

## INTERVENÇÃO EDUCATIVA SOBRE SÍNDROME DE BURNOUT: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Michele Santos da Silva<sup>1</sup>, Antonia Juliana de Souza Sá<sup>2</sup>, Francisco Walisson de Araujo<sup>3</sup>,  
Iasmim Cunha Maranguape Araújo<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Faculdade Ieducare - FIED, (micheless263@gmail.com)

<sup>2</sup> Faculdade Ieducare - FIED, (juliannaaprendiz16@gmail.com)

<sup>3</sup> Faculdade Ieducare – FIED, (walissonaraujo54321@gmail.com)

<sup>4</sup> Docente da Faculdade Ieducare, (iasmimmaranguape@fied.edu.br)

### Resumo

**Objetivo:** Avaliar os conhecimentos de alunos de um curso técnico em enfermagem sobre a Síndrome de Burnout, através de uma intervenção educativa. **Método:** Trata-se de uma pesquisa com abordagem qualitativa e quantitativa, do tipo relato de experiência. O público alvo desta intervenção foram discentes do curso técnico de enfermagem da instituição de ensino CEFEP, onde participaram da ação 13 estudantes. Durante a intervenção foi aplicado um questionário antes e após a ação educativa, com intuito de avaliar a contribuição da ação realizada para os conhecimentos dos participantes. **Resultados:** Segundo questionário aplicado pós a ação, foi visto que, 100% da amostra responderam que sabiam do que se tratava a Síndrome de Burnout. Em relação a sua etiologia, prevenção e sintomas, percebeu-se que 100% dos discentes sabiam relatar sobre tais características da síndrome. **Considerações Finais:** Portanto, pode-se inferir que o trabalho foi de grande importância para os estudantes e para os participantes da ação, pois foi possível dialogar sobre as principais características acerca da Síndrome de Burnout e, despertar nos alunos o interesse de buscar mais atualização sobre a temática e conscientizar o máximo de pessoas possíveis sobre o crescimento do problema na população brasileira, especialmente técnicos de enfermagem, uma categoria onde há número grande de profissionais acometidos por essa disfunção.

**Palavras-chave:** Síndrome de Burnout; Enfermeiros; Sobrecarga.

**Área Temática:** Temas livres

**Modalidade:** Trabalho completo

O trabalho permite aos indivíduos alcançar riquezas e bens, como também satisfazer-se e desenvolver-se socialmente e pessoalmente. Porém, quando as condições de trabalho não são favoráveis ao seu exercício, pode representar uma ameaça aos trabalhadores, pois com o estresse do trabalho, a exaustão, o cansaço físico e emocional e a grande jornada de trabalho são fatores que podem levar ao esgotamento físico e mental do profissional (ROSENO, D.A.; CALVACANTI, J.R.L.P.; FREIRE, M.A.M., 2020).

A Síndrome de Burnout (SB) surge em indivíduos que lidam com o público, seja direto ou indiretamente, podendo causar sintomas como desgaste, exaustão emocional, cansaço e dificuldades em lidar com situações (BATISTA *et al.*, 2019). Nesse interim, profissionais que lidam diariamente com o público apresentam um risco maior de desenvolver a síndrome, visto que as características principais desta envolvem a despersonalização, exaustão emocional e os sentimentos reduzidos de realização profissional (PAIVA *et al.*, 2019).

Paiva *et al.* (2019), afirmam que os profissionais de saúde, especificamente o enfermeiro, lidam diariamente com situações de estresse e ansiedade, pois convivem com o sofrimento e a vulnerabilidade do próximo. Ademais, o trabalho que é voltado para o cuidado à saúde, cria vínculos afetivos entre profissional e o público, e devido ao fato desses trabalhadores lidarem comumente com situações de perda, devido ao processo de adoecimento de seus pacientes, ocorre em muitos casos destes se exaurirem emocionalmente e adoecerem em decorrência da carga de estresse advinda da profissão e assim aumentar a probabilidade de desenvolverem a SB (ROSENO, D.A; CALVACANTI, J.R.L.P; FREIRE, M. A.M. 2020).

