**Jornalismo e Saúde: Comunicando sobre Burnout**1

Filipe Silva2; Camila SILVA3; Bruna TOJAL4 Luiz FERRAZ4

1 GT 3 - Indústrias Midiáticas

2 Estudante de Graduação 9° semestre do Curso de Jornalismo do Instituto de Ciências Humanas, Comunicação e Arte (Ichca), da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), e-mail: [bruna.tojal@ichca.ufal.br](mailto:bruna.tojal@ichca.ufal.br).

3 Estudante de Graduação 9°semestre do Curso de Jornalismo do Instituto de Ciências Humanas, Comunicação e Arte (Ichca), da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), e-mail: CamilaGama5826@hotmail.com

4 Estudante de Graduação 9°semestre do Curso de Jornalismo do Instituto de Ciências Humanas, Comunicação e Arte (Ichca), da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), e-mail: [filipetenoriodasilva@gmail.com](mailto:filipetenoriodasilva@gmail.com).

5 Orientador do trabalho. Professor Adjunto do Curso de Jornalismo do Instituto de Ciências Humanas, Comunicação e Arte (Ichca), da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), e-mail: marcelo.robalinho@ichca.ufal.br.

**RESUMO**

A proliferação de fake news, especialmente evidente durante a pandemia de COVID-19, demonstra a necessidade urgente de uma comunicação responsável.Esse cenário exige dos profissionais de comunicação uma formação especializada e uma perspectiva crítica, particularmente na área de saúde, onde a comunicação deve ser precisa e informativa. Sobre a atuação da comunicação neste âmbito, Kucinski (2000) diz:

O jornalista que hoje cobre problemas de saúde não pode mais se limitar às categorias definidas pela prática médica dominante. Deve poder dialogar com essa prática médica a partir de uma postura crítica. Ao jornalista, por sua ética, cabe uma visão holística do processo saúde-doença, e a consciência do relativismo da prática médica dominante. Para isso, necessita de conhecimento e noções de filosofia da ciência (Kucinski, 2000, p. 183).

O presente artigo descreve a criação de um produto comunicacional sobre saúde, desenvolvido na disciplina "Jornalismo e Saúde" da UFAL no semestre 2023.2. A disciplina capacita alunos a integrar comunicação e jornalismo com questões de saúde, resultando na produção de um material focado na síndrome de burnout para aumentar a conscientização.

O texto aborda o burnout como uma doença ocupacional, enfatizando a comunicação responsável e a empatia na divulgação de informações de saúde. Discute a importância de campanhas de conscientização e o uso de plataformas digitais como Instagram e YouTube para atingir jovens adultos de 18 a 30 anos. A proposta visou tratar o burnout de forma leve e dinâmica, promovendo a prevenção de doenças mentais.

A síndrome de burnout é um distúrbio psicológico causado por condições de trabalho desgastantes e pressão constante, descrito pela primeira vez em 1974 por Hebert Freudenberger. O termo "burnout" significa "queimar por completo". Essa síndrome é associada a três dimensões principais: exaustão de energia, distanciamento mental do trabalho e redução da eficácia profissional, resultando em sintomas que afetam a saúde psicológica.

A metodologia incluiu a produção de uma série de vídeos para Instagram e YouTube, abordando aspectos da síndrome de burnout, que é caracterizada por exaustão, distanciamento mental e redução da eficácia profissional. O produto final consistiu em quatro vídeos: uma introdução ao burnout, uma explicação dos sintomas, orientações para buscar ajuda e exemplos visuais da síndrome. A escolha do tema foi fundamentada na necessidade de informar e engajar o público jovem, que é mais ativo nas redes sociais.

A produção de conteúdos sobre saúde mental, como uma série de vídeos, visa aumentar a conscientização e fornecer informações sobre prevenção e tratamento. A comunicação deve ser estratégica, direcionada a um público-alvo e veiculada em plataformas acessíveis. Profissionais de comunicação são essenciais para criar um conteúdo relevante e eficaz.

Fernandes (2017) afirma que a revolução digital tornou a comunicação no jornalismo mais distante e fria. No entanto, a série produzida demonstra que as mídias sociais podem aproximar a comunicação, permitindo uma conexão mais empática e clara entre jornalistas e público.

