

## SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA ÁREA DE SAÚDE MENTAL

Recebido em: 24/04/2023

Aceito em: 23/05/2023

DOI: 10.25110/arqsaude.v27i5.2023-023

Nilson Rogério da Silva<sup>1</sup>  
Kelli Cristina Corrêa<sup>2</sup>  
Sarah Castanhas Zimermano<sup>3</sup>  
Meire Luci da Silva<sup>4</sup>

**RESUMO:** Introdução: Os profissionais da saúde responsáveis pelo cuidado profissional dos usuários possuem uma rotina de trabalho permeada por elevada sobrecarga física e mental, em função das próprias características do seu exercício profissional, mas que também podem se agravadas pelas condições de trabalho. Não é incomum a presença de jornadas de trabalho extensas, baixa remuneração, condições de trabalho insuficientes, desgaste pelo sofrimento do paciente, falta de suporte emocional e baixo reconhecimento profissional, cenário que favorece adoecimento. Objetivo: O presente estudo teve por objetivo caracterizar a prevalência de *burnout* em profissionais da área da saúde. Metodologia: Participaram da pesquisa 44 profissionais da área da saúde que trabalham em sete serviços da Rede de Atenção Psicossocial de dois municípios do interior paulista. Foram utilizados dois instrumentos: o Questionário Sociodemográfico e o Inventário da Síndrome de *Burnout* – ISB. Resultados: Verificou-se que 25,9% dos profissionais estavam sintomáticos para Síndrome de *Burnout*, sendo: 47,7% com comprometimentos nas dimensões Distanciamento Emocional, 25,0% em Exaustão Emocional, 20,4% em Desumanização e 6,8% em Realização Profissional, revelando dificuldade destes para lidar com as próprias demandas e a dos pacientes. Conclusão: Os resultados revelam a necessidade de gestores ficarem atentos às demandas dos trabalhadores da saúde, tendo em vista que o *burnout* além de afetar a saúde dos profissionais, pela característica relacional do trabalho, pode também interferir na qualidade da prestação da assistência ao usuário.

**PALAVRAS-CHAVE:** *Burnout*; Estresse Psicológico; Carga de Trabalho; Saúde Mental; Atenção Psicossocial.

### BURNOUT SYNDROME IN MENTAL HEALTH PROFESSIONALS

**ABSTRACT:** Introduction: The health professionals responsible for the professional care of users have a work routine permeated by high physical and mental overload, due to the characteristics of their professional practice, but which can also be aggravated by working conditions. It is not uncommon the presence of long working hours, low pay, insufficient working conditions, exhaustion due to the patient's suffering, lack of emotional support and low professional recognition, a scenario that favors illness.

<sup>1</sup> Livre Docente do Curso de Terapia Ocupacional. Universidade Estadual Paulista (UNESP).

E-mail: [nilson.silva@unesp.br](mailto:nilson.silva@unesp.br)

<sup>2</sup> Residente do Programa de Residência Multiprofissional Integrada em Saúde Mental da Faculdade de Medicina de Marília (FAMEMA). E-mail: [kellicto@gmail.com](mailto:kellicto@gmail.com)

<sup>3</sup> Graduada em Terapia Ocupacional. Universidade Estadual Paulista (UNESP).

E-mail: [saracastanhas@hotmail.com](mailto:saracastanhas@hotmail.com)

<sup>4</sup> Doutora em Engenharia Biomédica. Universidade Estadual Paulista (UNESP). Faculdade de Medicina de Marília (FAMEMA). E-mail: [meire.silva@unesp.br](mailto:meire.silva@unesp.br)

**Objective:** The present study aimed to characterize the prevalence of burnout in health professional. **Methodology:** Participated in the research 44 health professionals who work in 07 services of the Psychosocial Care Network of two municipalities in the interior of São Paulo. Two instruments were used: the Sociodemographic Questionnaire and the Burnout Syndrome Inventory – ISB. **Results:** It was found that 25.9% of the professionals were symptomatic for Burnout Syndrome, being: 47.7% with impairments in the dimensions Emotional Distancing, 25.0% in Emotional Exhaustion, 20.4% in Dehumanization and 6.8% in Professional Achievement, revealing difficulties to deal with their own demands and that of the patients. **Conclusion:** The results reveal the need for managers to be attentive to the demands of health workers, considering that burnout in addition to affecting the health of professionals, due to the relational characteristic of work, can also interfere in the quality of care delivery to users.

