Revista

Atenas Higeia

ISSN -2596-1403

Esgotamento profissional na área de saúde durante o período pandêmico do covid-19: uma revisão narrativa de literatura.



Artigo Original

Geovana araújo lacerda[1] ;Arthur Fonseca Cardoso[1]; Dinah Bonifácio Costa[1]; Julia de Oliveira Bernardino[2]; Mariana Lucio Gallo[2]; Aline Moreira Gonçalves[3]

1 Acadêmica em Medicina
2 Graduada em Medicina
3 Professora da Faculdade Atenas e Doutora em Psicologia

Correspondência:
Faculdade Atenas de Sete Lagoas
1 geovanaaraujolacerda36@gmail.com, arthurfonsecacardoso14@gmail.com e bonifaciodinah@gmail.com
2 juliabernardino904@gmail.com e marianagallo2102@gmail.com
3 linepsi7l@gmail.com

Como citar:
Araújo Lacerda, G., Fonseca Cardoso, A., Bonifácio Costa, D., de Oliveira Bernardino, J., Lucio Gallo, M., & Moreira Gonçalves, A. ESGOTAMENTO PROFISSIONAL NA ÁREA DE SAÚDE DURANTE O PERÍODO PANDÊMICO DO COVID-19: UMA REVISÃO NARRATIVA DE LITERATURA. Revista Atenas Higeia, 7(2). Recuperado de https://revistas.atenas.edu.br/higeia/article/view/509

Copyright:
Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da Licença de Atribuição Creative Commons, que permite uso irrestrito, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que o autor e a fonte originais sejam creditados

Resumo

A Síndrome de Burnout (SB), é um quadro psicológico e físico caracterizado por esgotamento emocional, relacionado à uma insatisfação pessoal no âmbito profissional e à depressão, com sintomas como irritabilidade, raiva, ansiedade, estresse, cefaleia, mialgia e perturbações do sono. A SB em janeiro de 2022 foi identificada pela Organização Mundial de Saúde como uma situação ocupacional, em função da alta incidência de diagnósticos no ambiente de trabalho e ao adoecimento dos profissionais. Por meio de uma revisão narrativa de literatura realizada entre os anos de 2022 e 2023 avaliamos o impacto da SB em profissionais de saúde durante a pandemia. Os descritores utilizados foram "Síndrome de Burnout", "Pessoal de Saúde" e "Coronavírus" registrados no Descritores em ciências de saúde. Ao fim da pesquisa, percebe-se que as organizações de saúde frente à pandemia, promoveram jornadas de trabalho excessivas, conflitos no ambiente de trabalho, governança institucional inadequada e falta de apoio ao lazer na vida dos profissionais. Conclui-se que houve consequências negativas no sistema de saúde, pois a exaustão dos profissionais acarreta indiretamente em gastos para as organizações, visto que a fadiga profissional aumenta os erros médicos, negligências e reduz a qualidade do trabalho. Ademais, muitos abandonaram suas funções sobrecarregando o sistema de saúde que necessitava atender os afetados pelas consequências do Coronavírus.

Abstract

Burnout Syndrome (BS) is a psychological and physical condition characterized by emotional exhaustion, associated with personal dissatisfaction in the professional environment and depression. Its symptoms include irritability, anger, anxiety, stress, headache, myalgia, and sleep disturbances. In January 2022, BS was recognized by the World Health Organization as an occupational phenomenon due to the high incidence of diagnoses in the workplace and the illness affecting professionals. Through a narrative literature review conducted between 2022 and 2023, we evaluated the impact of BS on healthcare professionals during the pandemic. The descriptors used were "Burnout Syndrome," "Healthcare Personnel," and "Coronavirus," as registered in the Health Sciences Descriptors database. At the end of the study, it was observed that, during the pandemic, healthcare organizations imposed excessive work hours, fostered workplace conflicts, demonstrated inadequate institutional governance, and lacked support for leisure activities in professionals' lives. It is concluded that there were negative consequences for the healthcare system, as professional exhaustion indirectly resulted in increased costs for organizations. This was attributed to professional fatigue leading to medical errors, negligence, and reduced quality of care. Additionally, many professionals left their positions, further overburdening a healthcare system already strained by the demands of addressing the consequences of the Coronavirus pandemic.

