

Síndrome Burnout Decorrente de Desmotivação na Enfermagem: Uma Revisão Integrativa

Burnout syndrome due to lack of motivation in nursing: an integrative review

Mariane do Prado Gonçalves¹
Sheila Nascimento Pereira de Farias²

¹Enfermeira do trabalho pela Escola de Enfermagem Anna Nery. Universidade Federal do Rio de Janeiro. São Paulo. Brasil. E-mail: marianeprado89@gmail.com

²Doutora em enfermagem. Escola de Enfermagem Anna Nery. Universidade Federal do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro. Brasil.

RESUMO

A enfermagem ao longo da história vem sofrendo modificações em seu processo de trabalho, vivenciando uma rotina de trabalho sobrecarregada e estressante. Esta realidade despertou o interesse em buscar evidências científicas sobre as formas de adoecimento pelo trabalho da enfermagem, sintomas que vem sendo apresentado pelos profissionais e estratégias preventivas objetivando mudanças significativas na vida dos atuais e futuros profissionais da enfermagem. Utilizou-se a revisão Integrativa e a pesquisa foi realizada em bases de dados eletrônicas na área da saúde. Os descritores utilizados foram: Bournout, desmotivação e enfermagem. Encontrou-se 30 artigos. Percebeu-se que os trabalhadores na enfermagem apresentam fraqueza, tensão muscular, queda de cabelo, distúrbios do sono e de apetite, náuseas, dor lombar ou cervical e alterações psicológicas.

Palavras- chave: Burnout. Desmotivação. Enfermagem.

ABSTRACT

The nursing throughout history has undergone changes in its working process, experiencing a work routine and stressful overloaded. This reality has sparked interest in pursuing scientific evidence on ways of becoming ill by nursing work, symptoms that are being presented by professionals and preventive strategies aiming to significant changes in the lives of current and future nursing professionals. We used the integrative review and research was conducted in the electronic databases in healthcare. The keywords used were: Burnout, discouragement

and nursing. 30 articles met. It was noticed that workers in nursing show weakness, muscle tension, hair loss, sleep disorders and appetite, nausea, back pain or neck and psychological changes.

Keywords: Burnout. Demotivation. Nursing

INTRODUÇÃO

A enfermagem vem sofrendo diversas modificações no processo de trabalho, acarretando a esses profissionais uma jornada de trabalho cada vez mais estressante, cansativa e sobrecarregada devido ao excesso de atribuições, tornando a alegria, dedicação e sucesso profissional cada vez mais distantes e com grande probabilidade de desenvolverem estresse ocupacional e burnout (SILVA et al, 2006; PAGANINI, 2011).

O significado deste termo Burnout, é caracterizado como síndrome da desistência, composta por manifestações físicas e emocionais em indivíduos que se dedicam a outros seres humanos, reflete em sentimentos de crise e desorientação, tendo origem no verbo inglês *to burn out* queimar-se por completo, consumir-se, definido como algo que parou de funcionar por absoluta falta de energia.

O burnout é um risco ocupacional e um problema profissional globalmente conhecido, o individuo torna-se incapaz de se envolver emocionalmente e afetivamente em seu trabalho, apresentando características de exaustão emocional, diminuição da realização pessoal, sentimentos negativos, despreocupação de respeito com outras pessoas. Enfermeiros, professores e policiais são as profissões mais afetadas por esta síndrome (MARTINO; MISKO, 2004; TRIGO; TENG; HALLAK, 2007; TOMAZELA; GROLLA, 2007; EBLING; CARLOTTO, 2012).

A Síndrome Burnout vai além do estresse, tornando-se típica do cotidiano daqueles que envolvem altas demandas psicológicas e favorecendo o adoecimento (ANDRADE; CARDOSO, 2012; PALAZZO; CARLOTTO; AERTS, 2012). Esta Síndrome, resulta em efeitos prejudiciais tanto para as instituições quanto para os funcionários, pois reduz a produtividade, número elevado de licença-saúde, resultando em prejuízos para empresa e repercussões no processo de trabalho em saúde por não gerar um atendimento de qualidade ao paciente/ cliente (TOMAZELA; GROLLA, 2007; EZAIAS et al, 2010; NASCIMENTO et al, 2013).

