

CONSEQUÊNCIAS FÍSICAS E PSICOLÓGICAS DECORRENTES DA SÍNDROME DE *BURNOUT* EM MOTORISTAS DO TRANSPORTE DA SAÚDE

PHYSICAL AND PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES RESULTING OF BURNOUT SYNDROME IN HEALTH TRANSPORT DRIVERS

Caroline Estéfani Zanin*
Amanda Saraiva Angonese**

RESUMO

A Síndrome de *Burnout* é a resposta ao estresse laboral crônico ao qual o profissional está submetido. Uma vez que tal acometimento vem mostrando-se cada vez mais prevalente e incidente, este trabalho teve como objetivo verificar quais as consequências físicas e psicológicas ocasionadas pela Síndrome de *Burnout*. A pesquisa é de abordagem qualitativa e de caráter descritivo. Participaram da investigação treze motoristas do transporte da saúde dos sete municípios que compõem a Agência de Desenvolvimento Regional de São Miguel do Oeste (SC), vitimados pela Síndrome de *Burnout*. Para responder ao objetivo da pesquisa foi aplicada uma entrevista semiestruturada, elaborada pelas autoras. Para análise das respostas foi utilizada a técnica de análise de conteúdo de Bardin. Os resultados apontaram como principais consequências físicas e psicológicas perturbações gastrointestinais como úlceras e gastrite, dores musculares e osteomusculares, distúrbios do sono, síndrome do pânico, ansiedade, depressão, irritabilidade, dificuldades ao respirar e problemas cardiovasculares.

PALAVRAS-CHAVE

Doenças do trabalho. *Burnout*.
Consequências. Saúde do Trabalhador.

ABSTRACT

Burnout Syndrome is the response to chronic work stress to which the professional is subjected. Since such involvement is becoming increasingly prevalent and incidental, this study aimed to verify the physical and psychological consequences caused by the Burnout Syndrome. It is a qualitative and descriptive research in nature. Thirteen Health Transport Drivers of seven cities that are part of the Regional Development Agency of São Miguel do Oeste/SC, victims of Burnout Syndrome, participated in the study. A semi-structured interview, elaborated by the authors, was used to answer the research objective. And the Bardin content analysis technique was used to analyze the responses. The results pointed out gastrointestinal disorders such as ulcers and gastritis, muscle and musculoskeletal pain, sleep disorders, panic syndrome, anxiety, depression, irritability, breathing difficulties and cardiovascular problems as the major physical and psychological consequences.

KEYWORDS

Work diseases. *Burnout*.
Consequences. Worker's health.

*Psicóloga. Pós-graduanda em Gestão Estratégica em Recursos Humanos pela Universidade do Oeste de Santa Catarina (Unoesc).

**Psicóloga. Mestranda em Biociências e Saúde pela Universidade do Oeste de Santa Catarina (Unoesc). Pós-graduação em Saúde Mental Coletiva e Avaliação Psicológica pela Unoesc. Especialista em Psicologia Hospitalar pelo Hospital de Clínicas de Porto Alegre/Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Professora do Curso de Psicologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina, Campus de São Miguel do Oeste.

Correspondência

E-mail: *zanin.caroline@hotmail.com | **amanda.angonese@unoesc.edu.br

INTRODUÇÃO

A Síndrome de *Burnout* ou Síndrome do Esgotamento Profissional é ocasionada pelo intenso estresse laboral, considerada uma das doenças psicossociais mais preocupantes nos dias atuais. Essa síndrome está relacionada a distúrbios mentais, emocionais e físicos, e tem como fator de risco a dinâmica da organização (PONTES, 2015). *Burnout* é uma síndrome caracterizada pelo esgotamento físico, psíquico e emocional, em decorrência de trabalho estressante e excessivo. É um quadro clínico resultante da má adaptação do homem ao seu trabalho (SILVA, 2014).

Burnout, em sua tradução, refere-se a algo que deixou de funcionar por exaustão, por total esgotamento de sua energia (BALLONE, 2014). O *Burnout* é definido por uma combinação de três fatores: exaustão emocional (depleção da energia emocional pela demanda excessiva de trabalho), despersonalização (senso de distância emocional dos pacientes ou do trabalho) e baixa realização pessoal (sensação de baixa autoestima e baixa eficácia no trabalho) (MCCRAY et al., 2008).