INTRODUÇÃO

O esgotamento profissional conhecido como Síndrome de Burnout (SB) é um quadro psicológico e físico caracterizado por esgotamento emocional intenso relacionado a uma insatisfação pessoal no âmbito profissional, associado à depressão, e que pode apresentar sintomas tais como irritabilidade, raiva, ansiedade e estresse, além de manifestar sintomas físicos como cefaleia, mialgia e perturbações do sono1. A SB em janeiro de 2022 passou a ser identificada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como uma situação ocupacional, sendo caracterizada pela Classificação Internacional de Doenças da OMS (CID-11) por três dimensões:

1) sentimentos de esgotamento ou exaustão de energia; 2) aumento da distância mental do trabalho, ou sentimentos de negativismo ou cinismo em relação ao trabalho; e 3) uma sensação de ineficácia e falta de realização. Burnout refere-se especificamente a fenômenos no contexto ocupacional e não deve ser aplicado para descrever experiências em outras áreas da vida (CID- 11, 2022, s/n).

Descrita primeiramente em 1974 pelo psicólogo alemão Herbert Freudenberger, Burnout, até o momento, estava incorporado na Classificação Internacional de Doenças no capítulo XXI, referente a uma circunstância ligada ao trabalho, estando associada ao CID 112. A pandemia de COVID-19, declarada em 11 de março de 2020, submeteu os trabalhadores da saúde a ciclos exaustivos de alta carga de trabalho, especialmente na linha de frente. Houve um aumento considerável de pessoas diagnosticadas com a Síndrome de Burnout, principalmente os profissionais da linha de frente, uma vez que estes profissionais são expostos a uma maior carga de estresse diário no trabalho, ao risco diário de contaminação, a deficiência de EPI's disponibilizados pelas instituições de trabalho e ao crescente número de mortes que, atualmente, no Brasil, contabilizam 708.638 óbitos acumulados. Os fatores presentes na área hospitalar como a angústia, insegurança, ansiedade e medo são desencadeadores de um exagerado nível de estresse, episódio que se torna pior quando se observam as demandas de complexidade elevadas na Unidade de Terapia Intensiva3.

Tendo em vista que o vírus SARS-CoV-2 - causa uma patologia com quadros complicados, isso demanda uma maior atenção dos profissionais de saúde intensivistas e faz com que esses sofram mais com os fatores supracitados, consequentemente, o progresso da SB. De acordo com uma pesquisa feita pela PEBMED (2021), 78% dos profissionais de saúde, durante o período pandêmico, apresentaram sintomas da SB, sendo que, dentro desse número, 64% são técnicos de enfermagem, 74% são enfermeiros e 79% médicos4. Dadas as situações traumatizantes, os indivíduos desenvolvem sintomas como ansiedade, depressão, insatisfação no ofício e na qualidade do atendimento, bem como estresse crônico5. Um fator de preservação contra essa patologia é a inteligência emocional, a qual permite melhor comunicação, autoconsciência e autocontrole, melhora do convívio e empatia, traz espírito de criatividade e autonomia. No cotidiano, profissionais estão expostos a riscos, insatisfação no ambiente, estresse mental e baixo envolvimento devido à grande demanda de trabalho e pouco apoio social. Tais fatores corroboram para o agravamento da saúde mental e possibilitam o aumento da morbimortalidade por doenças cardiovasculares6.

Perante o exposto, acredita-se que compreender a situação de saúde mental dos profissionais que trabalharam ativamente no contexto pandêmico de COVID 19, pode contribuir para melhor valorização do profissional na medida que demonstra preocupação com o indivíduo, possibilita a alocação de recursos de forma adequada, melhora a assistência e potencializa o cuidado em todas as esferas envolvidas: paciente, cuidador, gestor e família. Nesse sentido, a presente pesquisa de revisão narrativa de literatura pretende responder à pergunta: A síndrome de burnout aumentou entre os profissionais de saúde durante a pandemia de COVID-19? Nesse sentido, enquanto objetivo

geral pretende-se investigar se durante o período da pandemia de COVID-19 houve um aumento na incidência da SB em profissionais da área de saúde. E como objetivos específicos, propõe-se a: 1 - Descrever a SB e suas características; 2 - Delimitar os fatores de proteção e os fatores de risco em relação a SB nos profissionais de saúde que atuam na linha de frente do combate à doença causada pelo vírus SARS-CoV-2 no Brasil; 3 - Descrever os impactos que a SB causa em profissionais da saúde que atuam na linha de frente do combate ao COVID-19 no Brasil; 4 - Dissertar a respeito do papel das instituições de saúde frente ao aumento da ocorrência da SB nos profissionais de saúde.