**KEYWORDS:** *Burnout*, Psychological; Stress Psychological; Workload; Mental Health; Psychiatric Rehabilitation.

## SÍNDROME DE BURNOUT EN PROFESIONALES DE SALUD MENTAL

**RESUMEN:** Introducción: Los profesionales sanitarios responsables de la atención profesional a los usuarios tienen una rutina de trabajo impregnada de una elevada sobrecarga física y mental, debido a las características de su ejercicio profesional, pero que también puede verse agravada por las condiciones de trabajo. No es infrecuente la presencia de largas jornadas de trabajo, baja remuneración, condiciones laborales insuficientes, agotamiento por el sufrimiento del paciente, falta de apoyo emocional y bajo reconocimiento profesional, escenario que favorece la enfermedad. **Objetivo:** El presente estudio tuvo como objetivo caracterizar la prevalencia del burnout en el profesional de salud. **Metodología:** Participaron de la investigación 44 profesionales de salud que actúan en 07 servicios de la Red de Atención Psicosocial de dos municipios del interior de São Paulo. Fueron utilizados dos instrumentos: el Cuestionario Sociodemográfico y el Inventario del Síndrome de Burnout - ISB. **Resultados:** Se encontró que 25,9% de los profesionales presentaban síntomas del Síndrome de Burnout, siendo: 47,7% con deficiencias en las dimensiones Distanciamiento Emocional, 25,0% en Agotamiento Emocional, 20,4% en Deshumanización y 6,8% en Realización Profesional, revelando dificultades para lidiar con sus propias demandas y las de los pacientes. **Conclusiones:** Los resultados revelan la necesidad de que los gestores estén atentos a las demandas de los trabajadores de salud, considerando que el burnout además de afectar la salud de los profesionales, debido a la característica relacional del trabajo, también puede interferir en la calidad de la prestación de cuidados a los usuarios.

**PALABRAS CLAVE:** Burnout, Psicológico; Estrés Psicológico; Carga de Trabajo; Salud Mental; Rehabilitación Psiquiátrica.

## 1. INTRODUÇÃO

A saúde é determinada por um conjunto de fatores que não são somente fisiológicos, mas também econômicos, psicológicos, sociais, culturais, entre outros. Para tanto, a interação do homem com o meio e o desenvolvimento de seus papéis ocupacionais são importantes fatores a serem considerados.

Dentre as principais atividades exercidas pelo ser humano em seu cotidiano, destacam-se as atividades laborais. O trabalho passa a ser uma condição inerente para a subsistência do homem, além de contribuir para sua identidade pessoal, profissional e de cidadão e, conseqüentemente, passa a ser determinante importante no processo saúde-doença.

A carga horária excessiva e as más condições de trabalho, a baixa remuneração, as dificuldades relacionais no ambiente laboral associadas às demandas específicas de cada profissão podem causar desequilíbrios fisiológicos e emocionais, principalmente se mantidos por longos períodos e, assim influenciar negativamente no desempenho e qualidade da prestação do serviço, bem como, na saúde física e mental do sujeito. (AREOSA, 2021; CORRÊA, 2021; OLIVEIRA, ARAÚJO, 2018; SOUSA, 2021).

Mediante a rotina diária e a necessidade de cumprimento de inúmeras tarefas, nem sempre o sujeito identifica esses desequilíbrios, porém esses podem ser revelados mediante o surgimento de sentimentos negativos como desânimo, apatia, angústia, medo, tristeza, irritabilidade, insatisfação, sensação de incapacidade, menos valia, dificuldade de concentração, dores de cabeça, insônia, mal estar, cansaço frequente (SOUSA, 2021).

A exposição a esses fatores de forma intensificada e frequente causa irritabilidade, medo, agitação, ansiedade ou elevado entusiasmo gerando situações de pressão no indivíduo em seu ambiente laboral, denominado de estresse ocupacional, podendo resultar em problemas físicos e mentais que são compreendidos como uma reação de tensão nas experiências laborais do trabalhador, ocasionando os transtornos mentais comuns (RODRIGUES e PREBIANCHI, 2021; DALAGASPERINA e MONTEIRO, 2016).

O estresse é uma vivência quase inevitável na vida profissional contemporânea, se a resposta for equilibrada poderá resultar em fonte de realização e satisfação, entretanto, diante das altas demandas e sobrecargas presentes no trabalho e da incapacidade de lidar com a mesma pode resultar em impacto emocional (FERREIRA e PEZUK, 2019).

O estresse ocupacional possui características diferentes do estresse comum, no qual o elemento trabalho atua como aspecto preponderante para a sua ocorrência, sendo manifestado quando o trabalhador encontra dificuldades para lidar com os fatores estressores, desta forma ocorre um desequilíbrio, a resposta é negativa e os sintomas são expressos no organismo (JARRUCHE e MUCCI, 2021).

A presença desses sinais remete à necessidade de que os trabalhadores busquem assistência e cuidado, sendo recomendado auxílio de profissionais da saúde. No entanto, os profissionais da saúde também enfrentam situações semelhantes em seu cotidiano e, nem sempre estão preparados para assistir aos demais, sendo nesse cenário que se insere o presente estudo.