De acordo com Simões (2020), os hospitais demandam do profissional de saúde total experiência clínica e responsabilidade que permita tomada de decisão custosa, pois realizam tarefas que envolvem o cuidado da vida de uma paciente. Partindo desse ponto, é imprescindível que o médico, enfermeiro e o técnico de enfermagem esteja fisicamente e emocionalmente bem. O autor ainda relata que profissionais de saúde em estado de exaustão física e emocional, estão mais expostos à ocorrência de acidentes e outros males relacionados ao cuidado em saúde e podem, ainda, realizar suas tarefas de forma ineficaz, provocando resultados indesejáveis ao paciente.

Os índices de acometimento da patologia por parte dos profissionais enfermeiros são significativos, visto que um estudo realizado por Sé *et al.* (2020), avaliou uma amostra e 105 profissionais enfermeiros do atendimento pré-hospitalar e tiveram como resultado uma

incidência de 81 (77,14%) participantes com indicativo de SB, 18 (17,14%) com tendência à síndrome e apenas 06 (5,72%) com ausência. É importante abordar também que não somente os profissionais já formados estão sujeitos a desenvolver a patologia, mas também os técnicos de enfermagem. Em estudo realizado por Freitas *et al.* (2020), realizado com 94 técnicos de enfermagem que atuam em Unidades de Terapia Intensiva (UTI) durante a pandemia da Covid-19, verificaram que houve prevalência da SB em 24 técnicos. Os autores ainda evidenciaram que a exaustão emocional e a despersonalização tem um nível alto de incidência, assim como a realização profissional, visto que 78 técnicos demonstraram este sentimento.

Nesse sentido, por consequência da síndrome, trabalhadores diagnosticados tendem a afastar-se da atividade laboral para dedicarem-se ao tratamento. Segundo Polonio e Padula (2020), a SB é uma das causas destacadas como fator de afastamento previdenciário, que ligada a ela, encontra-se outros associados ao local de serviço, como o baixo poder de decisão, a falta de suporte psicossocial, a ausência de apoio social, desvalorização, sobrecarga física e emocional e as relações interpessoais prejudicadas.

Nessa perspectiva, a segurança e o cuidado da saúde do paciente é indispensável em um ambiente que já é direcionado e tem por finalidade o cuidado em saúde. Em virtude disso, é necessário que as instituições, os empregadores e o próprio profissional estejam atentos aos sinais e sintomas da patologia, para que possam realizar o devido tratamento e evitar problemas relacionados a assistência da enfermagem e, dessa forma, manter a qualidade do atendimento. Diante disso, faz-se necessário saber: “quais os conhecimentos dos futuros profissionais técnicos de enfermagem acerca da Síndrome de Burnout? Para responder esse questionamento, o objetivo desse trabalho é avaliar os conhecimentos de alunos de um curso técnico em enfermagem sobre a Síndrome de Burnout, através uma intervenção educativa.

## 2 MÉTODO

Trata-se de um relato de experiência, realizada com os alunos do curso técnico de enfermagem da instituição de ensino CEFEP, empresa particular de formação técnica profissionalizante, ensino superior e demais categorias de cursos, localizada no município de Ubajara, no estado do Ceará. Quanto aos estudantes do curso técnico, público-alvo da ação, 13 estudantes estiveram presentes.

A ação aconteceu no dia 06 de novembro do ano de 2020, tendo início às 19:00 horas, com duração média de uma hora e meia. A intervenção aconteceu de forma online, por meio da plataforma digital do Google Meet, uma plataforma digital de vídeo chamada desenvolvido

Anteriormente foi disponibilizado a todos os alunos do curso um link de acesso a sala virtual da plataforma e posteriormente foi realizada uma apresentação oral, com o auxílio de slides. Durante a apresentação foi realizado uma intervenção de educação em saúde, acerca da Síndrome de Burnout, discorrendo sobre suas características, sintomas comumente apresentados e sobre as maneiras de evita-la.