METODOLOGIA

Este estudo apresenta uma revisão narrativa acerca do impacto da síndrome de burnout em profissionais de saúde por meio de artigos científicos originais. A coleta de dados foi realizada entre os anos de 2022 e 2023, seguindo o delineamento metodológico descrito a seguir. Dentre os estudos selecionados, temos: três estudos de caráter transversal, dois trabalhos de revisão integrativa, um relato de experiência e um estudo documental de abordagem qualitativa, sendo todos os trabalhos com ênfase nos níveis de evidência mais significativos. Segundo Marcela Tavares de Souza et.al (2008) Trata-se de um método que sintetiza os resultados e dados angariados no processo da pesquisa, trazendo informações mais amplas e que podem ser adquiridas tanto por pesquisa bibliográfica, quanto por relatos de experiência. Ainda, segundo o autor, é realizada em seis etapas: sendo a primeira a elaboração da pergunta norteadora; seguido de uma busca ou amostragem na literatura; após isso é feito a coleta de dados; depois a análise crítica dos estudos incluídos; e por fim a discussão dos resultados e apresentação da síntese. Os descritores usados no estudo foram “Síndrome de Burnout”, “Pessoal de Saúde” e “Coronavírus” registrados no DeCs (Descritores em ciências de saúde). No geral foram excluídas as publicações que não foram úteis na elaboração do tema ou que apresentavam graus de incerteza nos achados. A coleta de dados debruçou-se sobre estudos atuais em torno da Covid 19 e seu impacto nos profissionais da saúde, priorizando aqueles que acrescentaram literatura significativa ao texto. Assim, elaborou-se uma tabela com as pesquisas selecionadas; acompanhada de sua metodologia.

TÍTULO	METODOLOGIA
1. Consequências do estresse vivenciados pelos trabalhadores da enfermagem na luta contra a COVID-19: revisão literatura.	Revisão integrativa da literatura
2. Conhecendo os impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos trabalhadores de enfermagem.	Revisão integrativa da literatura
3. Relato de experiência dos atendimentos de enfermagem em triagem para o diagnóstico da COVID-19 em profissionais da saúde.	Relato de experiência
4. Trabalho em saúde e as repercussões durante a pandemia de COVID-19: um estudo documental;	Estudo documental de abordagem qualitativa
5. Preditores da síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de unidade de terapia intensiva durante a pandemia da COVID-19	Estudo descritivo, de caráter transversal e abordagem quantitativa.
6. O estresse e a saúde mental de profissionais da linha de frente da COVID-19 em hospital geral	Análise transversal de entrevistas
7. Esgotamento profissional da equipe de enfermagem atuante no enfrentamento à pandemia do novo coronavirus	Estudo Transversal

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A SB foi caracterizada no ano de 1974 pela primeira vez pelo psicanalista H. J. Freudenberger, e foi complementada pelo mesmo nos anos de 1975 e 1977. De acordo com Freudenberg, a SB pode ser detalhada como um sentimento de exaustão e fracasso que são reflexos de um alto desgaste de energia e recursos, vindo acompanhada ou não dos sentimentos de depressão, fadiga, aborrecimento, irritabilidade, sobrecarga de trabalho, inflexibilidade e rigidez. Atualmente, o conceito mais aceito é fundamentado na perspectiva social-psicológica de Christina Maslach. Em suas pesquisas, Maslach (1982) considera a síndrome como uma reação à tensão emocional crônica causada por lidar excessivamente com pessoas, principalmente no ambiente de trabalho. Este estado crônico de estresse tem como característica importante a tríade: alta exaustão emocional, alta despersonalização e baixa realização profissional7,8. A exaustão emocional refere-se à sensação de estar emocionalmente sobrecarregado e esgotado. O entusiasmo e a inspiração com o trabalho decai, tornando o momento cansativo, levando a desmotivação e insatisfação. Como sinais clássicos do esgotamento emocional, temos a irritabilidade,

impaciência, sentimento de solidão, labilidade emocional e desânimo. Com o tempo, os sinais ficam tão presentes e exaustivos que a pessoa acaba perdendo a vontade de trabalhar9.

