

## Síndrome de burnout nos profissionais da saúde

Laila Thamires Gomes Santana<sup>1</sup>  
Ana Letícia Vieira Santos<sup>1</sup>  
Caroline Figueiredo Fernandes<sup>1</sup>  
Bárbara Nobre Lafetá<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Graduandos do curso Médico das Faculdades Unidas do Norte de Minas - FUNORTE

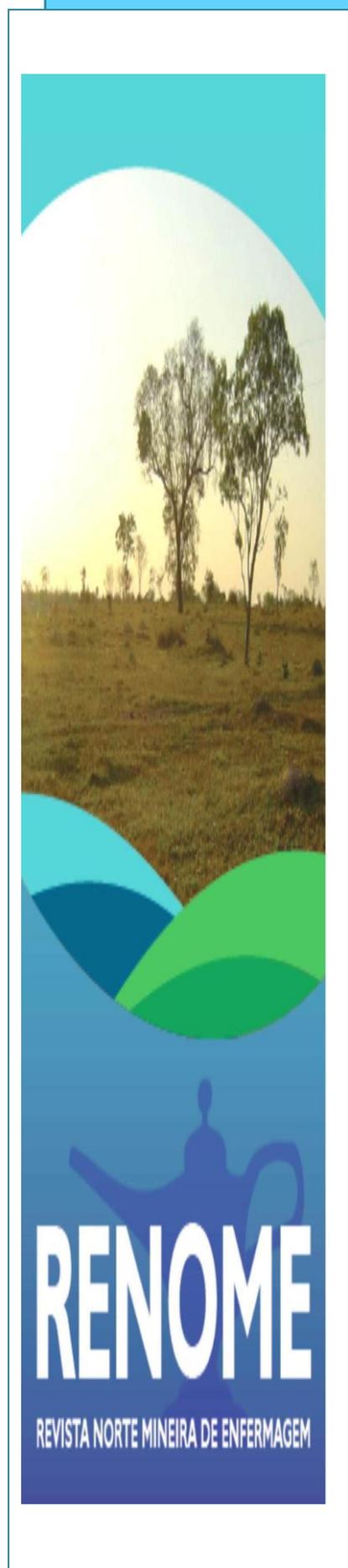
<sup>2</sup> Bacharel em Ciências Biológicas. Docente do curso médico na FUNORTE

### Autor para correspondência:

Laila Thamires Gomes Santana  
Rua São João, nº 780 – Todos os Santos  
Montes Claros, MG, Brasil  
CEP: 39400-126  
E-mail: lailagomessantana@hotmail.com  
Telefone: (38) 9189-9005

### Resumo

**Introdução:** A síndrome de *burnout* (SB), ou síndrome do estresse profissional, é uma resposta ao estresse emocional crônico intermitente que incide sobre profissionais que lidam diretamente com pessoas. O termo *burnout* pode ser traduzido como “queima após desgaste”, como algo que deixou de funcionar por exaustão. Aproximadamente 50% da classe médica, em especial médicos jovens e do sexo feminino, apresentam algum grau de acometimento pela SB. Dentre esses profissionais, um terço é significativamente afetado e um décimo apresenta uma forma grave com características irreversíveis. **Objetivos:** Realizar uma revisão de literatura acerca da síndrome de *burnout* nos profissionais da saúde, identificando seus sinais, sintomas e fatores de risco. **Material e Métodos:** Realizou-se uma revisão literária nas bases de dados SciELO e LILACS, com os seguintes indexadores: *burnout*,



estresse ocupacional e saúde mental dos profissionais da saúde. Foram elegíveis artigos publicados a partir de 2003, que relacionassem a síndrome de *burnout*, seus conceitos e suas comorbidades aos profissionais da saúde. **Resultados/Discussão:** A SB é constituída por três dimensões relacionadas, mas independentes, que são a exaustão emocional, tida como carência de energia para desempenhar funções; a despersonalização, percebida quando o profissional passa a tratar os pacientes e colegas de forma distante e impessoal; e a baixa realização profissional, revelada na diminuição da autoconfiança, insatisfação e infelicidade com o trabalho. Os trabalhadores acometidos podem apresentar sinais e sintomas somáticos, psicológicos e comportamentais, sendo que os somáticos são cefaleia, doenças cardiovasculares, insônia e dispneia. Humor depressivo, irritabilidade, ansiedade, frieza, ceticismo e desinteresse são os sinais e sintomas psicológicos. No entanto, a sintomatologia principal está no âmbito comportamental, refletindo-se em consultas rápidas, isolamento social, afastamento familiar e redução do contato visual. O consumo de álcool, drogas ilícitas e antidepressivos pode se tornar frequente. Os profissionais da saúde com maior susceptibilidade a desenvolverem a SB são aqueles submetidos à demanda excessiva de trabalho, longas jornadas, baixas remuneração e autoestima, insegurança, dificuldade de ascensão na carreira, sobrecarga de tarefas e exposição constante ao risco, ao sofrimento e à morte. **Conclusão:** Conhecidos os fatores de risco da SB, esforços devem ser feitos para minimizá-los, uma vez que a referida síndrome compromete a saúde dos trabalhadores, a qualidade dos serviços prestados e o equilíbrio financeiro das instituições envolvidas. Ações como o diagnóstico precoce podem tanto reduzir a incidência da SB, quanto evitar a evolução para quadros graves, com características irreversíveis. No entanto, fica a percepção da necessidade de evolução no que tange à prevenção e ao tratamento.