Como consequência também ocorre um elevado índice de absenteísmo, considerado um dos problemas mais complexos com que as organizações vêm enfrentando, sendo na maioria dos casos relacionadas às síndromes psicológicas resultantes do trabalho (PAGANINI, 2011).

A ausência de um profissional pode sobrecarregar os demais trabalhadores, exigindo um ritmo mais acelerado e responsabilizando-o por um volume maior de tarefas (NASCIMENTO et al, 2013).

Os principais fatores que desencadeiam o estresse no ambiente de trabalho envolvem os aspectos da organização, da administração, do sistema de trabalho e por considerar a enfermagem como uma atividade muito complexa (MENECHINI; PAZ; LAUTERT, 2011; GRIEP et al, 2011).

O contraste de correrias e desencontros vem tornando os enfermeiros estressados, desmotivados, insatisfeitos e cansados, esse profissional vem perdendo o afeto, vínculo com pacientes, diminuição na qualidade dos cuidados e do encanto pela profissão, ocorrendo pela própria Síndrome que impõe tensão sobre os campos de trabalho (MUROFUSE; ABRANCHES; NAPOLEÃO, 2005; SILVA et al, 2006; BARBOSA et al, 2012; EBLING; CARLOTTO, 2012). Pesquisas sobre o stress associam burnout ao meio ambiente de trabalho, devido as situações, setor e condições de trabalho, podendo provocar prejuízos pessoais, sociais e econômicos (COSTA; LIMA; ALMEIDA, 2003; NASCIMENTO et al, 2013).

O local de trabalho influencia na realização pessoal a partir de um ambiente que exerça pressão nos indivíduos, apresentando riscos que favorecem o aumento de acidentes, doenças ocupacionais e até mesmo causa de morte dependendo das formas variadas de danos a saúde, intensidade e tempo de contato com os indivíduos (TOMAZELA; GROLLA, 2007; HARADA, 2011).

Os trabalhadores se encontram expostos a uma elevada gama de estressores, sofrimento moral e descontentamento com o trabalho (BARBOSA et al, 2012; DALMOLIN et al, 2012). O desgaste e a exaustão profissional resultam em sentimentos de desesperança, solidão, depressão, raiva, impaciência, irritabilidade, descompromisso, irresponsabilidade atitudes violentas, diminuição de empatia, sensação de baixa energia, fraqueza, preocupação, incapacidade para relaxar, aumento da suscetibilidade para doenças, cefaléias, náuseas, tensão muscular, dor lombar ou cervical, distúrbios do sono, fadiga, diminuição do desejo sexual, afecções de pele e queda de cabelo e distanciamento afetivo. Isso ocorre na maioria dos casos em mulheres, pois se sentem impotentes e frustradas por não conseguirem conciliar as tarefas domésticas, educação de filhos as jornadas duplas ou triplas de trabalho, resultando a elas um acúmulo de atribuições (PAFORO; MARTIN, 2004; MUROFUSE; ABRANCHES; NAPOLEÃO, 2005; TRIGO; TENG; HALLAK, 2007).

Mas somente será considerado bournout o indivíduo que apresentar alta exaustão emocional e despersonalização e baixa realização profissional, fenômeno que se manifesta como propensão do trabalhador a avaliar-se negativamente, mostrando insatisfação com seu próprio desempenho no trabalho (EZAIAS et al, 2010; EBLING; CARLOTTO, 2012).

A qualidade de vida no trabalho quando inexistente leva ao comprometimento no desempenho das funções, nas condições de vida no trabalho, incapacidade para realizar tarefas com segurança e bom uso de energia pessoal (TOMAZELA; GROLLA, 2007).

Nota-se que a qualidade da assistência prestada pelo enfermeiro está vulnerável devido a rotina exaustiva de trabalho, pressão excessiva, escassez de reconhecimento para o sucesso e acúmulo de tarefas, trabalhos em turnos noturnos (MUROFUSE; ABRANCHES; NAPOLEÃO, 2005), podendo estar ligados aos erros cometidos pela enfermagem, resultando em acidentes devido ao desgaste profissional que na maioria das vezes estão relacionados ao clima organizacional (MARTINO; MISKO, 2004; SILVA et al, 2006; HARADA, 2011; EBLING; CARLOTTO, 2012).