A adoção de atitudes negativas, insensíveis e muitas vezes desumanizadas em relação às pessoas as quais o cuidado é direcionado é indicada pela despersonalização. Isso gera um afastamento das relações pessoais, indiferença nas atividades cotidianas, comportamento cínico, falta de comprometimento e empenho com o trabalho. Gradativamente, isso reflete no relacionamento com os colegas, chefes, clientes ou pacientes, que passará a ser sem envolvimento pessoal9. Por fim, há atenuação da satisfação profissional. O olhar que o sujeito tem sobre si mesmo acaba sendo negativo, já que se sente insatisfeito com o seu desenvolvimento, resultando em baixa competência, incapacidade de realizar o trabalho, autoestima baixa, infelicidade no local de trabalho e desmotivação, afetando também a habilidade e a destreza9.

Os sintomas da SB são confundidos e, muitas vezes, compartilhados com outras patologias de ordem psicológica, principalmente a depressão. Por esse motivo, os dados corretos em relação ao número de pessoas com o diagnóstico da síndrome de Burnout, tanto no Brasil quanto mundialmente, são escassos10. Ademais, mesmo que em 2022 a Organização Mundial da Saúde (OMS) oficializou a SB como doença obrigatoriamente relacionada ao trabalho e ainda sendo uma doença de notificação compulsória, os dados sobre a sua prevalência continuam incertos em relação ao número total de diagnósticos.11.

Diante do exposto fica evidente que o Burnout é preocupante, principalmente para indivíduos que ocupam posições de alto estresse emocional e têm relação direta entre prestadores de serviço e pacientes. O momento pandêmico atual tem explicitado nitidamente a tríade clássica da SB, principalmente nos profissionais de saúde. Pensando que, o conceito de saúde pela OMS (1947), baseia-se em “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença”, fica claro a necessidade da harmonia entre saúde física e saúde mental para não apenas melhores relações interpessoais no trabalho, mas, também, como melhor qualidade de vida e saúde.

É notável que o mundo vem cada vez passando por mais e maiores mudanças, uma delas é a globalização, que acarreta mudanças bruscas, principalmente, nos setores de econômica e tecnológica, o que leva os seres humanos a competições a níveis imensuráveis. Esse é um dos muitos fatores de risco que leva ao desgaste mental e físico, sendo um agravante que leva a ocorrência da Síndrome de Burnout em profissionais de saúde, principalmente os enfermeiros3. Outro fator que corrobora para o progresso da SB são as longas jornadas de trabalho, resultando em um desequilíbrio entre esforço e recompensa para os profissionais de saúde, já que esse aumenta a exigência no trabalho, sobrecarga tensional que leva a exaustão e estresse3,12,13. Soma-se a isso outros fatores, como baixa qualidade de serviço, estressores ocupacionais dentro do âmbito de trabalho, pouco ou nenhum reconhecimento social e/ou financeiro, dentre outros.

Para FREITAS et al., 2021 os fatores que funcionam como gatilhos para desenvolver SB seriam divididos em fatores sociodemográficos, ocupacionais e comportamentais. Sendo o primeiro fator relacionado a pessoas com idade maior que 36 anos, já que adultos mais velhos tendem a desenvolver transtornos mentais à medida que envelhecem, além disso tem dificuldade de adaptação às condições de trabalho. O segundo fator seria a constante realização de horas adicionais no serviço, as quais são exatamente rígidas e levam a uma maior exaustão, pois tais situações permitem que os profissionais desenvolvam mecanismos de defesa e se sintam estressados no ambiente de trabalho, desencadeando graves sintomas de ansiedade. Por fim, o terceiro e último fator estaria relacionado ao consumo em excesso de álcool, aqueles que seriam etilistas teriam uma alta chance de ter a SB associado a outros fatores12. Ainda para NERES et al. (2021), outros fatores acrescidos aos

supracitados que desencadeariam uma maior ocorrência da SB seriam os fatores ambientais, caracterizados por: “exposição aos riscos químicos, problemas na administração do hospital, sobrecarga de trabalho, insuficiência de pessoal, insuficiência de recursos, dentre outros” (pág. 142).

