

PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE BURNOUT E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NA EQUIPE DE ENFERMAGEM

Jael Maria de Aquino
Estela M^a Leite Meirelles Monteiro
Maria Alessandra Campos Absalão
Marília Cavalcanti Borba
Manoel Aduino Cunha Monteiro

INTRODUÇÃO: Hans Selye estudou o estresse, a partir de 1930, e o definiu como um estado de tensão patogênico do organismo a qualquer demanda avaliada através das alterações da composição química do organismo. A esses sintomas foram denominados de *síndrome de se sentir doente*. O ser humano sente o estresse no corpo e na mente, quando a tensão é muito grande, o estresse produz interação entre o corpo e a mente¹. As enfermeiras, de uma maneira geral, encontram-se sob um estado constante de estresse, decorrente do tipo de trabalho que executam e das condições ambientais do trabalho, sendo a profissão considerada potencialmente estressante². A Síndrome de Burnout é uma manifestação mais radical do estresse em sua fase mais aguda e de esgotamento, exaustão física e emocional³. Os profissionais mais afetados são aqueles de área da saúde, decorrente da atividade profissional por lidar com risco de vida, exigindo precisão de movimentos, sem que o trabalho possa significar uma atividade prazerosa. Essa categoria profissional vem sendo alvo de pesquisa de vários pesquisadores. A enfermagem é considerada uma profissão de risco para a saúde física e mental devido à exposição da equipe de enfermagem em contato constante com o sofrimento e morte do paciente. Com base nessa afirmação é de fundamental importância a realização de uma pesquisa que estude o estresse, Síndrome de Burnout e a promoção da saúde mental na equipe de enfermagem do Hospital Universitário Público na cidade de Recife-PE.

OBJETIVO: Identificar a prevalência da Síndrome de Burnout na equipe de enfermagem de um hospital público; Analisar o perfil sócio-demográfico dos profissionais de enfermagem.

Metodologia: Trata-se de uma pesquisa descritiva quantitativa. Foi desenvolvida em Hospital Público Universitário da cidade do Recife-PE, A amostra foi constituída por enfermeiros, técnicos de enfermagem e auxiliares de enfermagem, que aceitaram participar do estudo independente do tempo de serviço e setor que trabalha, perfazendo um total de 16 participantes.

Procedimentos para coleta de dados: Utilizamos um instrumento para analisar o perfil sócio-demográfico; o teste de Maslach Burnout inventory (MBI). A Escala de Estresse elaborada e validada por Marilda Lipp. **Procedimentos Éticos:** Este projeto foi submetido à aprovação do Comitê de Ética em pesquisa do Hospital Universitário Oswaldo Cruz à Resolução 196/96, do Ministério da Saúde.

Análise e Discussão dos Resultados: Com relação ao Perfil dos Participantes: idades entre 21 e 60 anos, dentre os quais (26,7%) dos participantes está na faixa situada entre 21-30 anos, (20%) entre 31-40 anos, (26,7%) entre 41-50, (20%) entre 51-60 e (6,6%) não informou a idade. É, portanto, uma população bastante diversificada em termos de idade. Melhorar a forma contínua e sustentada na maioria dos países, no último século, graças aos progressos políticos, econômicos, sociais e ambientais, assim como aos avanços na saúde pública e na medicina, estudos de diferentes autores e os relatórios sobre a saúde mundial⁴. Com relação ao tempo de formação dos trabalhadores, em suas

atividades de técnicos e auxiliares de enfermagem (46,7%) se formou até 10 anos, (13,4%) se formou há um período que vai de 11-20 anos, (26,7%) num período de 21-30 anos, (6,6%) num período acima de 30 anos e outros não informaram (6,6%). A pesquisa mostrou que (46,7%) dos entrevistados trabalham em um hospital universitário de grande porte (onde foi realizada a pesquisa), num período de tempo que vai até 10 anos, enquanto (20%) trabalham de 11-20 anos, (26,7%) trabalham entre 21-30 anos e (6,6%) não informou o tempo de serviço. Os setores do Hospital Universitário onde os participantes foram submetidos à pesquisa foram: Julio de Melo (Clínica médica) (40%), Amaury de Medeiros (Clínica Cirúrgica) (33,4%), Bloco Cirúrgico (13,3%), CEON (Centro de Oncologia) (6,7%) e (6,6%) não informou qual o setor de trabalho.