**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

ALBUQUERQUE, A. **A mídia como “Poder Moderador”: uma perspectiva comparada**. Trabalho apresentado no XVII Encontro da Compós. São Paulo, 3-6 jun. 2008.

ALMEIDA FILHO, N. **O que é saúde?** Rio de Janeiro: Ed. Fiocruz, 2011. Coleção Temas de Saúde.

ARAÚJO, I. S. de; ₢ARDOSO, J. M. **Comunicação e saúde**. Rio de Janeiro: Ed. Fiocruz, 2007. Coleção Temas de Saúde.

BARRETO, Aline S. et al. **Síndrome de burnout: sistemática de um problema**. Enfermagem Revista, Belo Horizonte, v. 16, n. 3, p. 276-296, 2012.

BORSOI, I.C.F. **“Da relação entre trabalho e saúde à relação entre trabalho e saúde mental”**. Fortaleza, 2007.

COMO o estresse afeta o cérebro? Médico alerta sobre danos do cortisol alto. **Estado de Minas**, Belo Horizonte, 30 out. 2023. Saúde. Disponível em: <https://www.em.com.br/app/noticia/saude-e-bem-viver/2023/10/30/interna\_bem\_viver,1584285/como-o-estresse-afeta-o-cerebro-medico-alerta-sobre-danos-do-cortisol-alto.shtml>. Acesso em: 21 jun. 2024.

FERNANDES, L. C. **Jornalismo de Peito Aberto: o Podcast Mamilos e a Empatia na Era da Convergência**, In: Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação, 40, Curitiba, 2017.

KUCINSKI. **Jornalismo, saúde e cidadania. Interface** - Comunic, Saúde, Educ., v. 6, p. 181-186, fev/2000.

OLIVEIRA, G. **“Saúde mental – tabus referentes aos transtornos mentais”**. Série Coepta N. 7-8 é ed. especial da Revista Internacional d’Humanitats 54-55 jan-ago 2022.

# PALMERIM, J. Síndrome de Burnout: Professor da UFF realiza estudos sobre a promoção de saúde nos ambientes de trabalho. Site da Universidade Federal Fluminense, Niterói, RJ, 11 abr. 2023. Notícias UFF. Disponível em: < https://www.uff.br/?q=noticias/11-04-2023/sindrome-de-burnout-professor-da-uff-realiza-estudos-sobre-promocao-de-saude-nos>. Acesso em: 28 mai. 2024.

PESQUISA aponta 83% dos profissionais de saúde com Síndrome de Burnout: ‘Desgastante’. **G1**, Rio de Janeiro, 6 set. 2020. Fantástico. Disponível em: <https://g1.globo.com/fantastico/noticia/2020/09/06/pesquisa-aponta-83percent-dos-profissionais-de-saude-com-sindrome-de-burnout-desgastante.ghtml>. Acesso em: 28 mai. 2024.

# SAÚDE mental: 1 a cada 4 pessoas sofre de Burnout no Brasil. Terra, São Paulo, 3 abr. 2023. Você. Disponível em: <https://www.terra.com.br/vida-e-estilo/saude-mental/saude-mental-1-a-cada-4-pessoas-sofre-de-burnout-no-brasil,1d2403e1a33ef167dee7e9e4892a9fa9m25r223e.html>. Acesso em: 28 mai. 2024.

SCYLIAR, M. História do Conceito de Saúde. **PHYSIS: Rev. Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, 17(1):29-41, 2007.

TABAKMAN, R. **A saúde na mídia: Medicina para jornalistas, jornalismo para médicos”,** Summus Editorial, São Paulo, 2013.

VAZ, P.; POMBO, M.; FANTINATO, M. O fator de risco na mídia. **Interface**, v. 11, n. 21, p. 145-63, jan/abr 2007.

VILAR, L. H. S.; DAMACENO, V. O.; COSTA, A. S. Síndrome de Burnout e atividade física em adolescentes no contexto da pandemia da Covid-19. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**. Umuarama. v. 26, n. 3, p. 1453-1466, set./dez. 2022.