O período atual vivido pela pandemia do COVID-19, trouxe consigo novos estressores que corroboraram para um maior nível de Síndrome de Burnout nos trabalhadores, epecialmente os da saúde que atuaram e ainda atuam na linha de frente do combate da pandemia. O medo do desconhecido, a maior chance de exibição ao vírus, o temor ao contágio e o pavor em passar a doença para pessoas próximas e os familiares, os testes insuficientes, a escassez de EPIs (equipamento de proteção individual), falta de descanso, falta de vacina e de um tratamento específico e eficaz, presenteísmo, angústia e a tensão, levam aos impactos físicos, psíquicos e emocionais, que estão intimamente relacionados com ocorrência da SB3,14,15.

Estudos mostram que ao longo da pandemia de COVID-19, ser do sexo feminino, ser filha única, ser enfermeiro, ter uma carga horária semanal alta no trabalho e ter ansiedade, foram condições associadas a um maior número da síndrome14,16. Sendo assim, os fatores de risco que levam a Síndrome de Burnout, de acordo com os trabalhos revisados, são:

Fatores de risco que levam a ocorrência da Síndrome de Burnout			
Fatores Ambientais	Sociodemográficos	Ocupacionais	Comportamentais
Exposição a produtos químicos	Maior que 36 anos	Contexto hospitalar na Unidade de Terapia Intensiva (UTI)	Consumo excessivo de álcool
Contratempos na administração do hospital	Sexo feminino	Pressões no trabalho, como: conflito de interesses, responsabilidade técnica, busca pela qualidade no cuidado.	Cansaço, dor, fome, estresse e raiva.
Escassez de recursos	Ser filha única	Alta carga de trabalho	Graves sintomas de ansiedade
Escassez de trabalhadores	Ser enfermeiro	Falta de independência nas tomadas de decisões	Horas extras no serviço
Risco a pegar o COVID-19	Lotação máxima dos leitos dos hospitais	Cuidar dos pacientes que possuem dependência, tem sofrimento, dor e óbitos.	Ansiedade
		Falta de reconhecimento profissional	Carga física, cognitivas e psíquica

Os fatores de proteção são os que impedem a ocorrência da SB, ou seja, protegem o indivíduo e a evitam, operando como oposição aos fatores de risco. Dessa forma, podemos categorizar os fatores de proteção contra a Síndrome de Burnout como:

Fatores de proteção que evitam a Síndrome de Burnout	Certificar que o acesso seja contínuo à informação clínica epidemiológica
	Locais de repouso e descanso nos espaços de trabalho.
	Monitorar o estresse com o intuito de garantir ajuda apropriada e intervenção profissional de saúde mental, se necessário.
	Baixa autonomia, reconhecimento profissional, hospitais superlotados e funções diversas.
	Compreender a saúde mental dos profissionais de saúde e seus níveis de estresse percebidos durante esse período crítico é fundamental para identificar condições e condições adversas que os ajudarão a desempenhar suas funções e manter sua saúde, pois pouco se sabe sobre a COVID-19.
	Assegurar o bem-estar dos trabalhadores que estão na linha de frente a pandemia do COVID-19, assegurando condições de trabalho adequadas, prestando apoio não só técnico, mas também psicológico e social, que é praticamente falho.
	O país está priorizando o investimento em medidas voltadas ao controle da infecção, fornecendo equipamentos de proteção individual e coletiva, além de valorizar o trabalho realizado principalmente por gestores de serviços de saúde e órgãos governamentais relacionados à redução específica de casos de doenças, proporcionando benefícios à saúde física e mental saúde de toda a equipe.

Os profissionais de saúde têm enfrentado desafios mentais e físicos significativos. Eles atuam na linha de frente enfrentando o medo do desconhecido, exposição ao vírus e a preocupação do contágio. Essa incerteza sobre os reais efeitos do patógeno, a preocupação, ansiedade, tristeza profunda e sensação de incapacidade são os principais resultantes da Síndrome de Burnout em muitos profissionais3. Assim, se faz de suma importância descrever os impactos que a Síndrome de Burnout (SB) causa em profissionais da saúde que atuam na linha de frente da batalha ao COVID-19 no Brasil; no contexto da pandemia pelo COVID-19,