A ocorrência da síndrome de *burnout* em profissionais da área da saúde é significativa, impactando negativamente nos diferentes contextos da vida do indivíduo, com impactos também para a instituição e os pacientes, além de custos para o erário público (JARRUCHE e MUCCI, 2021), tendo em vista que sua condição de saúde pode interferir na qualidade da assistência prestada.

Em estudo de revisão integrativa sobre Transtornos Mentais Comuns (TMC) com trabalhadores da saúde constatou-se que o ambiente laboral tem sofrido mudanças significativas na forma de gestão e organização do trabalho ao longo do tempo, as quais ocasionaram implicações diretas na qualidade de vida, na saúde e segurança dos mesmos, com aumento do temor de perda do emprego, intensificação do ritmo, assédio laboral, precarização e competitividade entre os colegas (SOUSA, 2021).

Estudo realizado com profissionais de enfermagem constatou que 15% apresentaram níveis altos de exaustão emocional (EE), 0,9% de despersonalização e 1,8% baixa realização profissional. Os autores apontaram que a Exaustão Emocional é a dimensão do *burnout* que possui relação direta à sobrecarga física e psíquica do trabalho e, assim, ao compararem com os resultados de seu estudo, verificaram que os profissionais do período diurno foram os mais acometidos, uma vez que tinham mais demandas que o noturno (PATRÍCIO, et al. 2021)

Altos níveis de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional também foram encontrados em estudo com 65 enfermeiros baianos, atuantes em Unidade de Terapia Intensivas de sete hospitais públicos, dados considerados preocupantes, pois trata-se de os profissionais envolvidos diretamente com assistência aos usuários que apresentam problemas graves de saúde, cujo o erro pode resultar em consequências severas, incluindo o óbito (ARAGÃO *et al.*, 2021).

Especificamente em profissionais atuantes na área de saúde mental, estes ficam expostos à demandas físicas e psíquicas devido o contato direto com o sofrimento dos usuários, muitas vezes em crise, com risco de ser agredido física e verbalmente, além da necessidade de prestação de assistência em caráter de urgência e, por esta característica, exigindo manejos diferenciados de acordo com a demanda, a preocupação pessoal e a

responsabilidade de lidar com as mais variadas necessidades e até vulnerabilidades dos pacientes, além do contato com as ideias e tentativas de suicídio e até os óbitos.

Todos esses aspectos concomitantes ou não fazem com que a atuação dos profissionais da saúde mental seja permeada de estresse (OLIVEIRA; ARAÚJO, 2018).

Estudo nacional com 188 profissionais da saúde em um complexo hospitalar psiquiátrico constatou que 10% afirmaram ter faltado no trabalho em algum momento e 13% tiraram licenças médicas, inclusive com diagnóstico de estresse ocupacional (PASCOAL *et al.*, 2021). As principais queixas relatadas foram escassez de materiais, dificuldades no trabalho em equipe, falta de apoio psicológico, ausência ou baixo reconhecimento profissional pela chefia, sensação de abandono, dificuldade na interação com pacientes em crise, condições de trabalho inadequadas ou insatisfatórias e necessidade de melhoria salarial (PASCOAL *et al.*, 2021). Os autores concluíram que a sobrecarga de trabalho está diretamente associada ao contexto organizacional, enquanto a relação com o paciente, por mais que possuam um histórico complexo, causa menor impacto na saúde mental e física do trabalhador (PASCOAL *et al.*, 2021).

Nesse sentido, o trabalho constitui importante fator de subsistência, podendo constituir em fonte de prazer e realização quando as condições de trabalho são satisfatórias. Por outro lado, também pode ser determinante do processo de adoecimento, como no caso de transtornos mentais e de comportamento, conforme descrito acima. Pela característica relacional da assistência em saúde mental e o contato constante com os usuários, alterações na saúde dos profissionais pode impactar de forma significativa na interação, engajamento e motivação para o atendimento. Assim, identificar fatores que contribuem para o adoecimento dos profissionais, além de prevenir prejuízos aos trabalhadores de saúde, podem favorecer a qualidade da prestação da assistência aos usuários. Dessa forma, fica evidenciada a importância do aprofundamento de estudos que investiguem a influência deste no binômio saúde-doença de profissionais específicos, como profissionais atuantes na área de saúde mental.

A conscientização de que esses profissionais são essenciais para o cuidado de outros trabalhadores com síndrome de *burnout* e que a qualidade do cuidado não pode ser comprometida, merecem um olhar especial em relação ao seu processo trabalho, as condições de saúde mental e fatores de adoecimento.