Tornou-se evidente os sintomas de cansaço, esgotamento pessoal, frustração pelo trabalho excessivo, envelhecimento prematuro pelas condições do trabalho através dos olhares, fisionomia e expressão corporal dos profissionais, podendo ser levado em conta a percepção do local de trabalho como um ambiente ameaçador onde prejudica a saúde mental e física do profissional (TOMAZELA; GROLLA, 2007; ANDRADE; CARDOSO, 2012).

Como a maior parte da vida é passada dentro de empresas e o trabalho é essencial para formação do indivíduo e sua integração com a sociedade, seria a melhor maneira tornar estes lugares um ambiente mais prazeroso, saudável e com qualidade de vida para execução dos trabalhos, não sendo encarado como um fardo pesado, mas sim como uma fonte de contentamento e autorrealização (MARTINO; MISKO, 2004; BEZERRA et al, 2010; ANDRADE; CARDOSO, 2012; FRANÇA et al, 2012). Objetivou-se nesta pesquisa buscar evidências científicas que abordem a Síndrome Bournout na enfermagem e maneiras usadas como enfrentamento e prevenção dessa doença.

MÉTODO

Como forma de alcançar as metas deste estudo, foi utilizado a Revisão Integrativa, amplo método de revisão que resume dados empíricos e teóricos da literatura de maneira sistematizada e organizada, resultando em um entendimento mais abrangente de estudo (DALMOLIN et al, 2012).

Para que seja estruturada uma revisão integrativa, torna-se necessário inserir fases que contenham um rigor metodológico em busca de provas sobre determinado assunto.

Essas fases são classificadas em seis etapas: escolher a questão para revisão, selecionar a pesquisa para amostra do estudo, elaborar as características dos estudos revisados, avaliar o que foi encontrado com critérios de inclusão e exclusão determinados para o projeto, interpretar, apresentar e divulgar os resultados (RIBEIRO et al, 2012).

Sendo considerado que os trabalhadores de enfermagem vêm sendo sobrecarregados pela diminuição do quadro de funcionários, condições ruins de trabalho, qualidade de vida inexistente, desgaste e exaustão profissional, com isso foram usadas questões norteadoras como base para este estudo: Quais as causas de Burnout nos trabalhadores de enfermagem? E Quais as maneiras usadas para enfrentamento e prevenção da doença?

Os critérios utilizados como inclusão dos artigos escolhidos foram: estudos qualitativos, quantitativos e descritivos nem recorte temporal de 10 anos nos idiomas português e inglês, obtidos a partir das bases de dados Revista Latina - Americana de Enfermagem, SciElo, Lilacs, Medline, tendo como descritores: Bournout, enfermagem e desmotivação.

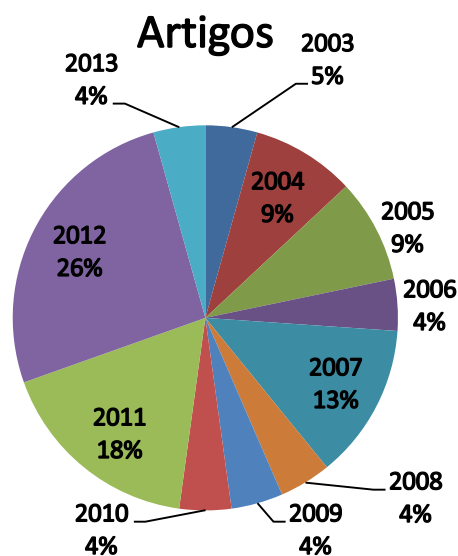
Excluí deste estudo artigos que não contemplam critérios necessários para uma pesquisa científica e para apresentar os resultados, formas descritivas com intuito de demonstrar o adoecimento dos trabalhadores de enfermagem decorrente de sua própria sobrecarga de serviço e as maneiras utilizadas como prevenção de doenças.

RESULTADOS

Neste estudo foram incluídos 23 artigos que foram favoráveis aos critérios de inclusão.

