os pacientes		
13. Sinto que influencio positivamente a vida dos outros através do meu trabalho		
14. Lido de forma adequada com os problemas dos pacientes		
15. Posso entender com facilidade o que sentem os pacientes		
16. Sinto que sei tratar de forma tranquila os problemas emocionais no meu trabalho		
17. Tenho conseguido muitas realizações em minha profissão		
18. Sinto que os pacientes culpam-me por alguns dos seus problemas		
19. Sinto que trato alguns pacientes como se fossem objetos		
20. Tenho me tornado mais insensível com as pessoas desde que exerço este trabalho.		
21. Não me preocupo realmente com o que ocorre com alguns dos meus pacientes		
22. Preocupa-me o fato de que este trabalho esteja me endurecendo emocionalmente		