Conforme a literatura mencionada acima, os profissionais da saúde constituem em grupo vulnerável para a prevalência de *burnout*, tendo em vista a característica relacional da interação com os pacientes, sobretudo no âmbito da saúde mental, que a carga

emocional é mais evidente. As dimensões do *burnout* evidenciam esses riscos, na medida em que a exaustão emocional coloca o trabalhador da saúde há uma sobrecarga física e emocional que pode afetar a assistência. No caso da despersonalização, ocorre um distanciamento das demandas do paciente e um esfriamento nas relações e uma diminuição da importância sobre os efeitos da assistência, aspectos também relacionados aos impactos na realização pessoal e profissional, afetando o engajamento e a motivação.

Nesse sentido, trata-se de importante problema de saúde pública, tendo em vista que além de afetar a saúde dos profissionais também provoca repercussão negativa nas relações com os pacientes e consequentemente na qualidade da assistência.

Acredita-se que os resultados possam contribuir para ampliação e aprofundamento do conhecimento sobre o assunto, além de servirem de subsídio para norteamo e desenvolvimento de métodos e estratégias de prevenção e cuidado aos profissionais da área de saúde mental.

Diante do exposto, o presente estudo teve como objetivo caracterizar a prevalência de *burnout* em profissionais da área da saúde mental.

## **2. MÉTODO**

### **2.1 Pesquisa de caráter quantitativo e de corte transversal.**

A presente Pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Filosofia e Ciências da Universidade Estadual Paulista, submetido pelo o Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE):90823618.3.00005406 e aprovado sob parecer nº 2.782.794. Os participantes foram devidamente orientados pelos pesquisadores sobre a pesquisa, seus objetivos e sua participação e em seguida assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para posterior respondência.

Participaram desta pesquisa profissionais que trabalhavam em instituições de saúde mental como: Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) nas modalidades II, CAPS Infantil, CAPS Álcool e Outras Drogas (CAPSad), enfermaria psiquiátrica em hospital geral, ambulatório de psiquiatria e Hospital Psiquiátrico.

Como critérios de inclusão para participação na pesquisa foram considerados a participação voluntária, ser maior de 18 anos, estar ativo nas atividades profissionais em serviços de saúde mental e não possuir diagnóstico de transtorno mental.

Foram excluídos profissionais que estavam afastados do trabalho por motivos de saúde, licença prêmio e férias, além dos que referiram possuir diagnóstico de algum transtorno mental.



A pesquisa foi realizada em serviços de saúde mental de dois municípios do interior paulista, mais especificamente em Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) nas modalidades I e II, CAPS Infantil, CAPS Álcool e Outras Drogas (CAPSad), Hospital Psiquiátrico e no ambulatório psiquiátrico.

Para coleta de dados foi realizado agendamento prévio com os profissionais para explanação da proposta do projeto de pesquisa, explicação do objetivo e procedimentos. Mediante aceitação, foi realizado agendamento de horário e local dentro da instituição para aplicação dos instrumentos. A aplicação dos instrumentos foi individual e acompanhada pelos pesquisadores, que ficaram de prontidão para retirada de dúvidas, tomando o cuidado para não interferir nas respostas e teve duração de aproximadamente 10 minutos e foi realizada no primeiro bimestre de 2020.

Foram utilizados dois instrumentos investigativos: um Questionário sociodemográfico elaborado pelos pesquisadores e o Inventário da Síndrome de *Burnout* – ISB.

O questionário sociodemográfico, acadêmico e profissional foi composto por um conjunto de 36 questões fechadas que versaram sobre a caracterização do perfil sociodemográfico (idade, sexo, religião, etc) e acadêmico-profissional (graus de escolaridade, profissão, especialização, capacitação).

O Inventário da Síndrome de *Burnout* (ISB) é um instrumento validado e traduzido para o português e, que tem como objetivo avaliar a SB, em qualquer categoria profissional. É composto por 35 itens, que são divididos em duas partes: avaliação de fatores antecedentes e organizacionais que podem ser desencadeadores de estresse e, uma segunda parte que avalia a síndrome em quatro dimensões: exaustão emocional (EE), distanciamento emocional (DE), desumanização (DS) e realização pessoal (RP) (PEREIRA, 2015). As respostas são tipo escala *Likert* de 5 pontos graduadas pela frequência de ocorrência. A análise dos dados será realizada de acordo com protocolo pré-estabelecido pelo instrumento (PEREIRA, 2015).

Para análise das respostas, todos os dados foram inseridos em uma planilha do Excel, sendo estes organizados e codificados e, posteriormente transferidos para o *software* estatístico *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS Statistics) que possibilitou a análise estatística dos dados.

Os resultados do questionário sociodemográfico foram analisados por meio de estatística descritiva, utilizando cálculos percentuais, medidas de posição (média) e de dispersão (desvio padrão).

A análise dos resultados do ISB foi realizada cumprindo protocolo pré-estabelecido pelo instrumento. Para tanto o manual aponta como cálculos da Parte I e II, onde as médias de cada faceta deveriam ser classificadas “com problemas” e “sem problemas” seguindo parâmetros fornecidos pelo instrumento (Tabela 1).