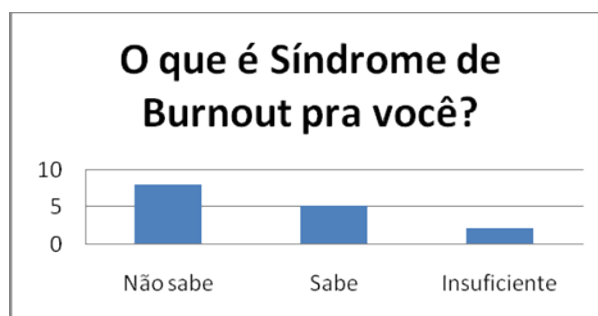


GRÁFICO 1, O que é Síndrome de Burnout pra você?.

De acordo com a pesquisa (53,4%) não sabem do que se trata a Síndrome, (33,4%) tem consciência do que se trata e outros (13,4%) sabem que se trata de algo relacionado ao estresse, mas ainda têm dúvidas. E ainda (26,7%), a maioria, diz que estresse é um problema relacionado com o descontrole emocional, seguido de (20%) que diz que é devido a uma sobrecarga de trabalho que afeta a vida pessoal e profissional e (20%) que é algo prejudicial em vários aspectos. Síndrome de Burnout é definida como uma síndrome psicológica decorrente da tensão emocional crônica no trabalho. Trata-se de uma experiência subjetiva interna que gera sentimentos e atitudes negativas no relacionamento do indivíduo com o seu trabalho (insatisfação, desgaste, perda do comprometimento), minando o seu desempenho profissional e trazendo consequências indesejáveis para a organização (absenteísmo, abandono do emprego, baixa produtividade)⁵. Observa-se que a falta de conhecimento dos profissionais podem levá-los a exposição a Síndrome de Burnout e até mesmo o adoecimento.



GRÁFICO 2, Sintomas experimentados na últimas 24 horas.

Com relação aos sintomas apresentados nas últimas 24 horas, observa-se a presença dos seguintes: vontade súbita de iniciar novos projetos (46,7%), tensão muscular (40%), aumento súbito de motivação (33,4%), taquicardia (29,4%) e por último, hipertensão

arterial súbita e passageira (29,4%). Mesmo não demonstrando sinais de esgotamento físico e mental os participantes do estudo encontram-se na primeira fase do estresse, denominada fase de alerta. A Síndrome de Burnout é caracterizada pela exposição constante ao agente estressor sem que a pessoa encontre uma estratégia de coping.



GRÁFICO 3, Sintomas experimentados na última semana.

Entre os sintomas com maior frequência temos: problemas com memória (66,7%), pensar constantemente em um assunto (46,7%), sensação de desgaste físico constante (33,4%), gastrite, úlcera ou indisposição estomacal muito prolongada (33,4%). A partir dos sintomas observados na fase de resistência do estresse, onde o indivíduo necessita de um aporte maior de energia para se adaptar sem o desenvolvimento de sinais de esgotamento físico e mental. Assim o estresse no trabalho ocorre quando o ambiente de trabalho é percebido como uma ameaça ao indivíduo, repercutindo no plano pessoal e profissional, surgindo demandas maiores do que a sua capacidade de enfrentamento⁵.

