

## Os efeitos da pandemia na síndrome de Burnout em profissionais de saúde

Bruna Machado Siqueira<sup>1</sup>; Anne Gabrielle Rios Silva<sup>1</sup>; Gabriel de Paula Barros Botelho<sup>1</sup>; Giovanna Maria de Oliveira Tomé<sup>1</sup>; Isabella Beatriz Xavier Neves<sup>1</sup>; Leonardo Silva Borges<sup>1</sup>; Juliane Macedo<sup>2</sup>.

1. Discente do curso de Medicina do Centro Universitário UniEVANGÉLICA.

2. Docente curso de Medicina do Centro Universitário UniEVANGÉLICA.

**RESUMO:** A síndrome de Burnout trata-se de um esgotamento psicológico, físico e emocional provocado pelo acúmulo de estresse do trabalho, bastante comum em profissionais da saúde, devido as exigências da profissão. A pandemia do SARS-COV 2 expôs esses profissionais no combate desse novo vírus, resultando em um ambiente de trabalho mais estressante mental e fisicamente, ou seja, tornando-se propício a Síndrome de Burnout. O estudo objetivou relacionar os efeitos pandêmicos do SARS-COV 2 e a síndrome de Burnout nos profissionais da saúde. Na mini revisão integrativa, aplicou-se os descritores: “: Burnout”, “Profissionais de Saúde” e “Coronavírus” e o operador lógico booleano “AND” entre os descritores nas bases de dados Biblioteca Virtual da Saúde (BVS) e Scientific Electronic Library Online (Scielo). Analisou-se 9 artigos, possuindo como critérios de inclusão: período de 2020 a 2021, tema do estudo e idioma, português e espanhol, sendo, enfim, selecionados 4 artigos. Os participantes da pesquisa com maiores níveis de ansiedade, depressão e stress indicaram o medo de contaminação como fator mais importante, além disso o desrespeito das medidas de saúde favoreceu o adoecimento dos participantes. Fatores sociais como cor de pele, gênero e categoria empregatícia afetam a incidência de casos de depressão e Síndrome de Burnout. Em contrapartida, atividades em grupo e o compartilhamento das questões pessoais e coletivas foram elementos importantes na prevenção de transtornos de ordem psicológica nos profissionais. Vale ressaltar que o cuidado pessoal foi negligenciado pelos profissionais por falta de tempo, instruções e organização no ambiente de trabalho. Conclui-se que a ausência de conhecimentos claros sobre o novo coronavírus, a sobrecarga dos profissionais da saúde, o isolamento social, o risco de contaminação e falta de equipamentos de proteção individual em abundância são efeitos da atual pandemia que corroboram para vulnerabilidade desses profissionais a Síndrome de Burnout, resultando no aumento de doentes.

**Palavras-chave:**

Burnout.

Profissionais de Saúde.

Coronavírus.

## INTRODUÇÃO

O estresse ocupacional é um estado físico e mental de exaustão causado pela vida profissional. Essa definição foi concedida pelo psicólogo e pesquisador norte-americano, alemão Herbert Freudenberger, esse junto com o pesquisador Gail North definiram os doze estágios de Burnout que foram publicados na pesquisa “Burned Out”, na revista “Scientific American Mind”. A pesquisa afirma que os doze estágios da síndrome são respectivamente, a obsessão de provar a si mesmo, trabalhar excessivamente, negligenciar as próprias necessidades- como dormir, comer e socializar -, deslocamento de conflitos - capacidade de perceber que algo não está certo, mas não consegue entender a causa -, distorção dos próprios valores, negação dos problemas - o que acarreta em intolerância-, afastamento - vida social reduzida e necessidade de aliviar a pressão, com possível consumo de álcool e drogas-, mudanças de comportamento inesperadas, despersonalização, sentimentos de “vazio interior”- para suprir esse sentimento o sujeito pode procurar por atividades como consumo de comida, álcool, drogas e, sexo, exercendo-as em excesso -, e, por fim, os últimos dois estágios são depressão e propriamente a Síndrome de Burnout (KRAFT, U., 2006).