No mais, antes de iniciar a apresentação propriamente dita, foi solicitado para que os participantes respondessem a um questionário, para assim avaliar os conhecimentos prévios deles a respeito do tema. Por fim, ao término da apresentação, foi solicitado mais uma vez aos estudantes que respondessem a um outro questionário, que serviu para verificar os conhecimentos adquiridos por eles depois da explanação do assunto, assim como também para avaliação de satisfação da intervenção.

Importante ressaltar que os questionários que foram enviados aos participantes e depois respondidos, foram disponibilizados através de um link, que dava acesso a uma plataforma digital online, denominada Google Forms, que tem como função o gerenciamento de pesquisas.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A totalidade de alunos que compareceram à intervenção correspondeu a 13 estudantes do curso técnico de enfermagem do município de Ubajara-CE, porém por motivos de interferências na internet apenas 09 conseguiram acompanhar com êxito a ação. Do total de alunos, 08 (88,9%) eram do sexo feminino e apenas 01 (11%) era do sexo masculino. A idade média dos participantes era de aproximadamente 25,55, sendo a idade mínima 15 anos e a máxima de 41 anos.

Os dados supracitados assemelham-se com os de Nunes *et al.* (2019), onde em sua pesquisa com 165 estudantes do curso técnico em enfermagem, identificou que 89,7% dos estudantes eram do sexo feminino, com idade média de 33,1 anos, sendo a idade mínima e máxima de 18 e 51 anos, respectivamente.

Sobre o questionário aplicado pré-intervenção, para avaliar o nível de conhecimentos prévio dos alunos, pode-se observar que apenas 02 (22,2%) destes tinham conhecimento sobre o que era a SB e sua etiologia, o que se configurava um alerta, tendo em vista que os técnicos em enfermagem são os profissionais mais acometidos por essa síndrome. Ademais, ao indagar-se sobre os modos de prevenção e os sintomas, as respostas, respectivamente, foram:

08 (88,9%) estudantes afirmarem saber e 04 (44,4%) afirmaram que a sintomatologia seria dor de cabeça, cansaço excessivo e fadiga, enquanto 05 (55,6%) não conhecia. O quadro 01 demonstra todos estes resultados.

Em contrapartida, um estudo realizado em Teresina (PI), no ano de 2019, analisou o conhecimento dos profissionais de enfermagem sobre a SB e evidenciou-se que dos 32 profissionais entrevistados, apenas 13 desconheciam a síndrome, bem como os fatores desencadeantes, os sintomas e suas consequências. Porém, deve-se considerar os resultados obtidos na presente pesquisa, já que esta foi realizada em estudantes da área da enfermagem e que o assunto em questão não faz parte da grade curricular dos discentes e tendo em vista que o conhecimento é também um processo de oportunidades (RIBEIRO *et al.*, 2019).

<b>Quadro 01: Nível de conhecimento prévio de alunos do curso técnico de enfermagem de Ubajara-CE sobre a Síndrome de Burnout-2020</b>		
	<b>Nível de conhecimento prévio</b>	<b>N (%)</b>
<b>Você sabe o que é a Síndrome de Burnout?</b>	Sim	(22,2)
	Não	(77,8)
<b>Você sabe o que causa a Síndrome de Burnout?</b>	Sim	(22,2)
	Não	(77,8)
<b>Você sabe como prevenir a Síndrome de Burnout?</b>	Sim	(11,1)
	Não	(88,9)
<b>Você sabe quais os sintomas da Síndrome de Burnout?</b>	Dor de cabeça, cansaço excessivo e fadiga	(44,4)
	Não	(55,6)

Em relação ao questionário aplicado pós-intervenção, apenas 06 alunos conseguiram responder, pois a interferência na internet impossibilitou 03 estudantes que conseguiram de início acompanhar a palestra, a continuarem até o término da ação. Foram abordadas no questionário as mesmas perguntas do questionário anterior somadas a outras de caráter de opinião, para que fosse possível fazer uma comparação sobre os conhecimentos prévios e os conhecimentos adquiridos a partir da palestra.