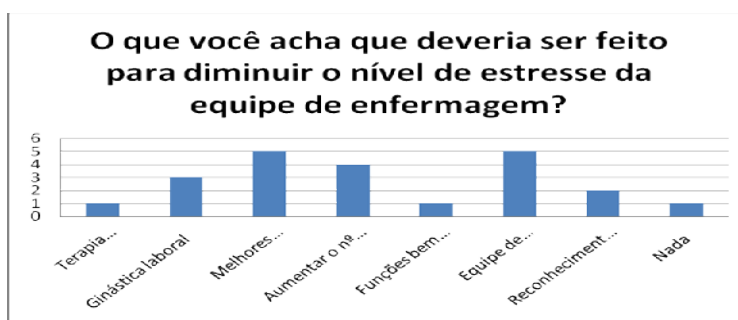


GRÁFICO 4, O que você acha que deveria ser feito para diminuir o nível de estresse da equipe de enfermagem?.

Entre as atividades que deveriam ser feitas para diminuir o nível de estresse da equipe de enfermagem estão: terapia ocupacional (6,6%), ginástica laboral (20%), melhores condições de trabalho (33,4%), aumentar o número de funcionários (26,6%), que eles tenha funções bem definidas (6,6%), que a equipe de trabalho seja mais unida (33,4%), reconhecimento profissional (13,3%) e outros (6,6%) acham que nada deve ser feito. Os resultados mostraram que a percepção de suporte para minimizar os efeitos do estresse ocupacional são relacionados a organização do trabalho e ao relacionamento interpessoal como: melhores condições de trabalho aumentar o número de funcionários, equipe de trabalho seja mais unida.

CONCLUSÃO: Os resultados demonstraram que existe desconhecimento sobre o estresse e a Síndrome de Burnout, levando os trabalhadores ao esgotamento físico e mental, evidenciado através dos sintomas apresentados: problemas com memória, pensar constantemente em um assunto, sensação de desgaste físico constante, gastrite, úlcera ou indisposição estomacal muito prolongada.

Contribuições / implicações para a Enfermagem: O conhecimento das manifestações do estresse entre as enfermeiras e técnicos de enfermagem poderá ajudar a compreender melhor o desempenho delas no trabalho e a elucidar por que ocorrem problemas como insatisfação profissional, produção no trabalho, absenteísmo, acidentes de trabalho e outros⁶. Diante do exposto foi elaborada uma palestra educativa para os trabalhadores do estudo e apresentada no auditório do hospital aberta para todos. Também os resultados foram apresentados a coordenação de Educação Continuada do referido hospital. A promoção da Saúde envolve um enfoque centrado no indivíduo, com uma projeção para a família ou grupos, dentro de certos limites. Os hospitais precisam elaborar um programa de promoção da saúde para atender as necessidades dos trabalhadores de enfermagem.

REFERÊNCIAS

- Lipp, M. O stress está dentro de você. São Paulo: Editora Contexto, 1999. 197 p.
- Stacciarini JMR, Tróccoli BT. Estresse ocupacional, satisfação no trabalho e mal-estar físico e psicológico em enfermeiros. Rev. Nursing, 2000, São Paulo, n. 6, p. 30-34, janeiro.
- Buss PM. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 15(Sup. 2):177-185, 1999.
- Benevides-Pereira AM. Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.
- Lima EDP. Estresse ocupacional e a enfermagem de centro cirúrgico. 1997. 133 f. Dissertação (Mestrado) – Escola de Enfermagem, Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte, 1997.
- Bianchi ER F. Stress entre enfermeiros hospitalares. 1999. Tese (Livre-Docência) – Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo. São Paulo, 1999.
- Bianchini MC. Saúde mental e o trabalho do enfermeiro. 1999. 103 p. Dissertação (Mestrado) – Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo. Ribeirão Preto, 1999.
- Lautert L. O desgaste profissional: estudos empíricos com enfermeiros que trabalham em hospitais. Revista Gaúcha de Enfermagem, 1997; 18 (2): 133-44.
- Nogueira Martins LA. Saúde mental dos profissionais de saúde. Revista Brasileira de Medi. Trab. Belo Horizonte, Vol. 1, n. 1, p. 56-68, Jul-Set, 2003.
- Tamayo MR, Tróccoli BT. Exaustão emocional: relações com a percepção de suporte organizacional e com as estratégias de coping no trabalho. Estudos de Psicologia 2002, 7 (1), 37- 46.