As condições de trabalho, com demasiada sobrecarga de trabalho, horas extras habituais, ritmo intenso, metas abusivas, trabalho penoso, dentre outros, atuam como agente patogênico para o desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*. A Síndrome pode ser entendida como decorrente da elevada carga de estresse no ambiente de trabalho, imposta ao trabalhador, levando-o a um sério quadro patológico, caracterizado, entre outros, pela perda da motivação, de interesse e de expectativas (GARCIA, 2014).

A Síndrome de *Burnout* é considerada um problema de saúde pública, visto que sua incidência tem aumentado significa-

tivamente nos últimos anos em diversos países, inclusive no Brasil. Manifesta-se com implicações na saúde física e mental do trabalhador, prejudicando a qualidade de vida no ambiente profissional (SILVA; DIAS; TEIXEIRA, 2012).

De acordo com Fonseca (2013), 70% dos trabalhadores brasileiros são afetados pelo estresse ocupacional e 30% do total estão vitimados pela Síndrome de *Burnout*.

O Ministério da Saúde a partir da Portaria nº 1.339, de 18 de novembro de 1999, instituiu a lista de Doenças Relacionadas ao Trabalho, e incluiu a Sensação de Estar Acabado (“Síndrome de *Burn-Out*”, “Síndrome do Esgotamento Profissional”) (Z73.0), nos transtornos mentais e do comportamento relacionados com o trabalho. Os agentes etiológicos ou fatores de risco de natureza ocupacional elencados foram o ritmo de trabalho penoso (CID10 Z56.3) e outras dificuldades físicas e mentais relacionadas com o trabalho (CID10 Z56.6) (BRASIL, 2001).

A ocorrência da Síndrome de *Burnout* tem sido descrita em diversas atividades profissionais, tais como: assistentes sociais, conselheiros, professores, enfermeiros, fonoaudiólogos, fisioterapeutas, médicos e dentistas, policiais e agentes penitenciários, recepcionistas, gerentes, e até mesmo em donas de casa, em estudantes e em desempregados. Hoje o *Burnout* já se estende a todos os profissionais que interagem de forma ativa com pessoas, prestando assistência às mesmas (BALLONE, 2014; WEBER; JAEKEL-REINHARD, 2000).

De acordo com Cobêro, Moreira e Fernandes (2012), os funcionários públicos da área de saúde estão, em seu cotidiano, em contato direto com a dor, o sofrimento e o adoecimento do outro, o que coloca o trabalhador em uma situação de predisposição a desenvolver desgaste emocio-

nal, físico e mental. De maneira geral, os profissionais de saúde cuidam das outras pessoas e deixam de cuidar de si mesmos, deixando-os mais vulneráveis.

Assim, considerando que as profissões de natureza assistencialista estão mais vulneráveis ao desencadeamento da Síndrome de *Burnout*, o público-alvo escolhido para esta pesquisa foram os motoristas do transporte da saúde. Mediante as informações referentes aos fatores desencadeantes da Síndrome de *Burnout* verificadas na literatura, a pesquisa teve como objetivo verificar quais as consequências físicas e psicológicas ocasionadas pela Síndrome de *Burnout* no público estabelecido.

MÉTODO

A pesquisa é de abordagem qualitativa e de caráter descritivo. Para tanto, foram convidados a participar da investigação treze motoristas do transporte da saúde, funcionários públicos. Os critérios de inclusão foram: 1) no momento da pesquisa, estar trabalhando como motorista do transporte da saúde dos sete municípios que compõem a Agência de Desenvolvimento Regional (ADR) de São Miguel do Oeste, sendo eles: Bandeirante, Barra Bonita, Belmonte, Descanso, Guaraciaba, Paraíso e São Miguel do Oeste; 2) ter diagnóstico prévio de Síndrome de *Burnout*.

Para a identificação das doenças ocasionadas pela síndrome, foram realizadas entrevistas semiestruturadas, com perguntas abertas, elaboradas pelos autores da pesquisa. Para análise das respostas foi utilizada a técnica de análise de conteúdo de Bardin (2009).