De acordo com um estudo realizado em junho de 2020, com profissionais da equipe de enfermagem do estado do Rio Grande do Norte, identificou-se o diagnóstico sugestivo da Síndrome de Burnout em 62,4% dos 490 participantes (SANTOS, K. M. R., et al, 2021). Outro estudo direcionado a profissionais da saúde que atendem pacientes com COVID-19 em um hospital da rede pública de saúde no Sul do Brasil, identificou-se que dos 123 entrevistados 41% apresentavam Burnout (HORTA, R. L. et al, 2021). Tendo em vista a pandemia da SARS-Cov-2, iniciada em 2019, ratifica-se, portanto, uma incidência proeminente da Síndrome de Burnout em profissionais de saúde que trabalham na linha de frente do combate da Covid-19.

Diante da forte relação entre a Síndrome de Burnout e os profissionais de saúde que atuam no combate ao coronavírus, uma pesquisa considera que é expressivo que condições de trabalho exaustivas – tais como necessidade de paramentação, longas cargas horárias dentro de consultórios e hospitais, e as preocupações acerca do próprio contágio e da contaminação dos familiares do profissional atuante – proporcionam um ambiente de trabalho mentalmente e fisicamente estressante (HORTA, R. L. et al, 2021). Posto isso, outra pesquisa relata uma entrevista realizada com 421 médicos e enfermeiros do Departamento de Salud de la CAPV y Navarra, na Espanha, em que foi identificado que, dos profissionais com mais de 36 anos, 46,7% apresentaram stress, 37% contataram ter ansiedade, 28,9% afirmaram insônia e 27,4% foram diagnosticados com depressão (SANTAMARÍA, M. D., et al, 2021).

É possível identificar também uma inter-relação entre Burnout e o aumento do consumo de psicofármacos, cafeína e bebidas alcoólicas como forma dos profissionais erroneamente tentarem lidar com a ansiedade e tensões no ambiente de trabalho. De acordo com um estudo, dos 123 entrevistados na pesquisa em um Hospital Público da região sul brasileira, 13% estavam sob o efeito de psicofármacos no momento da entrevista, e 41% afirmaram ingerir bebidas alcoólicas ocasionalmente. Em contrapartida, observa-se também que poucos desses mesmos profissionais conseguem lidar de maneira assertiva com a debilidade mental, sendo que nessa mesma pesquisa apenas 9% profissionais da saúde estavam sendo atendidos por psicólogos (HORTA, R. L. et al, 2021).

Mediante o exposto, infere-se que a Síndrome de Burnout é uma questão evidente na pandemia da Covid-19 tanto no Brasil, como em outros países, e acomete substancialmente os profissionais de saúde que trabalham na linha de frente do combate a SARS-Cov-2. Dessa forma, surgem alguns questionamentos: Qual a relação entre as questões impostas pela pandemia nos hospitais e o aumento de profissionais acometidos com estresse ocupacional? Como as instituições de saúde podem prevenir a síndrome de Burnout?

Diante da pandemia do Coronavírus que teve início em 2019 e continua presente em meados de 2021, e da representatividade de médicos, enfermeiros, fisioterapeutas e demais profissionais da saúde no combate a esse vírus, é expressivo a necessidade de compreender as causas, e identificar meios de minimizar a Síndrome de Burnout nos profissionais atuantes na saúde.

A partir da investigação de produções científicas, este trabalho é uma mini revisão de literatura que tem como objetivo compreender a relação entre os efeitos da atual pandemia e a síndrome de Burnout em profissionais da saúde.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma mini revisão integrativa que inclui a análise de produções científicas sobre a relação entre os efeitos pandêmicos e a síndrome de Burnout em profissionais da saúde para aprofundamento, investigação, interpretação e comparação dos resultados. Foram utilizadas as bases de dados eletrônicas: Biblioteca Virtual da Saúde (BVS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Com base nos Descritores em Ciência da Saúde (DECS), foram escolhidas as seguintes palavras-chaves: Burnout; Profissionais de Saúde; Coronavírus. Além disso, foi usado o operador lógico booleano “AND” entre os descritores para a estratégia de busca nas bases de dados.

Foram utilizados como critérios de inclusão os textos que tratavam de maneira clara e concisa o tema abordado, publicados a partir do dia 01 de janeiro de 2020, com acesso livre, disponível na íntegra nos idiomas português e espanhol. Após a aplicabilidade dos critérios citados acima, foram lidos

na íntegra e analisados os artigos disponibilizados nas bases de dados (09 artigos), sendo excluídos alguns (05 artigos), por serem artigos de revisão ou estarem em desacordo com a proposta deste presente artigo.