Os enfermeiros afetados pela Síndrome de Burnout sofrem com alterações físicas, tais como: lombalgia, cansaço, evidenciam fome, sede, sono e até abstenção do cuidado com a própria imagem3. Sendo assim, percebe-se que os efeitos da SB nos profissionais vão muito além do desgaste mental, pois acomete o bem-estar físico e os leva a quadros incapacitantes. Desta forma, o trabalhador fica inapto a concluir suas atividades laborais com maestria e acaba gerando uma autocobrança e frustração quanto aos serviços prestados. A dedicação esgotante do trabalhador para suprir as demandas causadas pelo COVID-19, faz com que o profissional fique exposto a uma perturbação claramente evidenciada pela Síndrome de Burnout. Distúrbio caracterizado pela presença de sentimentos pessimistas e atitudes que espelha no trabalho e na

realização de suas atividades diárias, evoluindo uma série de sintomas e sinais como despersonalização, exaustão emocional e falta de realização pessoal, lesando a saúde do indivíduo15. A Síndrome de Burnout afeta também a qualidade de atendimento por parte dos trabalhadores da saúde, já que o esgotamento físico, emocional e a carência de realização pessoal levam ao aumento de erros básicos em procedimentos, atendimentos10 mais superficiais, menos humanizados e o desgosto quanto às escolhas profissionais.

No contexto da pandemia, uma pesquisa realizada na China mostrou que enfermeiros que atuaram no atendimento à COVID-19 eram acometidos pela baixa realização profissional. Fato que pode ser percebido no cenário brasileiro, em que os trabalhadores da área da saúde operante na linha de frente de combate ao COVID-19, se aprestam cada vez mais escassos. Sendo assim, os que resistem acabam se questionando sobre suas perspectivas de vida e escolhas profissionais feitas, uma vez que grande parte deles precisam se isolar dos familiares, amigos e mudar de rotina para atuar no combate à pandemia16. Quando os componentes para o esgotamento emocional da Síndrome de Burnout são analisados, é possível perceber que grande parte dos profissionais relatam sofrer com o excesso de trabalho e com a presença de conflitos entre os valores laborais e pessoais, o que merece atenção dos gestores para uma tomada de decisão. Isso porque, a SB leva o trabalhador a um quadro de incapacidade física e mental, que pode colocar em risco, a vida do paciente e a do profissional da saúde que se encontra em exausto e esgotado12.

Tendo já destacado a presença atuante dos profissionais de saúde, os fatores de risco, os fatores de proteção e os impactos do período pandêmico na saúde mental desses, cabe agora apresentar o papel das instituições de saúde frente ao aumento do acometimento da SB nos profissionais. Sendo assim, é de responsabilidade dessas criar meios de prevenção, suporte e recuperação dos profissionais acometidos pela doença, baseando-se em alguns critérios, tais como: criar meios de prevenção, suporte e recuperação dos profissionais acometidos pela doença, sendo eles:

Figura 1- meios de prevenção, suporte e recuperação dos profissionais acometidos pelo covid-19.



Considerando que o adoecimento provocado pela SB possui relação direta com a empresa/entidade contratante do profissional, a impetuosa jornada de trabalho a que estas submetem seus funcionários e o não oferecimento de materiais de proteção adequados/suficientes, cabe a essas instituições criar meios de prevenção, suporte e recuperação dos profissionais acometidos pela síndrome. Sendo assim, é de responsabilidade da instituição oferecer meios para que o indivíduo aprenda a trabalhar com a resolutividade dos problemas a serem enfrentados. Importantes atitudes organizacionais nesse processo de enfrentamento aos efeitos e à redução de acometimentos pela mesma, nesse sentido, seria a oferta de acompanhamento psicológico individual e/ou acompanhamento psicológico coletivo, no sentido de enfatizar o suporte mútuo; a diminuição da carga horária e o estabelecimento de um critério de rotatividade mais flexível e humano; adequação dos salários; oferta, dentro da instituição, de ambientes para repouso e relaxamento, de forma a promover, também, uma qualidade melhor de trabalho.

No âmbito do acompanhamento psicológico individual, o oferecimento, por parte da própria instituição, de consultas com psicólogos clínicos qualificados no atendimento à saúde mental, se faz de suma importância para que o indivíduo aprenda a

trabalhar com resolutividade dos problemas a serem enfrentados, além de fornecer um acompanhamento coletivo, para integração a equipe de saúde enfatizando o suporte mútuo. Assim, é trabalhado o monitoramento, a adaptação do indivíduo na função de maior convergência com o perfil, currículo, habilidades e visando o melhor desempenho possível, de maneira saudável, da equipe.