- REV LAT –AM ENF: 5 Artigos e um selecionado;
- SCIELO: 155 Artigos e 16 selecionados;
- LILACS: 32 Artigos e nenhum selecionado;
- MEDLINE: 704 Artigos e 2 selecionados;
- UERJ: 6 Artigos e um selecionado;

Dos 23 artigos publicados para uma revisão integrativa relacionados a pesquisa em questão, dos selecionados um artigo é 2003 (5%), dois de 2004 (9%), dois de 2005 (9%), um de 2006 (4%), três de 2007 (13%), um de 2008 (4%), um de 2009 (4%), um de 2010 (4%), quatro publicados em 2011 sendo um deles livro (18%), seis artigos de 2012 (26%) e um artigo publicado em 2013(4%).

Gráfico I – Quantidade de artigos publicados dentro de um recorte temporal de 10 anos.

Fonte: autora, 2013.

Sendo utilizado um recorte temporal dos últimos 10 anos, podendo considerar que os estudos são atualizados e literaturas recentes, pertencentes a um padrão de tempo entre 2003 e 2013. Todos os artigos selecionados tanto os brasileiros, quanto os publicados em inglês tratam de problemas ligados a fatores desencadeantes de Síndrome Burnout.

Nota-se que os profissionais da área de enfermagem com menor experiência profissional tem a maior probabilidade de desenvolver burnout por não estarem preparados para enfrentar as responsabilidades da profissão e por se sentirem limitados e alienados com as práticas de trabalho.

Também são acometidos aqueles profissionais que possuem uma carga horária semanal menor, pois em ventura disso procuram um outro vínculo empregatício fazendo dessa situação geradora de problemas mentais e emocionais e aqueles que realizam plantões noturnos, queixando-se que apresentam desconforto mental, distúrbios do sono e de apetite, déficit de atenção, impotência e medo diante das condições organizacionais (BARBOSA et al, 2012; FRANÇA et al, 2012).

Segundo um artigo do Caderno de Graduação (2013), o Ministério da Previdência Social em 2007, divulgou que foram afastados do trabalho 4,2 milhões de indivíduos, sendo que 3.852 diagnosticados com Síndrome de Burnout (NASCIMENTO et al, 2013).

Nota-se também que o ambiente hospitalar ao mesmo tempo que tem uma missão de salvar vidas e recuperar a saúde, também é um lugar onde se observa em maior proporção equipes cansadas, apáticas e desmotivadas, gerando conflitos e insatisfação entre os profissionais, desgastes mentais irreversíveis, acidentes, doenças e até morte prematura resultante de um cuidado direto com pessoas doentes e lesadas (SILVA et al, 2006; BARBOSA et al, 2012).

Enfermagem foi classificada como a quarta profissão mais estressante, os enfermeiros não se sentem valorizados como profissional de nível superior, não veem possibilidade de progredir na carreira, possui um numero reduzido de profissionais em se comparando ao excesso de atividades, recursos inadequados, baixos salários, raramente recebem um suporte na saúde física e mental, falta de proteção necessária com intuito de evitar acidentes e doenças recorrentes do trabalho, uma carga horária de trabalho extremamente longa e desgastante (PARFORO; MARTIN, 2004; MUROFUSE; ABRANCHES; NAPOLEÃO, 2005).

No quadro descrito abaixo, pode-se verificar os artigos selecionados para pesquisa, apresentando a base de dados onde o artigo foi publicado, os títulos dos artigos, ano em que foram publicados, país e resultados.

Quadro I – Distribuição dos estudos segundo base de dados, títulos dos artigos, ano em que foram publicados, país e resultados da pesquisa (2003 e 2013).

<i>Base de Dados</i>	<i>Título</i>	<i>Autores</i>	<i>Ano de Publicação</i>	<i>País</i>	<i>Resultados</i>
SCIELO	Jornada de Trabalho: Fator que interfere na Qualidade da Assistência de Enfermagem	Silva, Et al	2006	Brasil	O hospital é um local onde se evidencia o esgotamento dos indivíduos com equipes de trabalho cansadas, indiferentes e apáticas, denominadas por estresse e desmotivação, podendo gerar conflitos e insatisfação em alguns Profissionais.
UNESC	Síndrome de Burnout	Paganini D D.	2011	Brasil	Diversos trabalhadores são acometidos de incertezas, frustrações e medos, provocados por inúmeros fatores, inclusive as dificuldades no exercício profissional.