## RESULTADOS

A revisão dos trabalhos trouxe resultados que indicam os efeitos práticos da pandemia da COVID-19 nos profissionais da saúde. De acordo com os estudos, obteve-se:

SANTAMARÍA, M. D. et al. (2020): No contexto de pandemia do COVID-19, nos 421 profissionais sanitários do Departamento de Salud de la CAPV y Navarra, os que possuem mais de 36 anos, 46,7% apresentou stress, 37% ansiedade, 28,9% insônia e 27,4% foi diagnosticado com depressão – segundo o questionário socioeconômico e os critérios de classificação para depressão da versão espanhola do Depression Anxiety and Stress Scale-21. Os participantes da pesquisa que tiveram maiores níveis de depressão, ansiedade e stress foram os que alegaram sentir medo de se contaminarem em seu ambiente de trabalho. O trabalho chegou à conclusão de que, para os profissionais da saúde entrevistados, o comportamento da população que desrespeita as medidas de confinamento eleva os níveis de transtornos psicológicos, favorecendo o adoecimento dessa amostra analisada.

MOURA, E. C. F.; LILIANE, S. F. (2020): No estudo de campo com 2708 médicos brasileiros, primeiramente foi testada a teoria da troca líder-membro “LMX” (do inglês Leader-member Exchange), modelo de apoio e equipes médicas, como variável dependente, e obteve o resultado que mostra que a LMX está negativamente relacionada com o Burnout. Além disso, quando incluídas demandas do trabalho no modelo, a força do efeito da LMX no Burnout é reduzida, esses resultados sugerem que a LMX pode resultar em redução do Burnout por diminuir as percepções dos médicos em relação a suas demandas.

Ademais, os resultados apresentaram um efeito moderador positivo para o atendimento da linha de frente, distanciando do que era pensado estar na linha de frente do combate ao COVID-19 parece diminuir o efeito da LMX em amenizar as percepções das demandas do trabalho. Adicionalmente, os resultados ainda revelaram, que o efeito indireto da LMX sobre o Burnout foi mais forte entre os profissionais que não atuam diretamente com pacientes de COVID-19.

SANTOS, K. M. R. dos et al. (2021): No trabalho intitulado “Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da COVID-19”, os 490 profissionais que participaram da pesquisa, 292 (59,6%) são enfermeiros e 198 (40,4%) técnicos em enfermagem, sendo a maior parcela de participantes do sexo feminino (86,7%), com renda entre 3 e 4 salários-mínimos (35,3%). A maioria dos profissionais atuam na linha de frente contra COVID-19 (89,6%). Acerca da saúde mental, 30,4% dos participantes tiveram o diagnóstico de algum transtorno mental nos últimos 12 meses, 39,6% apresentaram sintomas

de ansiedade moderadamente severa ou severa, 38,0% apresentaram sintomas de depressão moderadamente severa ou severa e a presença de sintomas da Síndrome de Burnout esteve presente em 62,4% dos profissionais.

Observou-se como fatores associados à ansiedade moderadamente severa ou severa, ter cor de pele pardo (42%), trabalhar em vínculo empregatício privado (12,9) ou ter vínculo público e privado (8,8%), diagnóstico de Síndrome de Burnout (52%), ser profissional de serviços sem estrutura para a pandemia (54,6%) ou maior impacto (79,3%). Os fatores associados à menor prevalência de ansiedade moderadamente severa ou severa foram realizar atividades mente-corpo (86,5%) e ter o hábito de conversar com amigos e familiares (31,8%).

Como fatores associados a depressão moderadamente severa ou severa, destacou-se ser do Sexo feminino (40,5%), ter renda mensal de 3 a 4 salários-mínimos (43,4%), morar com os pais e irmãos (46,7%), atuar apenas em serviços privados (47,6%), ter se afastado do serviço ou ter a função alterada em decorrência da pandemia (52,3%), ter sintomas de Síndrome de Burnout (50,3%), ser profissional de serviços sem estrutura para a pandemia (54,6%). Os fatores associados à menor prevalência de depressão moderadamente severa ou severa foram realizar atividades físicas e ter o hábito de conversar com amigos e familiares.

HORTA, R. L. et al. (2021): Os resultados apontados no artigo “O estresse e a saúde mental de profissionais da linha de frente da COVID-19 em hospital geral” relatam de início que, dentre os 123 profissionais da saúde entrevistados, 41% apresentavam Burnout. De todo o grupo apenas 9% estavam sendo atendidos por psicólogos e 13% estavam em uso de psicofármacos no momento da entrevista. Ademais, 41% afirmavam ingerir álcool ocasionalmente e nenhum afirmou usar substâncias psicoativas.