Nessa perspectiva, foi possível observar que a realização do estudo proposto foi muito satisfatória, visto que todos os estudantes responderam saber do que se tratava a SB, assim como sua etiologia, prevenção e sintomatologia, após a ação.

Sob essa óptica, ressalta-se a importância da realização de ações extensionistas, visto os benefícios que estas trazem tanto para a formação acadêmica dos estudantes pesquisadores, devido a aproximação deles com a comunidade, como também para o público-alvo, onde analisa-se a contribuição da intervenção para formação em saúde, após um trabalho de caráter

de ensino e serviço à comunidade (SANTOS, *et al*, 2017). Concomitantemente, Fernandes *et al*. (2016), também colocam que as ações extensionistas de promoção a saúde beneficiam todo um coletivo (discentes e comunidade)

<b>Quadro 02: Nível de conhecimento prévio de alunos do curso técnico de enfermagem de Ubajara-CE sobre a Síndrome de Burnout</b>		
	<b>Conhecimentos pós-intervenção</b>	<b>%</b>
<b>Você sabe o que é a Síndrome de Burnout?</b>	Sim	100,0
	Não	0
<b>Você sabe o que causa a Síndrome de Burnout?</b>	Sim	100,0
	Não	0
<b>Você sabe como prevenir a Síndrome de Burnout?</b>	Sim	100,0
	Não	0
<b>Você sabe quais os sintomas da Síndrome de Burnout?</b>	Dor de cabeça, cansaço excessivo, fadiga, etc	100,0
	Não	0

No mais, o questionário final também consistia de perguntas de caráter de opinião, estas foram importantes para fazer um levantamento sobre a qualidade da apresentação do tema, como também da relevância do assunto para os futuros profissionais da enfermagem. Nesse sentido, segundo eles, foi constatado que a intervenção apresentou-se bastante esclarecedora e de muita contribuição para seus conhecimentos, tendo em vista a prevalência e o impacto que a SB causa à categoria profissional dos discentes em questão.

#### **4 CONCLUSÃO**

Portanto, pode-se inferir que a ação foi de grande importância para os acadêmicos e para os demais discentes, público-alvo da ação, pois foi possível repassar a eles informações no que diz respeito à SB e despertar neles o interesse em atentar-se mais sobre a temática, além de conscientizá-los sobre a importância do problema à população brasileira.

Ademais, de acordo com os dados obtidos na análise das respostas dos participantes através dos formulários, foi possível observar que o objetivo da ação foi cumprido com êxito, em virtude dos 100% de acertos no segundo questionário aplicado. Sobre isso, vale ressaltar o quanto importante é a discussão sobre um problema social em específico, como forma de disseminação de conhecimentos. Além disso, é preciso também, debater entre estudantes, profissionais e comunidade geral, sobre as possíveis patologias a qual estão expostos em seu ambiente de trabalho, ainda mais quando trata-se de saúde mental, que é tão desvalorizada, mas imprescindível o zelo por ela.

Diante disso, a importância da educação continuada para atualização dos conhecimentos sobre a saúde mental é de grande relevância, principalmente devido à existência de profissionais que não buscam atualização sobre os serviços de saúde no Brasil. Nessa relação, evidencia-se que é necessário um olhar mais amplo dos órgãos competentes de saúde aos trabalhadores, com a criação de programas que reduzam os riscos de trabalhadores a desenvolverem consequências mentais advindas do seu trabalho. Também seria de muito benefício que temas como o de autocuidado fossem mais abordados no ambiente de trabalho, para os colaboradores, e em sala de aulas para os futuros profissionais.