<i>Base de Dados</i>	<i>Título</i>	<i>Autores</i>	<i>Ano de Publicação</i>	<i>País</i>	<i>Resultados</i>
SCIELO	Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos	Trigo, Et al	2007	Brasil	As consequências do burnout têm efeitos negativos para a organização, para o indivíduo e sua profissão.
UNIMEP	Síndrome de Burnout	Tomazela, Et al	2007	Brasil	Foram observadas que as pessoas são afetadas devido as condições precárias de trabalho, e que o Burnout, transforma-os em pessoas diferentes da conhecida anteriormente.
SCIELO	Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia de Campinas	Pafaro, Et al	2012	Brasil	Verificou-se que a maioria dos sujeitos analisados, com e sem dupla jornada de trabalho, obtiveram a classificação para o nível médio de estresse.
SCIELO	Burnout syndrome and weekly workload of on-call physicians: cross-sectional study	Barbosa, Et al	2012	Brasil	Não houve significativa correlações para qualquer das dimensões de Síndrome Burnout, em relação a carga horária semanal.
UERJ	Síndrome de Burnout em Trabalhadores de saúde em um hospital de média complexidade	Ezaias, Et al	2010	Brasil	Para a dimensão exaustão emocional, não foi encontrado um valor significativo, porém a vivência do processo de trabalho na instituição possibilita encontrar sinais e sintomas referentes à exaustão emocional condizentes com a literatura.

<i>Base de Dados</i>	<i>Título</i>	<i>Autores</i>	<i>Ano de Publicação</i>	<i>País</i>	<i>Resultados</i>
SCIELO	Reflexões sobre estresse e burnout e a relação com a enfermagem	Murofuse, Et al	2005	Brasil	Burnout não está tão disseminado e popularizado quanto o Estresse, mas ele precisa ser considerado como um problema internacional, não sendo um privilégio de uma específica realidade social, educacional ou cultural.
SCIELO	Fatores que tornam estressante o trabalho de médicos e enfermeiros em terapia intensiva pediátrica e neonatal: estudo de revisão bibliográfica	Fogaça, Et al	2008	Brasil	As UTIPN são lugares que geram tensões e estresse, motivados pelo relacionamento interpessoal, emoções intensas causadas pela exposição constante ao risco de morte, pela frequente oscilação entre sucesso e fracasso e pelas exigências impostas à equipe.
set.edu	Conhecimento publicado acerca do Absenteísmo relacionado a Síndrome Burnout com os profissionais de enfermagem : Revisão Integrativa	Nascimento, Et al	2013	Brasil	Síndrome de Burnout e frequente nesses profissionais da saúde e é uma das principais patologias de origem psicossocial que os afetam, pois ocasiona uma importante taxa de absenteísmo e de abandono da profissão .
SCIELO	Estados emocionais de enfermeiros no desempenho profissional em unidades críticas	Martino, Et al	2004	Brasil	Os resultados alcançados, no presente estudo, puderam constatar, em relação aos profissionais da UTI, que há uma série de locuções subjetivas que apareceram tanto ao início como ao final do plantão com a mesma intensidade, permaneceram estáveis.

<i>Base de Dados</i>	<i>Título</i>	<i>Autores</i>	<i>Ano de Publicação</i>	<i>País</i>	<i>Resultados</i>
BIREME	Motivação da equipe e estratégias motivacionais adotadas pelo enfermeiro	Bezerra, Et al	2009	Brasil	Percebe-se que os enfermeiros possuem ainda uma percepção distorcida acerca do que seja a motivação, visto que a maioria a percebeu como um conjunto de técnicas que pode vir a moldar o comportamento do indivíduo no trabalho.
COREN SP	Gestão em Enfermagem	Ducci, Et al	2011	Brasil	Burnout tem sido associado a resultados insatisfatórios dos serviços de saúde, capaz de prejudicar a concentração, vigilância e a capacidade de supervisão dos enfermeiros.
USP - RevLatino - am Enfermagem	Burnout e os aspectos laborais na equipe de enfermagem de dois hospitais de médio porte.	França, Et al	2012	Brasil	Percebe-se que a maior incidência, em relação à carga horária semanal com a Síndrome de Burnout, foi apresentada em profissionais que executavam suas atividades com 30 horas semanais, quando comparados aos profissionais que trabalhavam 40 horas semanais.
SCIELO	O adoecer pelo trabalho na enfermagem: uma revisão integrativa	Ribeiro, Et al	2011	Brasil	A maioria dos os artigos tratam de problemas relacionados ao estresse, acidentes, riscos ocupacionais e à dor músculo esquelética.

