

UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS
FACULDADE DE MEDICINA

BRUNO EDUARDO DOS SANTOS
VINÍCIUS DE ALMEIDA GALINDO

A Síndrome de Burnout em profissionais da saúde

MACEIÓ
2023

BRUNO EDUARDO DOS SANTOS
VINÍCIUS DE ALMEIDA GALINDO

A Síndrome de Burnout em profissionais da saúde

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à coordenação do
curso de Medicina da
Universidade Federal de Alagoas.

Orientador: Gerson Odilon Pereira

MACEIÓ
2023



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS
FACULDADE DE MEDICINA

DECLARAÇÃO

Declaro para os devidos fins que os discentes Bruno Eduardo dos Santos (matrícula número: 19211408) e Vinícius de Almeida Galindo (matrícula número: 19110656), cumpriram todas as exigências para a realização do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), conforme “Normas para Produção do TCC”, aprovadas pelo colegiado do curso em 24 de julho de 2019. O TCC realizado pelos discentes acima, concluído em 18/07/2023, intitula-se: A Síndrome de Burnout em profissionais da saúde, que faz parte do livro Deontologia Médica II.

Maceió, 11 de abril de 2024.

Documento assinado digitalmente

gov.br

REGINALDO JOSE PETROLI

Data: 15/08/2024 14:53:30-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

1950

Prof. Dr. Reginaldo José Petrolí
Coordenador de Trabalho de Conclusão de Curso
Faculdade de Medicina - FAMED/UFAL.
SIAPE: 1108003



MARIANA MARIA DA SILVA

Acadêmica do 9º Período da graduação do curso de Medicina da Universidade Federal de Alagoas - UFAL, em Maceió-AL. Presidente da Liga Acadêmica de Geriatria e Gerontologia, da Universidade Federal de Alagoas (2022-2023). Monitora de Semiologia do Adulto (2021-2022) e de Saúde e Sociedade II (2022), na Universidade Federal de Alagoas. Membro do projeto de extensão Sarmu das Escolas, da Universidade Federal de Alagoas (2022).



VITÓRIA CARDOSO

Acadêmica do 10º período do curso de Medicina da Universidade Federal de Alagoas (UFAL) - campus Arapiraca. Bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação em Desenvolvimento Tecnológico e Inovação (PIBTI) (2019-2023). Membro fundadora e presidente da Liga Acadêmica de Medicina de Emergência de Arapiraca (LAMEA) (2020-2023). Monitora de Funções Vitais I, Funções Biológicas I e Crescimento e Diferenciação Celular (2021). Membro do Grupo de Pesquisa GENEDIA: Grupo de Genética Molecular e Epidemiologia em Doenças Infecciosas de Alagoas.



AMANDA PEDROSA

Acadêmica do 9º período da graduação do curso de Medicina da Universidade Federal de Alagoas - UFAL em Maceió-AL. Diretora de Marketing da Liga Acadêmica de Cirurgia Cardiovascular (LACV), da Universidade Federal de Alagoas (2022-2023). Monitora de parasitologia (2021-2022) e do eixo de Saúde da Mulher I, Cinecologia (2022-2023). Membro Fundadora e Diretora de Marketing do projeto de extensão Cores da Saúde (2020-2022). Membro da Liga Acadêmica de Dermatologia da Universidade Federal de Alagoas (2022-2021).

Deontologia Médica II tem como propósito fomentar os debates contemporâneos sobre ética médica, abordando as questões mais urgentes relacionadas à formação e ao exercício profissional. Com base nas Ciências da Saúde e em diálogo com as Ciências Sociais e outras áreas do conhecimento, buscamos coletivamente alcançar um consenso em relação aos principais aspectos da vida, saúde e morte, considerando a Deontologia Médica como guia e preservando a harmonia da dignidade humana.

Além disso, Deontologia Médica II visa estimular discussões sobre deontologia médica e bioética, ao mesmo tempo em que revisa as normas legais que regem a relação médico-paciente, a interação entre colegas de profissão e o papel do médico na sociedade. Nossa referência é o ser humano, entendido como um todo, com direitos e deveres, que transcende sua condição momentânea de mero paciente.

Esperamos que esta obra, Deontologia Médica II, contribua para os debates atuais e para a manutenção do princípio universal da inviolabilidade de todos os seres que habitam o Universo.

Expressamos nossos sinceros elogios às equipes de diagramação, produção, divulgação e marketing da Editora Savier, e incentivamos nossos leitores a aproveitarem as diversas novidades abordadas na eclética lista de temas contidos em Deontologia Médica II.

Avante! Boa leitura!



