

**FATORES DETERMINANTES DA SÍNDROME DE BURNOUT EM
ENFERMEIROS INTENSIVISTAS: uma revisão integrativa***DETERMINING FACTORS OF BURNOUT SYNDROME IN INTENSIVE NURSES: an integrative
review***Adilson Guilherme Ramos Gonçalo¹, Gabriela Rodrigues do Nascimento¹, Nathalia de Oliveira Maia
Pinheiro¹, Débora Laura França Costa e Silva^{2*}**¹ Discentes do Curso de Enfermagem do UniFUNVIC, Centro Universitário FUNVIC, Pindamonhangaba-SP² Mestre, Docente do Curso de Enfermagem do UniFUNVIC, Centro Universitário FUNVIC, Pindamonhangaba, SP

* Correspondência: prof.deborasilva.pinda@unifunvic.edu.br

RECEBIMENTO: 24/05/23 - ACEITE: 23/08/23

Resumo

O trabalhador que atua na Unidade de Terapia Intensiva (UTI) está exposto a mais agentes estressores do que em outras unidades no ambiente hospitalar. Tendo em vista que a Síndrome de Burnout é um distúrbio emocional frequente entre esses trabalhadores, o estudo possui como objetivo descrever como cada agente estressor afeta a saúde e conduta dos enfermeiros intensivistas e propor reflexão e possíveis sugestões de amenização dos estressores. Utilizou-se como metodologia uma revisão integrativa da literatura científica, através da análise de publicações de periódicos, disponibilizados por meio eletrônico, sobre a caracterização de fatores determinantes da síndrome em enfermeiros intensivistas. A partir desse estudo foi possível verificar que a Síndrome de Burnout é um distúrbio emocional frequente em enfermeiros que trabalham dentro das UTIs e, a mudança de atitudes, o desenvolvimento de um ambiente agradável, a melhoria das condições de trabalho da enfermagem associados ao olhar holístico da saúde do intensivista se faz necessário.

Palavras-Chave: Burnout; Enfermeiros; Unidade de Terapia Intensiva.

Abstract

The worker who works in the Intensive Care Unit (ICU) is exposed to more stressors than in other units in the hospital environment. Bearing in mind that Burnout Syndrome is a frequent emotional disorder among these workers, the study aims to describe how each stressor agent affects the health and behavior of intensive care nurses and propose reflection and possible suggestions for mitigating stressors. An integrative review of the scientific literature was used as methodology, through the analysis of journal publications, available electronically, on the characterization of determinant factors of the syndrome in intensive care nurses. From this study it was possible to verify that the Burnout Syndrome is a frequent emotional disturbance in nurses who work inside the ICUs and, the change of attitudes, the development of a pleasant environment, the improvement of the nursing work conditions associated with the holistic view of the health of the intensivist is necessary.

Keywords: Burnout; Nurses; Intensive care unit.

Introdução

São vários os fatores relacionados à profissão de enfermagem, em qualquer área de atuação, que contribuem para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout (SB), pois é um trabalho que exige muita atenção e responsabilidade. Porém, o trabalhador que atua na Unidade de Terapia Intensiva (UTI) está exposto a mais agentes estressores do que em outras unidades no ambiente hospitalar.¹⁻³

Na UTI, o enfermeiro se depara com a dor, sofrimento, sobrecarga de trabalho, dificuldades na interação e comunicação com a própria equipe de enfermagem e a equipe multidisciplinar, além da demanda emocional devido à assistência ao paciente grave e de risco, bem como seus familiares.^{1,2,4}

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define que o estresse ocupacional está relacionado a pressões excessivas, conhecimentos e habilidades do trabalhador e sua reação a essas situações. Esse problema de saúde gera dificuldade de atenção e de concentração no enfermeiro, podendo assim comprometer a produtividade, qualidade e segurança da assistência para com o paciente.^{1,3}

Considerando a figura central do enfermeiro na prestação de cuidados ao paciente que demanda um cuidado intensivo e as várias atribuições que lhe são dadas, esta pesquisa coletou informações com objetivo de descrever como cada agente estressor afeta a saúde e conduta dos enfermeiros intensivistas e propor reflexão e possíveis sugestões de amenização dos estressores, através de análise da atuação da enfermagem no contexto da UTI descrita na literatura científica.