<i>Base de Dados</i>	<i>Título</i>	<i>Autores</i>	<i>Ano de Publicação</i>	<i>País</i>	<i>Resultados</i>
SCIELO	Burnout syndrome and associated factors among health professionals of a public hospital	Ebling, Et al	2011	Brasil	A idade avançada foi associada com menor exaustão emocional e despersonalização e realização profissional elevadas. Os profissionais com renda mais baixa apresentaram atitudes mais distantes em relação a seus clientes. Intenção de mudar de carreira, instituição ou posição na instituição atual foram associados com o aumento da exaustão emocional.
SCIELO	Implicação do sofrimento moral para os enfermeiros e aproximação com o Burnout.	Dalmolin, Et al	2012	Brasil	Foi possível constatar que o sofrimento moral vivenciado no ambiente de trabalho pelos enfermeiros apresenta implicações para estes profissionais, como manifestações na dimensão pessoal e na dimensão profissional, frustração e sentimento de impotência, pela percepção da falta de poder nas tomadas de decisão.
SCIELO	Fatores ocupacionais associados aos componentes da Síndrome Burnot em trebalhadores de Enfermagem.	Meneghini, Et al	2011	Brasil	Fatores organizacionais como a falta de motivação e estímulo, a sobrecarga laboral, as relações interpessoais negativas e a presença de conflitos valores é característica chave para o surgimento do Burnout.

<i>Base de Dados</i>	<i>Título</i>	<i>Autores</i>	<i>Ano de Publicação</i>	<i>País</i>	<i>Resultados</i>
BIREME	Prazer e Dor na Docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout	Andrade, Et al	2012	Brasil	O desgaste emocional a que os profissionais estão sujeitos nas relações com o trabalho são fatores muito significativos na determinação dos transtornos relacionados ao estresse, como é o caso da Síndrome de Burnout.
SCIELO	Síndrome de Burnout: estudo de base populacional com servidores do setor público.	Palazzo, Et al	2012	Brasil	Ambiente de trabalho bom e possibilidade de influir na tomada de decisões apresentaram maior peso.
SCIELO	Uso combinado de modelos de estresse no trabalho e a saúde auto-referida na enfermagem	Griep, Et al	2010	Brasil	O estudo permitiu identificar diferentes dimensões do estresse psicossocial do trabalho em equipes de enfermagem e sua associação com a saúde auto-referida, além de estimar o incremento na força de associação.
SCIELO	Stress no trabalho do enfermeiro	Costa, Et al	2003	Brasil	A exposição contínua e prolongada, com excessiva carga de trabalho, associado ao contato intenso e direto com o doente mental, pode ter influenciado de modo significativo a ocorrência de um insidioso processo de stress crônico desses enfermeiros.
SCIELO	Educação continuada em enfermagem psiquiátrica: reflexão sobre conceitos	Girade, Et al	2005	Brasil	Pode-se considerar que boa parte dos enfermeiros vem procurando o aprimoramento de seus conhecimentos para melhorar a qualidade da assistência ao portador de transtorno psiquiátrico.

Fonte: autora, 2013.

DISCUSSÃO

Burnout tem sido identificado com níveis consideráveis entre os enfermeiros devido as condições de trabalho. Apontados como fatores desmotivantes e estressantes as exposições constantes ao risco de morte, exigências impostas pelas equipes, oscilação entre o sucesso e fracasso, gerando insegurança e impotência capazes de influenciar de forma negativa na vida profissional.

Pesquisas sobre o tema, identificaram os enfermeiros como grandes candidatos que vem apresentando alterações psicológicas importantes, como: stress, exaustão emocional, depressão, impaciência, preocupações, tensão muscular, distúrbios do sono e vários outros sintomas resultante da estafa profissional e desmotivação no ambiente de trabalho.