Agência Brasileira do ISBN
ISBN 978-85-7378-264-6

9 788573 782646

DEONTOLOGIA MÉDICA II

GERSON ODILON PEREIRA

sarvier

GERSON ODILON PEREIRA

DEONTOLOGIA MÉDICA II

Amanda Pedrosa
Iliana Pinto Torres
Mariana Maria da Silva
Vitória Cardoso



GERSON ODILON PEREIRA

• Médico do Trabalho e Médico Legista do Instituto Médico Legal Estácio de Lima;

• Advogado;

• Prof. de Medicina Legal, Deontologia Médica e Bioética da UFAL;

• Conselheiro do CREMAL

• Diretor da Sociedade de Medicina de Alagoas;

• Presidente da Sobrames \ AL;

• Titular da Cadeira 8 da Academia Alagoana de Medicina;

• Membro da Câmara Técnica de Medicina Legal e Perícias Médicas do CFM;

• Consultor, Parecerista e Expositor em Ética Médica, Medicina Legal, Medicina do Trabalho e temas motivacionais;

• Apresentador do Programa Medicina em Destaque - TV MAR - CANAL 526 / NET.



ILIANA PINTO TORRES

Acadêmica do curso de Medicina do Centro Universitário Tiradentes UNIT / AFYAAL, 11º Período. Participa da diretoria da Liga Acadêmica de Oftalmologia da UNIT (LAF) como secretária no ano de 2022 e 2023. Monitora voluntária da disciplina Morfologia / Histologia 6, no período de 2022/2023.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Deontologia médica II / Amanda Karoline da
Silva Pedrosa...[et al.] ; [organização]
Gerson Odilon Pereira. -- São Paulo, SP :
Sarvier Editora, 2023.

Outros autores: Iliana Pinto Torres, Mariana
Maria da Silva, Vitória Ingryd dos Santos Cardoso.
Vários colaboradores.
ISBN 978-65-5686-038-1

1. Deontologia médica 2. Ética profissional
I. Torres, Iliana Pinto. II. Silva, Mariana
Maria da. III. Cardoso, Vitória Ingryd dos Santos.
IV. Pereira, Gerson Odilon.

23-164140

CDD-610.89

Índices para catálogo sistemático:

1. Deontologia médica 610.89

Tábata Alves da Silva - Bibliotecária - CRB-8/9253

A Síndrome de Burnout em Profissionais da Saúde

BRUNO EDUARDO DOS SANTOS
VINÍCIUS DE ALMEIDA GALINDO

A Síndrome de Burnout, também chamada de Síndrome do Esgotamento Profissional, é um quadro desencadeado pela exposição a diversos fatores estressantes durante o trabalho, que cursa com a tríade: esgotamento emocional, diminuição da realização profissional e despersonalização. Devido a sobrecarga na demanda, a responsabilidade intrínseca, a cobrança e às longas jornadas de trabalho, os profissionais da saúde são altamente propensos a desenvolver esse quadro, o que, também, apresenta um potencial risco de repercussões negativas que podem comprometer a prática do cuidado com os pacientes, além da segurança de todos os envolvidos.

Após Janeiro de 2022, entrou em vigor a nova Classificação Internacional de Doenças, CID-11 da OMS, que apresenta esse quadro (Burnout) sob o código QD85, descrito como “estresse crônico no local de trabalho que não foi gerenciado com sucesso”, no capítulo de doenças relacionados ao emprego e desemprego, assim, delimitando o quadro como estritamente ocupacional. Na classificação anterior, CID-10, essa síndrome era apontada como estado de exaustão vital e fazia parte do capítulo que discorria sobre problemas relacionados com a organização de seu modo de vida. Parte dessa mudança é decorrente dos altos índices de afastamento e aposentadoria consequentes de problemas da saúde mental, sobretudo quadros relacionados ao esgotamento no contexto da instabilidade social durante a pandemia da Covid-19.

A manifestação mais perceptível da síndrome é a exaustão emocional, que apresenta como característica o sentimento de estar sobrecarregado e pobre de

recursos físicos e emocionais, o que resulta em esgotamento de energia e incapacidade de dedicar-se às situações que surgem no trabalho. Com isso, tem-se também uma associação ao sentimento de frustração do profissional, inibindo-se o prazer e a motivação de cumprir com suas tarefas e de aceitar novos desafios, o que cria repercussões no ato do cuidar, pois pode dificultar a entrega de um atendimento no mesmo nível de qualidade em detrimento do prestado anteriormente. Como resposta à exaustão emocional, pode ocorrer um quadro de despersonalização, em que o indivíduo apresenta uma postura mais distante e indiferente em relação ao ambiente de trabalho, que é entendida como uma forma de enfrentamento ao estresse crônico. Além disso, a dimensão da reduzida realização pessoal, refere-se à tendência dos sujeitos em julgar negativamente suas próprias habilidades e produtividade, o que leva a uma queda da autoestima. Neste espectro, o senso de competência e sucesso do indivíduo, bem como a capacidade de interagir com os outros, declinam, o também poderá afetar o trabalho em equipe e a percepção de si, como integrador de um grupo e, até mesmo, do grupo sobre o acometido.