A redução da carga horária e/ou implantação de um critério de revezamento mais flexível e humano é essencial, visto que a exaustão causada pelo trabalho excessivo é um dos fatores de risco para a amplificação da Síndrome de Burnout devido ao extenso estresse ao qual o profissional é submetido por exercer suas atividades além da sua capacidade física e mental. “Situações como essa fazem com que o profissional desenvolva mecanismos de defesa e se sinta pressionado no ambiente de trabalho, desencadeando sintomas graves de ansiedade e levando o indivíduo ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout” 12. Em relação aos salários, cabe às instituições realizar os ajustes necessários, considerando a carga horária e a rotina maçante de atividades realizadas pela equipe de saúde em geral, dando importância, também, ao fato de que, conforme afirma FREITAS et al., 2021, para assegurar uma remuneração melhor, a maioria dos trabalhadores de saúde se sujeitam a longas jornadas de trabalho e até jornadas duplas, o que contribui para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout.

Além disso, sabendo que o pavor de ser contaminado pelo SARS-CoV-2 no ambiente de trabalho é também um fator causador de ansiedade e estresse nos profissionais de saúde, deve ser fornecido por meio da instituição os equipamentos de proteção que são, para ANTUNES et al., (2021): “gorro, luvas de procedimento, avental de manga longa impermeável, máscara cirúrgica, máscara N95 ou PFF2, propé, óculos de proteção e protetor facial (do inglês; face shield).” (pág. 4776). Ademais, segundo a mesma autora é necessário também garantir o álcool 70%, água, sabão e papel toalha, visando sempre a anteparo da equipe de saúde. Por fim, almejando a junção de todos os critérios citados acima, é necessário que seja almejada uma melhor condição de trabalho dentro da instituição, para além de materiais de higiene e equipamentos, ambientes para repouso e relaxamento, superpondo momentos de intervalo de forma a promover, também, uma qualidade melhor de trabalho. Ainda, se faz interessante a ampliação do apoio emocional, tanto para identificar a presença de fatores de risco e intervenção prévia, quanto para o auxílio durante o processo de saúde-doença.

CONCLUSÕES

As organizações de saúde, frente à pandemia, promoveram jornadas de trabalho excessivas, gerando conflitos no ambiente profissional, insuficiência na gestão institucional e falta de apoio ao lazer para médicos e demais profissionais. Há também consequências para o sistema de saúde, uma vez que a exaustão dos profissionais pode acarretar indiretamente em maiores gastos às organizações, tendo em vista que devido ao cansaço há a possibilidade de maiores erros médicos, negligências e menor qualificação do trabalho executado. Além disso, muitos indivíduos abandonam suas funções e essas mudanças sobrecarregam o sistema de saúde que necessita atender a população. Ainda assim, foi amplamente divulgado que as cidades estavam com a lotação máxima dos leitos de UTI destinados ao tratamento de pacientes com COVID-19. Isso gerou uma grande demanda de novos profissionais na linha de frente para suprir a necessidade. Dentre eles, estariam médicos recém-formados, enfermeiros disponíveis no mercado, estudantes da área da saúde, entre outros. Devido a essas pessoas ainda serem muito inexperientes e até mesmo possuírem uma fragilidade emocional, foram diretamente afetadas. Contudo, não só esses foram alvos de danos psíquicos, mas também os profissionais mais aptos. Com isso, mais profissionais da saúde que atuam no combate ao vírus pandêmico, estão apresentando elevados índices da Síndrome de Burnout3

REFERÊNCIAS

1. RUVIARO, Maione de Fátima Silva; BARDAGI, Marucia Patta. Síndrome de burnout e satisfação no trabalho em profissionais da área de enfermagem do interior do RS. Barbaroi, Santa Cruz do Sul, n. 33, p. 194-216, dez. 2010. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-65782010000200012&lng=pt&nrm=iso> Acessos em 11 nov. 2021.

2. DA SILVA, Roni Robson et al. Carga psicossocial e Síndrome de Burnout em profissionais de saúde no combate à pandemia de COVID-19. Global Academic Nursing Journal, v. 2, n. Spe. 2, p. e118-e118, 2021.

3. NERES, Hellen da Silva Rocha; PEDROZA, Láis Gomes; SANTOS, Walquiria Lene dos. Consequências do estresse vivenciado pelos trabalhadores da enfermagem na luta contra a covid-19: revisão literária. Psicologia em estudo, v. 9, n. 3, p. 499-505, 2004.