A mediana da carga de trabalho foi de 45 horas semanais, tendo como as principais dificuldades trabalhar diretamente com hospitais de campanha da COVID-19 os longos plantões sem intervalos, necessidade de paramentação, pressão e cansaço maiores que os habituais, isolamento no próprio hospital, risco da própria contaminação e temores e culpa relacionados às famílias. Posto isso, todos os entrevistados afirmaram que a união da equipe favorece o desempenho e auxilia no enfrentamento da situação.

## DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo principal destacar o aumento no nível de casos de Síndrome de Burnout nos profissionais da área da saúde em tempos de pandemia. Relacionou-se os casos de Síndrome de Burnout com uma interferência significativa das relações entre os profissionais e o desgaste do ambiente de trabalho (DAL’BOSCO et al., 2020). Nesse sentido, o papel da relação líder-membro (LMX) é apontado como agente redutor nos casos de Síndrome de Burnout durante a pandemia de Covid-19 já que a LMX contribui, uma vez que aumenta a cooperação de coesão entre o grupo de profissionais.

(TORDERA et al., 2007). Essa conexão das relações profissionais foi comparada com estudos realizados em período não pandêmico, em que os outros fatores desencadeadores da Síndrome de Burnout eram tratados como um problema coletivo e organizacional, e não individual. (HORTA et al., 2021; KOVALESKI et al, 2012).

Também é importante ressaltar que, os fatores desencadeadores da síndrome referida incluem grande sobrecarga, condições psicológicas exigentes, rotina exaustiva, necessidade de paramentação completa e o grande medo do contágio. Por causa dessas condições psicoestressoras, os profissionais são acometidos por ansiedade, estresse, depressão e transtornos de sono, sintomas estes que promovem e potencializam o desenvolvimento da Síndrome de Burnout. Tais sintomas são de maior impacto em profissionais que convivem com pessoas portadoras de doenças crônicas devido ao medo da transmissão do profissional para esse indivíduo incluso no grupo de risco (SANTAMARÍA et al, 2020).

Uma questão final que merece consideração é a alta complexidade dos serviços no ambiente hospitalar ligada aos profissionais do sexo feminino como mais propensas de desenvolver a síndrome, uma vez que em vários casos estão expostas a cargas horárias extensas e responsabilidades familiares estressoras. (BARBOSA S. S. S. et al., 2021)

## CONCLUSÃO

O estudo teve como objetivo correlacionar pandemia e Síndrome de Burnout em profissionais da saúde. Para isso, o estudo utilizou-se de bases de dados renomadas e pode concluir que a sobrecarga dos profissionais, o isolamento social, a falta de condições de trabalho seguras, o aumento constante do número de mortes, o desconhecimento a respeito da doença, o medo da contaminação e o descaso da população tem causado um aumento no número de casos de ansiedade e depressão nos profissionais da saúde. Portanto, sendo a Síndrome de Burnout um estado de esgotamento emocional, físico e psicológico por conta de questões relacionadas ao estresse no trabalho, pode-se afirmar que a pandemia tem sido um fator agravante para a incidência desses casos.

Conforme os achados da mini revisão, foi possível observar que a Síndrome de Burnout evidencia que embora a atuação dos profissionais da saúde tenha sido heroína diante da pandemia do Covid19, esses são humanos e precisam de descanso, lazer e socialização entre amigos e familiares. E a importância dessas atividades no contexto diário dos profissionais está para além do bem-estar individual e da temporalidade da pandemia do COVID-19, mas também na qualificação do trabalho daqueles que estão envolvidos em uma tarefa metódica e crucial na garantia da saúde universal. Enfermeiros, médicos, técnicos em enfermagem, terapeutas, nutricionistas, psicólogos, assistentes sociais e todo e qualquer núcleo profissional de atuação nas linhas de frente dependem da técnica e dos instrumentos necessários para a boa execução de suas funções. Porém, os estudos evidenciaram que, para além das tarefas, o cuidado de



qualidade advém de pessoas falíveis e, sobretudo, emocionais. Dessa forma, o descanso e a pré-disposição mental fazem-se determinantes na eficiência de todas as etapas do processo, garantindo não a perfeição do sistema, mas aumentando as chances de sucesso do cuidado.