As consequências da síndrome de burnout são vastas, na qual níveis moderados e altos dela podem estar relacionados a distúrbios individuais, como depressão e ideação suicida, mudanças comportamentais associadas ao trabalho e problemas no próprio ambiente laboral do indivíduo, como erros na prática profissional. Assim, essas consequências resultam na diminuição da qualidade de vida e produtividade dos profissionais de saúde, o que impacta negativamente na assistência ao paciente. Os erros ocorridos na prática profissional também podem ser prejudiciais aos próprios profissionais, pois estão associados à perda de confiança, dificuldades de sono, menor satisfação no trabalho, aumento do estresse ocupacional e prejuízo à imagem profissional. Além disso, o abandono do exercício profissional aumenta a rotatividade dos profissionais hospitalares, resultando em altos custos organizacionais para reposição de pessoal.

Com relação aos profissionais médicos, existem fatores de risco relacionados ao desenvolvimento da síndrome. A inexistência de contrato de trabalho fixo é uma condição que gera incerteza quanto ao futuro dos profissionais nas instituições e é algo muito comum no ambiente hospitalar. A comunicação precária das instituições também é um estressor constante, que, por exemplo, dificulta propostas para melhorar a burocracia organizacional por meio do trabalho do dia a dia e de profissionais que entendam a realidade, o que pode afetar diretamente o trabalhador que irá sentir-se impotente, sem voz e, principalmente, desvalorizado. Além disso, o grande número de pacientes atendidos gera uma sobrecarga que leva ao esgotamento emocional e pode levar a doenças sistêmicas crônicas. A medicina preventiva é a solução mais viável, mas o investimento na atenção primária continua pouco valorizado. Aumentar o número de médicos no serviço também é uma solução, mas deve-se levar em consideração que pode não haver profissionais suficientes no mercado de trabalho, bem como uma análise se o

custo de novas contratações é mais eficiente do que o custo de afastamento por síndrome de burnout. Nota-se, também, uma relação entre o burnout de alto grau e consumo elevado de tabaco, álcool e drogas psicotrópicas, sendo necessário ofertar medidas psicoterapêuticas abrangentes, como grupos de apoio, e ter uma maior atenção com esse profissional enfermo.

Entretanto, existem fatores protetores que também estão relacionados à médicos, mas que estão ligados às personalidades individuais e recompensas profissionais. Médicos com perfil otimista sentem-se mais valorizados e satisfeitos com sua profissão. A motivação também é importante e pode ser facilitada por meio de aumentos salariais compatíveis com carga horária adicional, reconhecimento institucional, incentivo por meio de educação continuada para garantir maior segurança no trabalho e potencializar a realização profissional, quaisquer iniciativas que amplifiquem o sentimento de valorização. Dessa forma, o processo de instalação da síndrome de burnout é dinâmico, no qual o indivíduo passa por diferentes fases até que a doença de fato ocorra, possibilitando aos profissionais a prevenção antes que ela avance para seu nível mais grave e, por vezes, incurável. Assim, torna-se uma responsabilidade social da instituição, nas suas variadas instâncias, desde a diretoria até mesmo entre os colegas de trabalho, a vigilância coletiva frente a essa questão.

Sendo assim, para a prevenção do burnout, devem-se somar intervenções individuais com intervenções organizacionais, formando, assim, as intervenções combinadas que reduzem os níveis de estresse ocupacional. As intervenções individuais buscam modificar o sujeito, com intuito de ensinar o indivíduo a lidar adequadamente com agentes estressantes. Isso envolve o treino de habilidades comportamentais, práticas de autocuidado, prática de atividade física, garantia de descanso, equilíbrio entre trabalho e outros âmbitos da vida do indivíduo, como fomentar a inclusão de um hobby. As intervenções organizacionais, por sua vez, envolvem a situação na qual ocorrem as atividades laborais. Assim, pode-se ter o envolvimento de práticas como treinamento com funcionários e mudanças das condições de trabalho. Outra forma de prevenção muito importante é a psicoterapia de grupo, uma forma de terapia que ajuda no estresse, que deve ser uma constante ao longo da vida do médico, sendo também, uma responsabilidade da instituição.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. PERNICIOTTI, Patrícia et al. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. *Rev. SBPH*, São Paulo, v. 23, n. 1, p. 35-52, jun. 2020. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582020000100005&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 08 jan. 2023.

2. Moreira, Hyan de Alvarenga, Souza, Karen Nattana de e Yamaguchi, Mirian Ueda. Síndrome de|Burnout em médicos: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional* [online]. 2018, v. 43 [Acessado 8 Janeiro 2023], e3. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/2317-6369000013316>>. Epub 12 Mar 2018. ISSN 2317-6369.
3. Tomaz, Henrique Cisne et al. Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação* [online]. v. 24, suppl 1 [Acessado 10 Janeiro 2023], e190634. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/Interface.190634>>. ISSN 1807-5762.
4. Borges G. M.; Maia J. M.; Xavier P. O.; Santos A. B. dos R.; Barbosa C. C. M.; Nogueira V. F.; Ito A. M. O impacto da Síndrome de Burnout entre os profissionais de saúde no contexto da pandemia da Covid-19. *Revista Eletrônica Acervo Enfermagem*, v. 13, p. e8375, 30 jul. 2021.
5. ROTENSTEIN, L. S. et al. Prevalence of Burnout Among Physicians. *JAMA*, v. 320, n. 11, p. 1131–1150, 18 set. 2018.