Para classificação dos sintomas de *Burnout*, os resultados deveriam obedecer a dois tipos de critérios, sendo o critério 1 apresentar alteração nos fatores exaustão emocional e distanciamento emocional ou desumanização ou elevada exaustão emocional e, pelo critério 2 apresentar exaustão emocional, baixa realização pessoal e elevado distanciamento emocional ou desumanização.

### 3. RESULTADOS

#### 3.1 Caracterização do perfil da amostra

Participaram desta pesquisa 44 profissionais da área de saúde que trabalhavam em 07 serviços da Rede de Atenção Psicossocial de dois municípios do interior paulista, com faixa etária de 38,1 anos (DP± 8,6). A maioria era do sexo feminino (88,6%), possuíam religião (88,6%), 65,9% com companheiro (a), 70,4% com filhos, 68,3% com renda financeira entre 1 a 3 salários mínimos. A maioria possuía nível superior (66,3%), 18,2% com pós-graduação, atuavam na área há mais de 03 anos (52,3%), referiu que possui capacitação na área de atuação (72,7%), carga horária de até 40 horas semanais (75%) e 36,4% já se afastado do trabalho por questões de saúde.

Em relação à opção por atuar na área de saúde mental, verificou-se que para 27 (61,3%) ocorreu por escolha própria e 17(38,7%) motivado pela decisão de outros. A maioria (43/97,7%) referiu gostar de atuar na área e somente 1 (2,3%) respondeu negativamente.

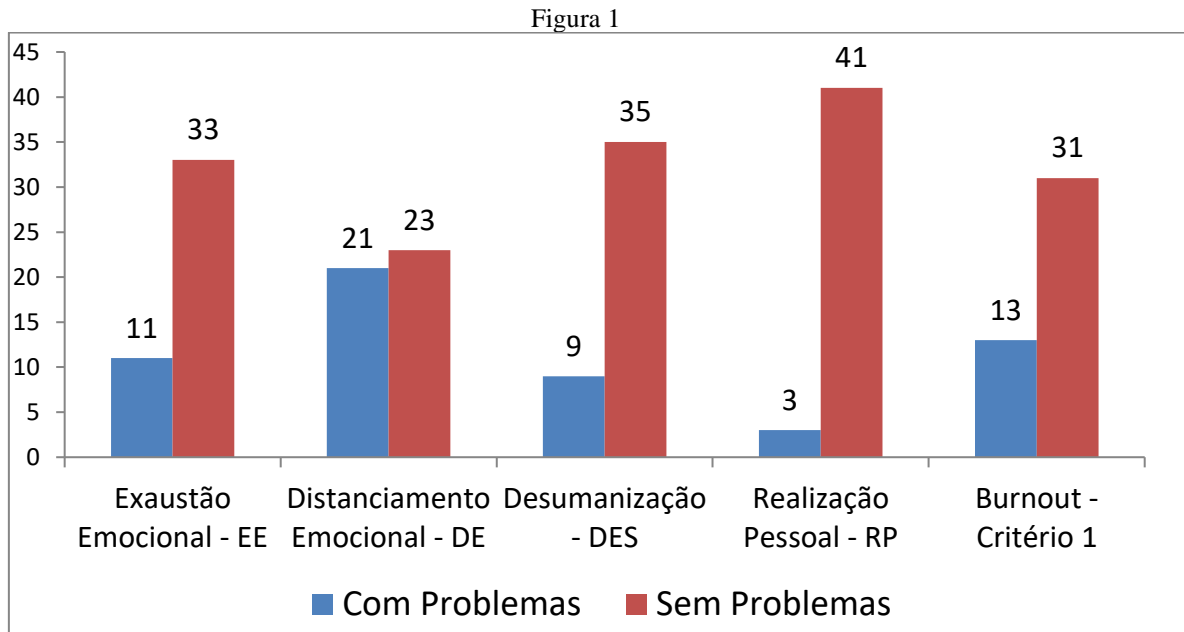
Em relação às atividades de autocuidado, 32 (72,7,0%) referiram realizar as refeições adequadamente e 12 (27,3%) negaram. Quanto ao sono, 26 (59,0%) dormiam menos de oito horas por noite, 15 (34,1%) mais de 8 horas e 2 (6,8%) não responderam.

Quando questionados sobre atividades físicas, 26 (59,0%) praticavam, enquanto 18 (41,0%) negaram. Dentre os motivos elencados pelos profissionais não praticantes destaca-se a falta de tempo (13/38,2%) seguida de indisposição/cansaço (12 /35,3%), desinteresse (05 /14,7%), financeiro (01/2,9%) trabalho em casa (02/5,8%), outros (01/2,9%). Do total, 42 (95,4%) realizavam atividades de lazer e somente 02 (4,6%) negaram.