## REFERÊNCIAS

- BATISTA, K. O. *et al.* **Síndrome de burnout em enfermeiros: consequências na atividade profissional.** Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde, v. 1, n. 4, p. 61-65, 2019. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar>. Acesso em: 17 maio 2021.
- FERNANDES, L. S.; NITSCHKE, M. J. T.; GODOY, I. **Síndrome de burnout em profissionais de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva.** Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online, v. 9, n. 2, p. 551-557, 2017. Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/4199>. Acesso em: 16 maio 2021.
- FREITAS, R. F. *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, v. 70, n. 1, p. 12-20, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/3VtJMCNZFXp8JbqfWX7Xwz/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 17 de maio de 2021.
- NUNES, P. S. *et al.* **Qualidade de vida de estudantes do curso técnico em enfermagem.** Revista de Enfermagem UFPE on line, v. 13, 2019. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1051328>. Acesso em: 16 maio 2021.
- PAIVA, J. D. M. *et al.* **Fatores desencadeantes da síndrome de burnout em enfermeiros.** Revista de Enfermagem UFPE on line, Recife, v.13, n. 1, p. 483-490, jan. 2019. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1010352>. Acesso em: 17 maio 2021.
- POLONIO, M.; PADULA, M. P. C. **Causas de afastamento previdenciário por transtornos mentais nos trabalhadores de enfermagem: pesquisa bibliográfica.** Brazilian Journal of Health Review, Curitiba, v. 3, n. 5, p. 11938-11957, set./out. 2020. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/16314/13342>. Acesso em: 16 maio 2021.
- RIBEIRO, E. K. C. *et al.* **Conhecimento dos profissionais de enfermagem sobre a síndrome de Burnout.** Revista de Enfermagem UFPE on line, Recife, v. 13, n. 1, p. 416-423, fev. 2019. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1010200>. Acesso em 17 maio 2021.
- ROSENO, D. A.; CAVALCANTI, J. R. L. P.; FREIRE, M. A. M. **Caracterização da síndrome de burnout em enfermeiros em municípios do interior do Estado da Paraíba – Brasil.** Revista Ciências em Saúde, v. 10, n. 1, p. 23-30, 2020. Disponível em: [http://186.225.220.186:7474/ojs/index.php/rcsfmit\\_zero/article/view/877/525](http://186.225.220.186:7474/ojs/index.php/rcsfmit_zero/article/view/877/525). Acesso em: 17 maio 2021.

**doity.com.br/conais2021**

SANTOS, M. V. *et al.* **Extensão universitária como campo de mudanças na formação em Saúde.** Revista Ciência em Extensão, v. 13, n. 2, p. 8-19, 2017. Disponível em: [https://ojs.unesp.br/index.php/revista\\_proex/article/view/1494/1370](https://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/1494/1370). Acesso em: 16 maio 2021.

OLIVEIRA, R. F.; LIMA, G. G.; VILELA, G. S. **Incidência da Síndrome de Burnout nos Profissionais de Enfermagem: Uma Revisão Integrativa.** Revista de Enfermagem do Centro- Oeste Mineiro, v. 7, 2017. Disponível em:

<http://seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/1383/1579>. Acesso em: 17 maio 2021.

SIMÕES, J. **Síndrome de Burnout na Equipe de Enfermagem: Desafios e Perspectivas – Uma Revisão de Literatura.** Arquivos do Mudi, v. 24, n. 1, p. 133-144, 2020. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/ArqMudi/article/view/50051>. Acesso em: 17 maio 2021.

SÉ, A. C. S. *et al.* **Prevalência da síndrome de burnout em enfermeiros do atendimento pré-hospitalar.** Research, Society and Development, v. 9, n. 7, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/5265>. Acesso em: 17 maio 2021.

REBELO, P. **Iatrogenia na medicina do trabalho: mitos e verdade.** Revista Brasileira de medicina do trabalho. Revista Brasileira de Medicina do Trabalho, v. 17, p. 18-19, 2019. Disponível em: <http://www.rbmt.org.br/details/404/pt-BR/iatrogenia-na-medicina-do-trabalho--mitos-e-verdades>. Acesso em 20 maio 2021.