Estudar estresse ocupacional entre enfermeiros nos permite entender os motivos de insatisfação profissional, absenteísmo, acidentes e doenças ocupacionais, por estes motivos faz-se essencial descobrir as fontes de problemas e desenvolver estratégias de prevenção com finalidade de melhorar o desempenho dos profissionais, gerando assim maior motivação e produtividade, qualidade de vida, investir nas pessoas, melhoria nas condições de trabalho e no ambiente consequentemente torná-lo mais agradável.

Pois a qualidade de vida no trabalho traz satisfação e bem estar ao trabalhador durante a execução de suas tarefas, os funcionários sentem-se motivados com a liberdade de criar, inovar, de procurar formas próprias de atingir resultados, tendo uma liderança democrática, bom relacionamento com a equipe, serem reconhecidos pelo seu trabalho, salário adequado, status ocupacional, respeito e apoio por parte de colegas e superiores (PALAZZO; CARLOTTO; AERTS, 2012).

Métodos pessoais podem ser usados para tratar a síndrome de burnout, através do uso de medicamentos associados às sessões de psicoterapia, meditação, relaxamento, prática de exercícios e estabelecer rotinas de trabalho que não prejudique a sua vida social, participar continuamente na identificação dos problemas existentes e reconhecer os agentes estressores próprios da profissão. E ações Institucionais, como educação permanente pode ser utilizada com o objetivo de promover mudanças, fortalecer as ações de equipe, transformar práticas técnicas e sociais, configurando-se como responsabilidade da instituição na qual o profissional de saúde atua (GIRADE; CRUZ; STEFANELLI, 2006; MENEGHINI; PAZ; LAUTERT, 2011).

CONCLUSÃO

Concluindo a atual revisão integrativa, observou-se que esses profissionais estão expostos a um tipo de risco ocupacional não tão mencionado, assim, faz-se necessário desenvolver pesquisas futuras com objetivo de buscar medidas preventivas e intervenções para melhoria no cotidiano da enfermagem e consequentemente resultar em qualidade pessoal e no serviço prestado.

Para se obter resultados positivos nos serviços de enfermagem, estratégias de melhorias devem ser implantadas como integração entre as equipes, reuniões mensais relacionadas a qualidade de vida, incentivos a atualização profissional, locais adequados para repouso, alimentação equilibrada e até mesmo banheiros adequados para uma boa higienização. Para que essas metas sejam alcançadas, é indispensável que esses profissionais estejam unidos para o mesmo ideal, desta forma, todas essas estratégias podem tornar-se realidade.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, P. S.; CARDOSO, T. A. O. Prazer e Dor na Docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de Burnout. **Saúde Soc.**, São Paulo, v. 21, n.1, p.129-140, 2012.

BARBOSA, F. T. et al. Burnout syndrome and weekly workload of on-call physicians: cross-sectional study. **São Paulo Med J.**; São Paulo, v. 130, n.5, p.282-8, 2012.

BEZERRA, F. D. et al. Motivação da equipe e estratégias motivacionais adotadas pelo enfermeiro. **Rev Bras Enferm**, Brasília, v. 63, n. 1, p. 33-7, jan-fev 2010.

COSTA, J. R. A.; LIMA, J. V.; ALMEIDA, P. C. Stress no trabalho do enfermeiro. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v.37, n.3, set. 2003.

DALMOLIN, G. L. et al. Implicações do Sofrimento Moral para os(as) Enfermeiros(as) e Aproximações com o Burnout. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, v. 21, n. 1, p. 200-8, Jan-Mar 2012.

EBLING, M.; CARLOTTO, M. S. Burnout syndrome and associated factors among health professionals of a public hospital. **Trends Psychiatry Psychother**, Rio Grande do Sul, v. 34, n. 2, p. 93-100, 2012.

EZAIAS, G. M. et al. Síndrome de Burnout em Trabalhadores de Saúde em um Hospital de Média Complexidade. **Rev. enferm. UERJ**, Rio de Janeiro, v. 18, n.4, p. 524-9, out/dez 2010.