Método

Foi realizada uma revisão integrativa da literatura, por meio de levantamento dos periódicos publicados em bases eletrônicas de dados: Literatura Latino-Americana em ciências da saúde (LILACS), *Scientific Electronic Library Online (SCIELO)*, *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE)* e Base de Dados em Enfermagem (BDENF). Para a escolha dos artigos, foi usado como critério que eles estivessem disponíveis na íntegra e dentro do recorte temporal entre 2012 e 2021. Para a busca dos artigos, foram utilizados os seguintes descritores em ciências da saúde (DeCS): *burnout*, fatores desencadeantes e enfermeiros. Foram incluídos apenas artigos em português. Ressalta-se que foi aplicado como critério de exclusão o fato de não responder ao problema de pesquisa, além de excluir aqueles que tenham sido publicados antes do ano de 2012 e repetidos na base de dados.

O levantamento foi iniciado considerando os descritores “síndrome de *burnout*”, “enfermeiros intensivistas” AND “fatores determinantes”, sendo encontrados 1.080 resultados no total. Ao aplicar os filtros referentes aos critérios de inclusão desta pesquisa restaram 448 artigos (632 excluídos por não atenderem os critérios de inclusão). Após análise mais criteriosa com leitura de título e resumo foram excluídos 439 artigos, sendo elegíveis um total de 9 artigos para análise.

Os artigos foram enumerados, de forma aleatória, à medida que foram analisados. Para a análise e interpretação dos resultados, foi observado o instrumento de coleta de dados utilizado na pesquisa e as principais abordagens dos artigos. O processo de inclusão e elegibilidade dos artigos selecionados pode ser observado na figura 1.

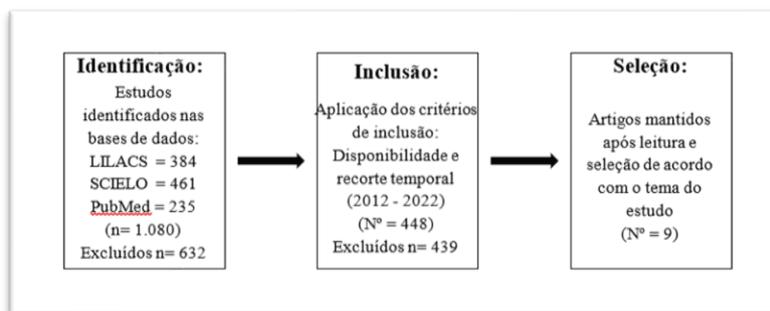


Figura 1. Fluxograma do processo de inclusão e elegibilidade dos artigos selecionados para compor a revisão integrativa.

Resultados

A tabela abaixo apresenta a caracterização dos artigos levantados considerando o autor e ano de publicação, objetivo, metodologia e os resultados encontrados pelos autores.

Quadro 1: Artigos elegíveis para o estudo (Nº=9).

Autor (Ano)	Objetivo	Método	Resultados
Prado ⁵ 2016	Apresentar os fatores relacionados ao estresse ocupacional, ressaltando os mecanismos desencadeadores da doença, os principais sintomas e as medidas adotadas para melhorar a produtividade e a qualidade de vida do trabalhador	Revisão integrativa.	Consideram-se agentes estressores os fatores extraorganizacionais e organizacionais, individuais e de grupo. Manifesta-se basicamente por sintomas de fadiga persistente, falta de energia, adoção de condutas de distanciamento afetivo, insensibilidade, indiferença ou irritabilidade relacionadas ao trabalho, além de sentimentos de ineficiência e baixa realização pessoal.
Amorim e Souza ⁶ 2018	Identificar as causas do estresse na vida do enfermeiro em ambiente hospitalar; descrever os sintomas mais comuns apresentados pelos enfermeiros, em consequência do estresse, e descrever como os enfermeiros lidam com o estresse na sua rotina de trabalho, em ambiente hospitalar, mais precisamente na UTI.	Revisão integrativa.	A enfermagem foi apontada como uma das mais estressantes profissões e tiveram como fatores geradores de estresse, as precariedades das condições de trabalho, a diversificação de setores e suas altas complexidades, dupla jornada de trabalho, qualidade de sono e relações interpessoais conflituosas.