A importância dessa pesquisa se explicita também no cuidado e no rigor com que

se propõe a tratar dos sujeitos envolvidos. Sendo assim, inicialmente entrou-se em contato com os participantes por telefone, para que fosse agendada a entrevista, onde os mesmos foram esclarecidos sobre a temática de que trata a pesquisa, cabendo a eles a decisão de participar ou não. Todos tiveram acesso ao projeto, foram consultados previamente, e tiveram acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), em duas vias, sendo o mesmo assinado pelos participantes e pesquisadores.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra constituiu-se de treze motoristas do transporte da saúde, sendo estes vitimados pela Síndrome de *Burnout*. De acordo com Minardi (2010), o *Burnout* se apresenta como uma síndrome complexa que acarreta consequências muito variadas, atingindo a integridade físico-psicológica e comportamental do indivíduo.

Nesse eixo, verificou-se nas entrevistas quais as consequências físicas e psicológicas ocasionadas pela Síndrome de *Burnout*. As principais consequências mencionadas pelos entrevistados vitimados pelo *Burnout* foram perturbações gastrointestinais como úlceras e gastrite, dores musculares e osteomusculares, distúrbios do sono, síndrome do pânico, ansiedade, depressão, irritabilidade, dificuldades ao respirar e problemas cardiovasculares.

Esses dados vêm em concordância com outros estudos de revisão (ver CARVALHO, 2011; SILVEIRA et al., 2016) referentes as consequências da síndrome em profissionais da área assistencial e da saúde.

Conforme o Ministério da Saúde, o *Burnout* ocorre em diferentes graus de progresso, sendo que os participantes da pesquisa

se encontram principalmente no 3º grau, onde a capacidade ocupacional decresce e há o surgimento de doenças psicossomáticas (BRASIL, 2001). Benevides-Pereira (2008) complementa mencionando que entre as consequências da síndrome estão a negligência, o aumento de consumo de substâncias, comportamento de alto risco, paranoia e o suicídio. Essas características correspondem ao 4º grau de progresso da *Burnout*, conforme definição do Ministério da Saúde, sendo que dos motoristas do transporte da saúde que integraram o estudo, apenas um condiz com esta classificação (BRASIL, 2001).

De acordo com a literatura, o esgotamento físico e emocional, características da Síndrome de *Burnout*, é refletido em comportamentos como isolamento, mudanças de humor, irritabilidade, ansiedade, tristeza, dificuldade de concentração, sentimentos negativos, depressão, úlceras e síndrome. Ainda, o paciente que sofre com a doença pode sentir intensas dores de cabeça, enxaqueca, cansaço, sudorese, palpitação, pressão alta, dores musculares, insônia, crises de asma, pânico e distúrbios gastrointestinais, respiratórios e cardiovasculares (ESGOTAMENTO..., 2015; UNIDADE INTERMEDIÁRIA DE CRISE E APOIO A VIDA, 2016).

Lima (2016) apresenta como o trabalhador da saúde necessita envolver-se emocionalmente com os usuários do serviço que está prestando, uma vez que se espera dele o acolhimento, o estabelecimento de vínculo e uma oferta de cuidado e responsabilização pelo outro. Silva (2010) indica que há maiores indícios do desenvolvimento do *Burnout* em profissionais cuja atividade lhes exija maiores responsabilidades pela vida e/ou pelo desenvolvimento do outro.

Além disso, o trabalho dentro do Sistema Único de Saúde (SUS) ocorre em

rede, onde os motoristas do transporte de saúde, mesmo estando vinculados às Unidades Básicas de Saúde (UBS), estão a serviço da saúde como um todo, o que lhes leva a articular com todos os serviços ligados a grande rede de assistência ao cidadão, que é o SUS. Desenvolver um trabalho que demanda diferentes exigências, pressões e desafios, acaba por deixar o colaborador, no caso, os motoristas do transporte de saúde, mais propícios a desenvolver sentimentos de desmotivação, desvalorização e insatisfação profissional (LIMA, 2016).

Areias e Comandule (2006, p. 187), chamam a atenção para o fato de que a maior parte dos trabalhadores já “sofreu, sofre ou sofrerá situações de descontentamento, de desgaste emocional, de sentimento de injustiça e conflitos interpessoais na situação de trabalho”, e a maneira como cada trabalhador é afetado e lida com estas questões, varia de diferentes formas. Portanto, as mesmas condições de trabalho podem ser determinantes para algumas pessoas e indiferentes para outras quanto ao desenvolvimento de doenças, tais como a Síndrome de *Burnout*.