### 3.2 Indicadores da síndrome de *Burnout*

Em relação aos dados de prevalência do *burnout* e suas dimensões, os principais resultados são apresentados na Figura 1:



Utilizando o Critério 1 verificou-se que 13 (29,5%) profissionais possuíam sintomas de Síndrome de Burnout, sendo os domínios mais acometidos Distanciamento Emocional (DE) (47,7%) seguido de Exaustão Emocional (EE) (25,0%), Desumanização (DES) (20,4%) e Realização Profissional (RP) (6,8%).

## 4. DISCUSSÃO

Em relação às taxas de *burnout* em profissionais da saúde, o presente estudo identificou que 25,9% dos participantes apresentaram sintomatologia de SB, sendo os domínios mais acometidos foram o Distanciamento Emocional – DE com (47,7%) seguido de Exaustão Emocional - EE (25,0%), Desumanização - DES (20,4%) e Realização Profissional (RP) (6,8%).

A maioria dos profissionais que participou do estudo era do sexo feminino, confirmando a feminilização na área da saúde, uma vez que a função do cuidado sempre foi atribuída à mulher (BORGES, 2017).

Quanto à alimentação e atividades físicas a maioria referiu estar adequada, porém com prejuízos no sono. Esses fatores são considerados protetivos ao adoecimento mental, porém a ausência e ou prejuízos em um deles, como o sono, condição essencial para uma

boa saúde, pode acarretar, ao longo do tempo, no desenvolvimento de algum transtorno mental, como a depressão (BARROS *et al.*, 2020; DIAS e FUREGATO, 2016).

Outros estudos realizados no Brasil identificaram valores similares, inferiores e superiores aos do presente estudo. Estudo de Patrício *et al.* (2021) com 263 profissionais de enfermagem (técnicos e enfermeiros), os autores identificaram que a maioria eram mulheres (97,3%), sendo constatado que 88,2% apresentaram baixos níveis de tensão emocional, 8,6% moderados. Nas dimensões do *burnout* obteve-se da amostra 33 sujeitos (15%) com alto nível de Exaustão Emocional (EE), dois elevada despersonalização (0,9%) e quatro com sentimentos de baixa realização profissional (1,8%).

Pascoal *et al.* (2021) em estudo com 320 trabalhadores de uma equipe multiprofissional de um completo hospitalar psiquiátrico, com predomínio do sexo feminino (67%), identificaram como aspectos relacionados à *Maior Sobrecarga* as seguintes palavras: falta, sozinho, setor, plantão, atividade, remanejar, transtorno mental, união, atrasado, serviço e relacionamento; *Sobrecarga*: alta médica, família, complexo psiquiátrico, mental, atender, cuidar, carga horária, transtorno, dia e deixar; *Menor Sobrecarga*: conversar, problema, completo, estar, equipe multi-profissional, familiar, tranquilo, rotina, usuário de drogas, chegar, quando e muito.

Aragão *et al.* (2021), em estudo com enfermeiros de Unidade de Terapia Intensiva, identificaram que dos 65 participantes, a maioria era do sexo feminino (90,8%), sendo de 53,6% prevalência da síndrome do *burnout*, destes 41,0% com alto nível de Exaustão Emocional (EE), 6,5% de Despersonalização (DE) e 17,0% com baixo nível de Realização Pessoal (RE).

Os resultados da presente pesquisa denotam preocupação, pois o exercício profissional na área de saúde mental exige contato direto com o sofrimento mental e emocional do usuário, resultando, muitas vezes, em elevada carga emocional, conforme expresso nos resultados da dimensão exaustão emocional dessa pesquisa. Esse comprometimento pode impactar no processo do cuidado, considerando que o profissional diminui o envolvimento e distancia-se emocionalmente do paciente como uma estratégia de defesa para evitar o próprio adoecimento, o que é verificado nessa pesquisa por meio dos resultados que indicam o comprometimento da dimensão distanciamento emocional.

Além dessas dimensões mencionadas e os sintomas apresentados é possível destacar prejuízos na realização profissional, interferindo diretamente na motivação e engajamento profissional. Tais fatores de forma isolada (por dimensão), ou em conjunto

(mais de uma dimensão) prejudicam a saúde do trabalhador, nas relações interpessoais com colegas e gestores, bem como na prestação da assistência, cuja qualidade pode ser fortemente impactada.

Outro aspecto que pode favorecer o adoecimento de trabalhadores na saúde mental é a insuficiência de formação profissional especializada. No estudo de revisão integrativa realizado por Nascimento *et al.* (2019) os autores concluírem que muitos profissionais que atuam na atenção em saúde mental de urgência e emergência avaliaram que não tem a formação necessária para atendimento a essa população, indicando a importância de formação continuada para os profissionais, bem como na formação acadêmica durante a graduação.