Autor (Ano)	Objetivo	Método	Resultados
Vasconcelos e Martino ⁷ 2017	Identificar a prevalência e analisar a existência de fatores preditores da síndrome de <i>burnout</i> em enfermeiros de unidade de terapia intensiva.	Estudo quantitativo, descritivo, transversal, com 91 enfermeiros de terapia intensiva. Utilizaram-se na coleta dos dados, em julho de 2014, dois instrumentos: um sociodemográfico e o <i>Maslach Burnout Inventory - Human Services Survey</i> .	Apresentaram <i>burnout</i> 14,3% da amostra. Das variáveis estudadas, a duração das férias foi a única que apresentou associação positiva como fator de proteção relacionado à ocorrência do <i>burnout</i> (p=0,034 / OR=3,92).
Brochado e Ribas ⁸ 2018	O objetivo deste estudo é realizar uma pesquisa em fontes bibliográficas e eletrônicas quais são os fatores que, somatizados, geram estresse nos profissionais de enfermagem.	Revisão de literatura	O entra e sai da equipe médica, a iluminação artificial, a dificuldade de conciliar o sono, presença de equipamentos, a restrição das visitas dos familiares, o fato de presenciar a morte ou a dor do outro, perda da noção do tempo/espaço em decorrência de estar em um ambiente fechado, descaso do médico e falta de informação sobre o estado clínico foi compreendido como fatores geradores de estresse.
Ribeiro et al. ⁹ 2019	Identificar as evidências e repercussões que acometem o enfermeiro que atua na UTI e propor estratégias para diminuição dos fatores estressores que acometem o enfermeiro que atua na UTI.	Revisão integrativa.	A UTI é classificada como um setor muito estressante, por estar reservado para pacientes que necessitam de cuidados de alta complexidade. Contudo a pesquisa revelou ainda que a qualidade dos cuidados oferecidos por este profissional não depende apenas de sua habilidade técnica, mas também de seu bem-estar psicológico.
Padilha et al. ¹⁰ 2017	Analisar a influência da carga trabalho, estresse, <i>Burnout</i> , satisfação e percepção do ambiente de cuidado, pela equipe de enfermagem com a presença de eventos adversos em Unidade de Terapia Intensiva de Trauma.	Estudo observacional realizado na Unidade de Terapia Intensiva de Trauma. Para a coleta de incidentes foram acompanhados 195 pacientes, prospectivamente, sendo utilizados instrumentos para medir a carga de trabalho de enfermagem, estresse, <i>Burnout</i> , satisfação no trabalho e trabalho de avaliação do ambiente laboral pela equipe de enfermagem.	A influência da carga de trabalho de enfermagem foi alta para desenvolvimento da Síndrome. Ocorreram 1.586 incidentes. Os incidentes sem dano foram prevalentes (78,44%), que tiveram associação com a carga de trabalho de enfermagem e o tempo de permanência no trabalho.

Autor (Ano)	Objetivo	Método	Resultados
Santos et al. ¹¹ 2018	Escrever as evidências científicas publicadas na literatura a respeito do estresse do enfermeiro em uma Unidade de Terapia Intensiva.	Revisão integrativa.	O enfermeiro é o profissional que está suscetível ao estresse e diversos são os fatores que o predispõem ao problema. Percebe-se que existe um maior nível de estresse, especialmente em enfermeiros que realizam dupla jornada de trabalho, pois o cuidado nas UTI exige dos enfermeiros um esforço em superar o cansaço físico e mental para que não se diminua a atuação esperada, tão pouco, coloque em risco o cuidado que é prestado ao cliente, devido essa rotina estes profissionais são mais acometidos ao estresse.
Silva et al. ¹² 2018	Identificar a frequência dos sintomas de estresse e a ocorrência de Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem que atuam em unidade de terapia intensiva e semi-intensiva.	Estudo analítico, transversal e quantitativo. O <i>Maslach Burnout Inventory</i> e a Lista de Sintomas de Estresse foram aplicados em 50 profissionais de enfermagem de terapia intensiva e semi-intensiva.	Os profissionais apresentaram médio nível estresse (48%), sendo o sentimento de desgaste, cansaço e sobrecarga de trabalho os sintomas mais frequentes. 44% apresentam Alto Desgaste Emocional, 44% Alta Despersonalização e 48% baixa Competência Profissional. 12% apresentaram indicativo para a Síndrome de Burnout, sendo 66,67% técnicos de enfermagem.
Miranda e Afonso ¹³ 2021	Compreender os fatores considerados estressantes para a saúde do trabalhador, suas conseqüências e a especificidade dos contextos de cuidados intensivos.	Revisão integrativa.	Viu-se que o processo de trabalho dos enfermeiros que atuam na UTI (ou qualquer outro setor da enfermagem, em especial ligados à urgência e à emergência de cuidados) é composto por uma complexa dinâmica que engloba não somente a assistência direta ao paciente gravemente enfermo, mas também tomadas de decisão em serviço, trabalho em equipe, mediação de conflitos, atividades gerenciais e atividades de liderança.