Ademais, os problemas de saúde mental relacionadas ao trabalho têm aumentado mundialmente, e o estresse laboral crônico representa um fator de risco para o desenvolvimento de doenças, em especial a Síndrome de *Burnout* (PONTES, 2015).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É evidente que o trabalho não é apenas uma fonte de satisfação e de status socioeconômico para o profissional, mas também pode ser considerada uma fonte de estresse, ao englobarmos as pressões envolvidas no cotidiano

da atividade laboral. O ser humano passou a ser visto nas últimas décadas como um ser integral e holístico, onde o corpo influencia na mente e esta, por sua vez, influencia no corpo. Este estudo possibilita verificar as consequências físicas e psicológicas ocasionadas pela Síndrome de *Burnout* em motoristas do transporte da saúde, sendo elas úlceras e gastrite, dores musculares e osteomusculares, distúrbios do sono, síndrome do pânico, ansiedade, depressão, irritabilidade, dificuldades ao respirar e problemas cardiovasculares.

Considerando os efeitos significativos e preocupantes da Síndrome de *Burnout* na vida do profissional por ela acometido, é imprescindível a adoção de medidas preventivas nas organizações. Concebendo o *Burnout* como uma das doenças psicossociais mais significativas e crescentes da sociedade nos últimos anos, é preciso maior investimento nas condições de trabalho dos servidores, divulgação de informações e estudos sobre a mesma a fim de evitar o surgimento de mais casos.

A prevenção também pode ser considerada uma ferramenta útil a ser utilizada. Pensar estratégias que abarquem o coletivo e a organização, para que *Burnout* deixe de ser visto como um problema de ordem individual. As características do trabalho devem ser pensadas de modo a não sobrecarregar o trabalhador ou prejudicar sua saúde física ou mental. Ainda, há que se pensar em intervenções no clima organizacional, nos programas de treinamento e aperfeiçoamento do colaborador, de modo a ofertar condições laborais que sejam atrativas e gratificantes ao profissional.

Os resultados apresentados devem ser analisados considerando-se algumas limitações do estudo, como: 1) amostra reduzida; 2) tempo do diagnóstico da síndrome não definido; e 3) entrevistas elaboradas pe-

las autoras. Entretanto, tais limitações não minimizam os resultados identificados.

Por fim, sugere-se maior atenção aos trabalhadores e inclusão de profissionais da saúde no contexto ocupacional, para fins de obtenção de diagnóstico e intervenção terapêutica. Deve-se lembrar de que, quem cuida deve ser cuidado, também. Portanto, deve haver atenção com o desenvolvimento pessoal e emocional, procurando implantar ações que potencializem a qualidade de vida e humanizem os locais de trabalho. A Síndrome de *Burnout* deve ser vista como uma doença, porém, não do indivíduo, mas do local onde ele atua. Ignorar os casos de *Burnout*, não acaba com a doença, mas torna-a uma enfermidade ainda mais grave.

Conflitos de interesse

Caroline Estéfani Zanin e Amanda Sarai-va Angonese, autoras do artigo, declaramos que não há nenhum conflito de interesse com o tema abordado e não há nenhum financiamento.

REFERÊNCIAS

- AREIAS, M. E. Q.; COMANDULE, A. Q. Qualidade de vida, estresse no trabalho e síndrome de *burnout*. In: VILARTA, R. et al. (Org.). **Qualidade de vida e fadiga institucional**. Campinas: IPES, 2006. p. 183-202.
- BALLONE, G. J. **Síndrome de burnout**. PsiqWeb. 2014. Disponível em: <<http://www.psiqweb.med.br/site/?area=NO/LerNoticia&idNoticia=70>>. Acesso em: 13 jun. 2017.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 2009.
- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador**. 3. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2008.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde**. Brasília, DF, 2001. (Série A. Normas e Manuais Técnicos, n. 214). Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/doencas_relacionadas_trabalho1.pdf>. Acesso em: 13 jun. 2017.