4. Medicina S/A. 78% dos profissionais de saúde tiveram sinais de Burnout durante a pandemia. 2020. Disponível em: <https://medicinasa.com.br/burnout-profissionais-de-saude> Acesso: 24 de março de 2022.

5. RAUDENSKÁ, Jaroslava et al. Síndrome de burnout ocupacional e estresse pós-traumático entre profissionais de saúde durante a pandemia da nova doença de coronavírus 2019 (COVID-19). Best Practice & Research Clinical Anesthesiology , v. 34, n. 3, pág. 553-560, 2020.

6. SOTO-RUBIO, Ana; GIMÉNEZ-ESPERT, María Del Carmen; PRADO-GASCÓ, Vicente. Efeito da inteligência emocional e riscos psicossociais no burnout, satisfação no trabalho e saúde dos enfermeiros durante a pandemia de covid-19. Revista Internacional de Pesquisa Ambiental e Saúde Pública, v. 17, n. 21, pág. 7998, 2020.

7. CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Análise fatorial do Maslach Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. Psicologia em estudo, v. 9, n. 3, p. 499-505, 2004.

8. VIEIRA, Isabela. Conceito (s) de burnout: questões atuais da pesquisa e a contribuição da clínica. Revista brasileira de Saúde ocupacional, v. 35, p. 269-276, 2010.

9. ALVES, Marcelo Echenique. Síndrome de burnout. Psrychiatry on line Brasil. Porto Alegre, v. 22, 2017

10. COSTA, Ludmila da Silva Tavares et al. Prevalência da Síndrome de Burnout em uma amostra de professores universitários brasileiros. Psicologia: Reflexão e Crítica, v. 26, n. 4, p. 636-642, 2013.

11. SILVEIRA, Ana LP et al. Síndrome de Burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde. Rev Bras Med Trab, v. 14, n. 3, p. 275-84, 2016.

12. FREITAS, Ronilson Ferreira et al. Preditores da síndrome de Burnout em técnicos de enfermagem de unidade de terapia intensiva durante a pandemia da COVID-19. Jornal Brasileiro de Psiquiatria [online]. 2021, v. 70, n. 1 [Acessado em 11 de novembro de 2021], pp. 12-20. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000313>.

13. HORTA, Rogério Lessa et al. Front line staff stress and mental health during covid-19 pandemic in a general hospital. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, [s. l.], v. 70, n. 1, p. 30–38, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1590/0047-2085000000316

14. KANTORSKI, Luciane Prado et al. Conhecendo os impactos da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos trabalhadores de enfermagem. Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento, v. 9, n. 10, pág. e6029109004-e6029109004, 2020.

15. MONTEIRO, Vinicius Costa Maia et al. Trabalho em saúde e as repercussões durante a pandemia de covid-19: Um estudo documental. Cogitare Enfermagem, [s. l.], v. 26, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.5380/ce.v26i0.75187.

16. N.J.: Prentice – Hall. MAGALHÃES, Ana Maria Müller de et al. Professional burnout of nursing team working to fight the new coronavirus pandemic. Revista brasileira de enfermagem, [s. l.], v. 75, n. Suppl 1, p. e20210498, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0498.

17. CID: burnout é um fenômeno ocupacional. Opas/OMS, 2019. Disponível em <https://www.paho.org/pt/noticias/28-5-2019-cid-burnout-e-um-fenomeno-ocupacional> Acesso: 24 de março de 2022.

18. DE SOUZA, Marcela Tavares et al. Revisão integrativa: o que é e como fazer. Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa Albert Einstein. 2010; 8 (1 Pt 1):102-6.

19. LIMA, C. F. et al. Avaliação psicométrica do Maslach Burnout Inventory em profissionais de enfermagem. ENCONTRO DE GESTÃO DE PESSOAS E RELAÇÕES DE TRABALHO, v. 2, p. 1-11, 2009.

20. Maslach, C. Burnout: the cost of caring. Englewood Cliffs, 1982.

21. WEST, Colin P.; DYRBYE, Liselotte N.; SHANAFELT, Tait D. Physician burnout: contributors, consequences and solutions. Journal of internal medicine, v. 283, n. 6, p. 516-529, 2018.