*UTI: Unidade de Terapia Intensiva

Discussão

A pesquisa permitiu evidenciar que o estresse na atuação de enfermeiros dentro das UTIs pode ser um fator causal para SB. É de extrema importância o estudo e análise dos fatores estressores, sendo fundamental na prevenção desta doença. Segundo Prado⁵, a definição desta síndrome é baseada na perspectiva psicossocial

que busca identificar as condições no ambiente de trabalho que conduzem ao Burnout e aos sintomas específicos que a caracterizam. Amorim e Souza⁶, em contraponto, acreditam que a definição mais consolidada para a SB é a que a considera como uma reação à tensão emocional crônica motivada a partir do contato direto com outros seres humanos quando estes estão preocupados ou com problema.

Apesar de não compartilharem da mesma definição, ambos autores corroboram com o mesmo senso crítico de que a Síndrome é constituída por três componentes: exaustão emocional, despersonalização e ineficácia. As manifestações podem ser através de sintomas de fadiga persistente, falta de energia, adoção de condutas de distanciamento afetivo, insensibilidade, indiferença ou irritabilidade relacionadas ao trabalho, além de sentimentos de ineficiência e baixa realização pessoal.^{5,6}

Os fatores estressores são determinantes para o aparecimento e desenvolvimento da síndrome entre os intensivistas. Vasconcelos e Martino⁷ investigam que a prevalência e possíveis fatores sociodemográficos (idade, sexo, estado civil e filhos); hábitos de vida e relacionados ao trabalho (tipo de ocupação, turno, sobrecarga); e os organizacionais (ambiente físico, recompensa, burocracia, segurança) estão associados à ocorrência da SB.

Brochado e Ribas⁸, defendem que os fatores são subdivididos em 7 pontos principais: recursos limitados; relacionamento interpessoal; sofrimento, morte de pacientes e suas famílias; procedimento de risco; ambiente; insatisfação com o trabalho; e tecnologia. Já Ribeiro et al.⁹ defende que a carga psíquica negativa gerada pela exposição contínua dos enfermeiros a essas situações de variabilidade que podem emergir os fatores estressores, entre elas destaca-se o ruído, que entra como um agravante principal no contexto dentro das UTIs.

A demanda da carga de trabalho é crucial e de grande importância na dinâmica pessoal e interpessoal do enfermeiro intensivista. É um fator que, na maioria das vezes, é negligenciado, o que impacta diretamente nas tomadas de decisões diárias, na assistência e no acúmulo de estresse. Padilha et al.¹⁰ cita que a média da carga de trabalho de enfermagem foi de 73,40%, aproximadamente ou maior do que em outros estudos brasileiros e menor que a investigação na Noruega. Ademais, Santos et al.¹¹ relatam que o trabalho realizado em UTI é complexo, já que os pacientes são considerados críticos e apresentam risco iminente de vida, sendo o ambiente reconhecido como um dos mais traumatizantes e agressivos tanto pela ótica dos usuários como pelos prestadores de serviços. Incumbe destacar que o nível de estresse entre enfermeiros que realizam dupla jornada de trabalho é bem maior.

Desse modo, deve-se reconhecer e implementar novas ferramentas e tecnologias que ajudem no processo das atividades exercidas dentro da carga de trabalho. Dessa forma, o NAS pode contribuir para o desenvolvimento de estratégias que objetivem a melhoria do cuidado e o dimensionamento adequado da enfermagem.¹¹

Dados importantes são citados por Silva et al.¹² em um estudo realizado com 21 enfermeiros de São Paulo, no qual 57,1% dos profissionais consideraram a UTI como um lugar estressante e 23,8% apresentaram altos níveis de estresse. Álvares, Nascimento e Belfort¹⁴ alertam que, segundo pesquisa da Isma-BR (representante da *International Stress Management Association*), 72% dos brasileiros que estão no mercado

de trabalho sofrem alguma seqüela ocasionada pelo estresse. Desse total, 32% sofrem de Burnout e 92% das pessoas com a síndrome continuam trabalhando.