Outros comprometimentos relatados pelos profissionais da saúde em menor escala e que podem estar associados às dimensões do *burnout* foram o número insuficiente de horas de sono, rotina alimentar prejudicada e não adesão à prática regular de atividade física.

A partir dos estudos mencionados acima também foi possível verificar a presença de taxas significativas de *burnout* em profissionais da área, bem como identificar aspectos presentes no trabalho que favorecem o adoecimento, como longas horas de trabalho, baixos salários, elevada possibilidade de violência no contexto dos hospitais psiquiátricos e baixo engajamento em atividades de lazer. Pascoal *et al.* (2021) identificaram que a relação entre a falta ou número reduzido de profissionais com a sobrecarga laboral em serviços psiquiátricos hospitalares, apontando para a necessidade de revisão do número de trabalhadores envolvidos na assistência, pois o acúmulo de trabalho pode impactar na saúde dos mesmos, bem como na prestação do serviço ao usuário.

Uma alternativa para que o profissional consiga evitar ou amenizar as aflições no trabalho, o desequilíbrio e o conseqüente adoecimento, é a ressignificação dos componentes de trabalho. O movimento de olhar para a realidade e esforço diário na perspectiva de reinterpretá-lo de uma forma positiva, ou seja, relacionado à dinâmica do grupo (gestão, coordenação, equipe), ambiente (hierarquia, rotina, valores) ou circunstâncias agregadas (desemprego, instabilidade financeira, cobrança familiar), é necessário para que as relações e vivências resultem em fonte de prazer e satisfação laboral, em oposição ao descontentamento e desgaste (KOLHS; OLSCHOWSKU, FERRAZ, 2019).

Nesse sentido, o enfrentamento do *burnout* no contexto da saúde dos profissionais da saúde compreende um conjunto de ações que abrangem aspectos da organização do

trabalho (dimensionamento de efetivo, carga de trabalho, mecanismo de cooperação no trabalho e reconhecimento profissional); condições de infraestrutura (materiais, equipamentos, insumos e equipamentos de proteção individual); acolhimento e suporte emocional.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo identificou que parcela expressiva dos profissionais da saúde mental apresentaram sintomas de *burnout*, com destaque para as dimensões distanciamento emocional, exaustão emocional e desumanização. Trata-se de condição preocupante a prevalência das dimensões do *burnout* em profissionais da saúde mental, na medida em que a exaustão emocional interfere no desempenho profissional, na capacidade de raciocínio e tomada de decisões, aspecto importante na prática clínica. Na mesma direção, a desumanização impacta diretamente na relação do profissional com os pacientes, causando distanciamento emocional durante o cuidado e conseqüentemente podendo prejudicar a reabilitação do paciente.

Nesse sentido, o *burnout* em profissionais da saúde pode configurar-se em importante questão de saúde pública, considerando que o profissional com sintomas de *burnout* não terá condições suficientes para a prática do cuidado.

Os resultados apontam a necessidade de ações voltadas ao acolhimento e atendimento das demandas dos profissionais de saúde mental, no sentido de ofertar condições de trabalho (número de recursos humanos suficientes para atendimento da demanda, valorização e reconhecimento profissional, investimentos em capacitação profissional, treinamento de habilidades sociais e ações de suporte emocional, recurso materiais e infraestrutura adequada), de modo a propiciar um clima organizacional favorável e que seja benéfico para os profissionais e usuários dos serviços. , como estratégia de evitar o adoecimento e a prestação do serviço.

Espera-se que os dados do presente estudo possam contribuir para avanços na compreensão dessa temática, bem como suscitar novos encaminhamentos de pesquisa. Como limitações do estudo salientam-se o baixo número amostral, as especificidades dos serviços pesquisados e coleta apenas baseada no relato dos participantes.

## REFERÊNCIAS

ARAGÃO, N. S. C. et al. Síndrome de Burnout e Fatores Associados em Enfermeiros de Unidade de Terapia Intensiva. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reben/a/DcytDgQDqjZqbNcp57S78Gs/?lang=pt>> Acesso em: 15 de Dez. 2022

AREOSA, J. Ensaio sobre psicodinâmica do trabalho. **Revista Katálysis**, v. 24, p. 321-330, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rk/a/JdZkgTRMT3sdTcLwL9M8Bsh/>> Acesso em: 05 de Ago. 2021

BARROS, M. B. D.A, LIMA, M. G., MALTA, D.C, SZWARCOWALD, C.L, AZEVEDO R.C.S., ROMERO, D., et al. Report on sadness/depression, nervousness/anxiety and sleep problems in the Brazilian adult population during the COVID-19 pandemic. **Epidemiologia e Serviços Saúde**, v. 29, n. 4, 2020. Disponível em: : <<https://scielosp.org/pdf/ress/2020.v29n4/e2020427/en>>. Acesso em: 30 de Mar. 2023.