Apesar dos resultados terem respondido o objetivo da presente mini revisão integrativa, cabe ressaltar a presença de limitações que compõem lacunas a serem mencionadas. A primeira refere-se a pequena quantidade de artigos analisados, tendo em vista o fato de que o assunto é recente, assim existem poucos artigos originais produzidos a respeito da temática. Outra limitação se deve ao critério de idioma em que houve a exclusão de artigos em inglês, sendo esse é o principal idioma das produções científicas, além da limitação a apenas três bases de dados, ainda que sejam conceituadas.

Espera-se que os estudos sobre essa relação entre pandemia e Burnout em profissionais da saúde não se encerre aqui, de maneira oposta, aguarda-se que haja mais investigações científicas sobre a temática, tanto em estudo de campo, quanto em revisões de meta-análise, considerando uma amostra maior de artigos, com a seleção de mais bases de dados e que inclua a língua inglesa.

Por fim, propõem-se intervenções estratégicas para tentar diminuir a recorrência desses casos, mediante a uma preocupação com o bem-estar físico, psíquico e emocional como a garantia de equipamentos de segurança aos profissionais, rodízio no quadro de funcionário para descanso obrigatório, estímulo a prática de atividades físicas, comunhões mensais entre os profissionais, garantia de consultas semanais com psicólogos e incentivo a prática de comunicação virtual com parentes e amigos.

## REFERÊNCIAS

BARBOSA, S. S. S. et al. Síndrome de Burnout em profissionais de saúde atuantes em áreas de alta complexidade. *Revista Caparaó*, v. 3, n. 1, 2021. Disponível em: <https://www.revistacaparao.org/caparao/article/view/36>. Acesso em: 15 maio. 2021.

DAL'BOSCO, E. B. et al. A saúde mental da enfermagem no enfrentamento da COVID-19 em um hospital universitário regional. *Rev. Bras. Enferm. Brasília*, v. 73, supl. 2, e20200434, 2020. Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-71672020001400153&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672020001400153&lng=en&nrm=iso)>. access on 13 May 2021. Epub July 13, 2020. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0434>.

HORTA, R. L. et al. O estresse e a saúde mental de profissionais da linha de frente da COVID-19 em hospital geral. *J. bras. psiquiatr. Rio de Janeiro*, v. 70, n. 1, p. 30-38, Mar. 2021. Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0047-20852021000100030&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852021000100030&lng=en&nrm=iso)>. access on 14 May 2021. Epub Mar 31, 2021. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000316>.

KOVALESKI, D.; BRESSAN, A. A SSÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE SAÚDE. *Rev. Saúde & Transformação Social / Health & Social Change, Florianópolis*, v.3, n.2, p.107-113, 2012. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=265323670015>. Acesso em: 15 mai. 2021.

KRAFT, U., Burned Out. *Rev. Scientific American Mind*, June/ July 2006. <https://www.scientificamerican.com/article/burned-out/>. Acesso em: 18 mai. 2021.

MOURA, E. C. F.; FURTADO, L.; SOBRAL, F. Epidemia de Burnout durante a pandemia de COVID-19: O papel da LMX na redução do Burnout dos médicos. *Rev. adm. empres.*, São Paulo, v. 60, n. 6, p. 426-436, Dec. 2020. Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-75902020000600426&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75902020000600426&lng=en&nrm=iso)>. access on 05 May 2021. Epub Jan 11, 2021. <http://dx.doi.org/10.1590/s0034-759020200606>.

SANTAMARÍA, M. D., et al. Impacto psicológico del COVID-19 en una muestra de profesionales sanitarios españoles. *Ver. de psiquiatría y salud mental*, Barcelona, v.14, n. 2, p.106-112, Abril-Junho 2021. doi:<https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2020.05.004>. Acesso em: 13 mai. 2021

SANTOS, K. M. R., et al. Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. *Esc. Anna Nery*, Rio de Janeiro , v. 25, n. spe, e20200370, 2021 . Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-81452021000500201&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452021000500201&lng=en&nrm=iso)>. access on 14 May 2021. Epub Feb 03, 2021. <https://doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2020-0370>.

TORDERA, N., et al. La calidad del intercambio líder-miembro (LMX) y el clima psicológico: Un análisis longitudinal de sus relaciones recíprocas. *Psicologia*, Lisboa , v. 21, n. 1, p. 59-81, 2007 . Disponível em <[http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0874-20492007000100004&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-20492007000100004&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 05 maio 2021.