O estresse, e consecutivamente a SB impactam nas atribuições profissionais e trazem consequências, tais quais, Ribeiro et al⁹ cita absenteísmo, descumprimento de horário, interrupção do trabalho, equipes que não funcionam, queda de ânimo dos demais profissionais, influência no comportamento no ambiente de trabalho, atraso nos projetos, qualidade e quantidade de produção, reclamações, acidentes, permanência de equipamentos em manutenção ou parados, desperdício de materiais e suprimentos.

O autor ressalta ainda sobre alterações no aparelho gastrointestinal, como náuseas e diarreia; do aparelho imunológico, apresentando sintomas de calafrios, hipertermia, resfriados, gripes e infecções do aparelho respiratório; e alterações psicológicas relacionadas com ansiedade, insônia, dificuldade de conciliar o sono, irritação, angústia, pesadelos e tensão⁹. Miranda e Afonso¹³ corroboram com o fato que entre os profissionais da área da saúde, os profissionais da enfermagem são os que mais adoecem, devido ao estresse ocupacional, incluindo reações fisiológicas e psicológicas, transtornos mentais, acidentes de trabalho, afastamento do trabalho e até mesmo altas taxas de suicídio. Às urgências e emergências específicas da UTI podem desencadear nos trabalhadores uma sensação de desamparo e perda.

Amorim e Souza⁶, dizem que o tratamento para o *Burnout* é realizado por meio de psicoterapia que, de acordo com o caso, pode solicitar o uso de medicações, caso o indivíduo apresente problemas biofisiológicos, tais como: dores, alergias, alteração na pressão arterial, problemas cardíacos, insônia, entre outras possíveis intercorrências.

A SB pode ser evitada, desde que a cultura da organização favoreça a execução de atividades preventivas do estresse crônico, a partir da atuação em equipes multidisciplinares, numa perspectiva de resgatar as características afetivas contidas no cotidiano de quem cuida. O aumento do quadro de funcionário de enfermagem em hospitais públicos e privados, assim, diminui a sobrecarga de trabalho e melhorando a qualidade do serviço. A instituição deve investir no aprimoramento e reciclagem do enfermeiro, assim como promover as condições básicas para atuação adequada desse profissional, reconhecimento do trabalho executado, incentivo na remuneração do enfermeiro, supervisão com orientação e participação na tomada de decisões.⁶

Santos e Guedes¹⁵ defendem que a implantação de um programa de qualidade de vida ajudaria a melhorar e atenuar os agentes estressores dentro da UTI, uma vez que auxiliaria na percepção do indivíduo e de sua posição de vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais este vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações.

Ao decorrer do processo de pesquisa e coleta de dados sobre o tema, foi identificado uma defasagem no número de artigos que abordassem a SB em enfermeiros intensivistas, além da falta de estudos recentes em território nacional, limitando de forma considerável a presente revisão da literatura.

Conclusão

Foi possível verificar que a SB em enfermeiros intensivistas é um distúrbio emocional frequente entre esses trabalhadores dentro das UTIs. Tendo em vista a importância de descrever os fatores determinantes que desencadeiam o quadro de SB, tais como recursos limitados, conflitos interpessoais e profissionais, sofrimento e morte dos pacientes e suas famílias, procedimentos de risco e possíveis acidentes biológicos, excesso de ruídos e luzes artificiais no ambiente, a insatisfação e alta demanda da carga de trabalho que, silenciosamente ou não, após tempo prolongado de exposição, impacta na qualidade de saúde e de assistência da enfermagem, além de fomentar a base de dados sobre o tema que ainda vem ganhando espaço no Brasil.

Por fim, este trabalho visa abrir caminho para o aumento da discussão técnico-científica em torno da SB, em busca de indicadores de minimização e estratégias de prevenção diante dos fatores estressores. A mudança de atitudes, o desenvolvimento de um ambiente agradável, a melhoria das condições de trabalho da enfermagem associados ao olhar holístico da saúde do intensivista se faz necessário. É inerente que os profissionais, os hospitais e os pesquisadores se inteirem sobre quão complexa é a questão e, nesse sentido, há uma necessidade na difusão do tema mediante a sociedade, ambiente político e acolhimento da importância das doenças mentais, uma vez que, a máquina não substitui o profissional e este, por sua vez, não é uma máquina.