FOGAÇA M. C. et al. Fatores que Tornam Estressante o Trabalho de Médicos e Enfermeiros em Terapia Intensiva Pediátrica e Neonatal: estudo de revisão bibliográfica. **Rev. bras. ter. Intensiva**, São Paulo, v. 20, n. 3, jul/set 2008.

FRANÇA, F. M.; et al. Burnout e os aspectos laborais na equipe de enfermagem de dois hospitais de médio porte. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, São Paulo, v. 20, n. 5, Set-Out. 2012.

GIRADE, M. G.; CRUZ, E. M. N. T.; STEFANELLI, M C. Educação continuada em enfermagem psiquiátrica: reflexão sobre conceitos. **Rev Esc Enferm USP**, São Paulo, 2006, v. 40, n. 1, p. 105-10, 2006.

GRIEP, R. H. et al. Uso combinado de modelos de estresse no trabalho e a saúde auto-referida na enfermagem. **Rev Saude Publica**, São Paulo, v. 45, n. 1, p. 145-52, 2011.

HARADA, M. J. C. S. **Gestão em Enfermagem**: Ferramenta para prática segura – São Caetano do Sul, São Paulo: Yendis Editora, 2011.

MARTINO, M. M. F.; MISKO, M. D. Estados Emocionais de Enfermeiros no desempenho profissional em Unidades Críticas. **Rev Esc Enfermagem USP**, São Paulo, v. 38, n. 2, p. 161-7, 2004.

MENEGHINI, F., PAZ, A. A.; LAUTERT, L. Fatores Ocupacionais associados aos componentes da Síndrome Burnout em trabalhadores de Enfermagem. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, v. 20, n. 2, p. 225-33, Abr. Jun. 2011.

MUROFUSE, N. T.; ABRANCHES, S. S.; NAPOLEÃO, A. A. Reflexões sobre Estresse e Burnout e a Relação com a Enfermagem. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, São Paulo, v. 13, n. 2, p. 255-61, mar. abr.2005.

NASCIMENTO, C. C. et al. Conhecimento publicado acerca do absenteísmo relacionado a Síndrome Burnout com os Profissionais de Enfermagem: Revisão Integrativa. **Cadernos de Graduação - Ciências Biológicas e da Saúde Fics**, Maceió, v. 1, n.2, p. 121-134, maio 2013.

PAFORO, R. C.; MARTIN, M. M. F. Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas. **Rev Esc Enferm USP**, São Paulo, v. 38, n. 2, p. 152-60, 2004.

PAGANINI, D. D. **Síndrome Burnout**. 2011. 50f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização) - Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC, Curso de Pós – Graduação Especialização em Engenharia de Segurança do Trabalho, Criciúma, julho 2011.

PALAZZO, L. S.; CARLOTTO, M. S.; AERTS, D. R. G. C. Síndrome de Burnout: estudo de base populacional com servidores do setor público. **Rev Saúde Pública**, São Paulo, v. 46, n. 6, p. 1066-73, 2012.

RIBEIRO, R P. Et al . O adoecer pelo trabalho na enfermagem: uma revisão integrativa. **Rev. Esc Enferm USP**, São Paulo, v. 46, n. 2, p. 495-504, 2012.

SILVA, B. M. et al. Jornada de Trabalho: Que Interferem na Qualidade da Assistência de Enfermagem. **Texto e Contexto Enferm**, Florianópolis, v. 15, n. 3, p. 442-8, jul. set. 2006.

TRIGO T. R.; TENG, C. T.; HALLAK, J. E. C. Síndrome Burnout ou Estafa Profissional e os Transtornos Psiquiátricos. **Rev. Psiq. Clín**, São Paulo, v. 34, n. 5, p. 223 – 233, 2007.

TOMAZELA, N.; GROLLA, P. P. Síndrome de Burnout. In: 5º Simpósio de Ensino de Graduação, Educação Brasileira: Extinção ou Sustentabilidade na Universidade. 5º Mostra Acadêmica da Universidade Metodista de Piracicaba, São Paulo: UNIMEP, outubro 2007.

Recebido em: 03/07/2014.

Aceito em: 05/07/2014.

Publicado em: 12/12/2014.