Borges TMB, Detoni PP. Trajetórias de feminização no trabalho hospitalar. **Cadernos de Psicologia Social do Trabalho**. v. 20, n. 2, p. 143-157 , 2017.

DA SILVA, Meire Luci et al. Saúde Mental de Profissionais da Rede de Atenção Psicossocial Durante Pandemia de COVID-19. **Saúde e Desenvolvimento Humano**, v. 11, n. 1, 2023. Disponível em:<<http://dx.doi.org/10.18316/sdh.v11i1.951>> Acesso em: 30 de Mar. 2023.

DALAGASPERINA, P.; MONTEIRO, J. K. Estresse e docência: Um estudo no ensino superior privado. **Revista Subjetividades**, v. 16, n. 1, p. 37-51, 2016. Disponível em: <https://periodicos.unifor.br/rmes/article/view/5154>. Acesso em: 30 de Set. 2021.

DIAS, Giselle Cristina; FUREGATO, Antonia Regina Ferreira. Impacto do trabalho e satisfação da equipe multiprofissional de um hospital psiquiátrico [Satisfaction in, and impact of work on, the multidisciplinary team in a psychiatric hospital]. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 24, n. 1, p. 8164, 2016. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.12957/reuerj.2016.8164>> Acesso em 30 de mar. 2023.

JARRUCHE, L. T.; MUCCI, S. Síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa. **Revista Bioética**, v. 29, p. 162-173, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/bioet/a/RmLXkWCVw3RGmKsQYVDGGpG/?lang=pt>>. Acesso em: 23 de Dez. 2022

NASCIMENTO, B. B.; NUNES, D. F. P.; SOUZA, T. A.; MEDEIROS, F. D. S; LEITE, K.N.S; COSTA, N. S. L. Dificuldades no atendimento às situações de urgências e emergências psiquiátricas, **Arq. Ciênc. Saúde UNIPAR**, Umuarama, v. 23, n. 3, p. 215-220, 2019. Disponível em: <https://ojs.revistasunipar.com.br/index.php/saude/article/view/6615/3839>. Acesso em: 20 de abr. 2023.

OLIVEIRA, A. M. Neta; ARAÚJO, T. M. Situations of imbalancing between stress-rewards and common mental disorders in basic health care workers. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 16, n. 1, p. 243-262, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tes/a/yWmKZ8vbFnTFySk9L9wpyYp/?lang=pt#>. Acesso em: 05 de Ago. 2021.

PATRÍCIO, D. F. et al. Dimensões de burnout como preditoras da tensão emocional e depressão em profissionais de enfermagem em um contexto hospitalar. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 29, p. 575-584, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadsc/a/hBWCzSHPriXWXd3GsPmcH4r/?lang=pt>. Acesso em: 03 de out. 2022.

PASCOAL, F. F. S. et al. Sobrecarga em trabalhadores de saúde de um complexo hospitalar psiquiátrico no Nordeste brasileiro. **Escola Anna Nery**, v. 25, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/QBkh4kzFZhmyjRVJKZk7Kkq/?lang=pt>. Acesso em: 09 de out. 2022.

PEREIRA, Ana Maria Teresa Benevides. Elaboração e validação do ISB: inventário para avaliação da síndrome de burnout. *Bol. psicol, São Paulo*, v. 65, n. 142, p. 59-71, jan. 2015. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0006-59432015000100006&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432015000100006&lng=pt&nrm=iso). Acesso em 31 mar. 2023.

RODRIGUES, L. H. F.; PREBIANCHI, H. B. Estresse e Estratégias de Enfrentamento em Crianças e Adolescentes em Acolhimento Institucional em Casas Lares. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 41, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadsc/a/DWdMHv3Ty8556HXRmcbTDC/?lang=pt>. Acesso em: 30 de Set. 2021

SOUSA, K. H. J.F. et al. Common mental disorders among health workers: integrative review/Transtornos mentais comuns entre trabalhadores da saúde: revisão integrativa. **RPCFO**, v. 13, p. 268-275, 2021. Disponível em: <http://seer.unirio.br/cuidadofundamental/article/view/8503>. Acesso em: 05 de Ago. 2021.

SOUSA, K. H. J.F. et al.. Transtornos mentais comuns entre trabalhadores de enfermagem de um hospital psiquiátrico. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 32, p. 1-10, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/NzdtCtsbKQknTjxg7qGwXrJ/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 05 de Ago. 2021

KOLHS, M.; OLSCHOWSKY, A.; FERRAZ, L. Sofrimentos e defesas no trabalho em um serviço de saúde mental. **Rev. Bras. Enferm.** Brasília, v. 72, n. 4, p. 903-909. Ago, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0140>. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-71672019000400903&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672019000400903&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 10 fev. 2021.