Referências

1. Mota RS, Silva VA da, Brito IG, Barros A de S, Santos OMB dos, Mendes AS, Souza L de C. Estresse Ocupacional Relacionado à Assistência de Enfermagem em Terapia Intensiva. *Rev baiana enferm.* 2021; 35:e38860. DOI: <https://doi.org/10.18471/rbe.v35.38860>
2. Souza RC, Silva SM, Costa MLAS. Estresse ocupacional no ambiente hospitalar: revisão de estratégias de enfrentamento dos trabalhadores de Enfermagem. *Rev Bras Med Trab.* 2018; 16(4):493-502. DOI: 0.5327/Z1679443520180279
3. Versa GLGS, Murasaki ACY, Inoue KC, Augusto de Melo W, Faller JW, Matsuda LM. Estresse ocupacional: avaliação dos enfermeiros intensivistas que atuam no período noturno. *Rev Gaúcha Enferm.* 2012; 33(2):78-85. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1983-14472012000200012>.
4. Morais Filho IM, Almeida RJ. Estresse ocupacional no trabalho em enfermagem no Brasil: uma revisão integrativa. *Rev Bras Promoç Saúde, Fortaleza.* 2016; 29(3):447-454. DOI: <https://doi.org/10.5020/18061230.2016.p447>
5. Prado CEP. Estresse ocupacional: causas e consequências. *Rev Bras Med Trab.* 2016;14(3):325-332. DOI: 10.5327/Z1679-443520163515.
6. Amorim SC, Souza HV. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem que atuam na Unidade de Terapia Intensiva. *Rev Pró-UniverSUS.* 2018;9(2):02-05.
7. Vasconcelos EM, Martino MMF. Preditores da síndrome de burnout em enfermeiros de unidade de terapia intensiva. *Rev Gaúcha Enferm.* 2017;38(4):e65354. DOI://doi.org/10.1590/1983-1447.2017.04.65354.
8. Brochado C, Ribas JLC. Estresse Da Equipe De Enfermagem Na UTI. *Rev Saúde e Desenvol.* 2018; 12(13):44-57.
9. Ribeiro WA, Coutinho VVA, de Morais MC, Souza DMS, Couto CS, de Oliveira LS, de Souza HLR, Santos JAM. Evidências e repercussões do estresse vivenciado pelos enfermeiros da unidade de terapia intensiva: um estudo das publicações brasileiras. *Rev Pró-UniverSUS.* 2019;10(1):61-65. DOI: <https://doi.org/10.21727/rpu.v10i1.1659>.

10. Padilha KG, Barbosa RL, Andolhe R, Oliveira EM, Ducci AJ, Bregalda RS, Secco LMD. Carga de trabalho de enfermagem, estresse/Burnout, satisfação e incidentes em Unidade de Terapia Intensiva de trauma. *Texto contexto - enferm.* 2017;26(3). DOI: <https://doi.org/10.1590/0104-07072017001720016>.
11. Santos EC, Santos CA, Araújo LCN, Reis RP. O estresse do enfermeiro em unidade de terapia intensiva. *GEP News.* 2018;2(2):16-22.
12. Silva GSA, Silva GAV, Silva RM, Andolhe R, Padilha KG, Costa ALS. Estresse e burnout em profissionais de enfermagem de unidade de terapia intensiva e semi-intensiva. *Rev. Cient. Sena Aires.* 2018; 7(1):05-11.
13. Miranda AR de O, Afonso MLM. Estresse ocupacional de enfermeiros: uma visão crítica em tempos de pandemia/ Occupational stress in nurses: a critical view in times of pandemics. *Braz. J. Develop.* 2021;7(4):34979-35000. DOI: <https://doi.org/10.34117/bjdv7n4-114>.
14. Álvares PDD, Nascimento TGC, Belfort I. O Nível de Estresse do Enfermeiro Dentro da Unidade de Terapia Intensiva (UTI). *Repositório Faculdade Laboro.* 2019. Disponível em: <<http://localhost/jspui/handle/123456789/327>>.
15. Santos MJ, Guedes VM. Estresse entre profissionais de enfermagem em Unidade de Terapia Intensiva. *Revista Recien.* 2019, 9(27):13-22. DOI: 10.24276/rrecien2358-3088.2019.9.27.13-22