CARVALHO, C. G. Síndrome de Burnout e suas consequências nos profissionais da enfermagem. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, Três Corações, v. 9, n. 2, p. 200-210, jan./jul. 2011.

COBÊRO, C.; MOREIRA, W. G.; FERNANDES, L. A. Impacto da Síndrome de Burnout na qualidade de vida no trabalho dos colaboradores de um centro público de saúde. In: SIMPÓSIO DE EXCELÊNCIA EM GESTÃO E TECNOLOGIA, 9., 2012, Resende. **Anais eletrônicos...** Resende: AEDB, 2012. Disponível em: <<https://www.aedb.br/seget/arquivos/artigos12/21816105.pdf>>. Acesso em: 16 jun. 2017.

ESGOTAMENTO no trabalho pode causar síndrome do pânico e depressão. **Jornal R7**. São Paulo, 29 ago. 2015. Disponível em: <<http://noticias.r7.com/saude/esgotamento-no-trabalho-pode-causar-sindrome-do-panico-e-depressao-29082015>>. Acesso em: 13 jun. 2017.

FONSECA, R. T. M. da. **Saúde mental para e pelo trabalho**. In: FERREIRA, J. J. Saúde mental no trabalho: coletânea do Fórum de Saúde e Segurança no Trabalho do Estado de Goiás. Goiânia: Cir Gráfica, 2013.

GARCIA, G. F. B. **Meio ambiente do trabalho: direito, segurança e medicina do trabalho**. 4. ed. rev. e atual. Rio de Janeiro: Forense; São Paulo: Método, 2014.

LIMA, A. S. **Prevalência e fatores associados à Síndrome de Burnout nos profissionais da saúde da atenção primária de Juiz de Fora**. 2016. 90 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) – Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, 2016.

MCCRAY, L. W. et al. Resident physician burnout: is there hope? **Family Medicine**, Leawood, v. 40, n. 9, p. 626-632, out. 2008.

MINARDI, F. F. **Meio ambiente do trabalho: proteção jurídica à saúde mental**. Curitiba: Juruá, 2010.

PONTES, C. **Síndrome de burnout: uma doença relacionada ao trabalho**. Jusbrasil, 2015. Disponível em: <<https://advocaciapontes.jusbrasil.com.br/artigos/118679303/sindrome-de-burnout-uma-doenca-relacionada-ao-trabalho>>. Acesso em: 10 jun. 2017.

SILVA, J. F. C. **Estresse ocupacional e suas principais causas e consequências**. 2010. 44 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização) – Instituto a Vez do Mestre, Universidade Cândido Mendes, Rio de Janeiro, 2010.

SILVA, J. L. L. da; DIAS, A. C.; TEIXEIRA, L. R. Discussão sobre as causas da síndrome de burnout e suas implicações à saúde do profissional de enfermagem. **Aquichán**, Chía, v. 12, n. 2, p. 144-159, maio/ago. 2012.

SILVA, O. R. M. O estresse ocupacional e a síndrome de burnout em enfermeiros em um contexto capitalista pós-moderno. **Desafios: Revista Interdisciplinar da Universidade Federal do Tocantins**, v. 1, n. 2, p. 300-316, jul./dez. 2014. Disponível em: <<https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/desafios/article/view/791>>. Acesso em: 15 jun. 2017.

SILVEIRA, A. L. P. et al. Síndrome de burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais da saúde. **Revista Brasileira Medicina do Trabalho**, São Paulo, v. 14, n. 3, p. 275-284, 2016.

UNIDADE INTERMEDIÁRIA DE CRISE E APOIO A VIDA. **Síndrome de burnout: a doença do esgotamento profissional**. Curitiba, 2016. Disponível em: <<http://www.uniica.com.br/artigo/sindrome-de-burnout-a-doenca-do-esgotamento-profissional/>>. Acesso em: 13 jun. 2017.

WEBER, A.; JAEKEL-REINHARD, A. Burnout syndrome: a disease of modern societies? **Occupational Medicine**, Oxford, v. 50, n. 7, p. 512-517, set. 2000. Udam qui quis eicia dolupit volumquatur? Ollecte mporerum, illorem. Et mollend ictur, sa plicient ipsus cum restia quas sincili gnihit, omnimpe rcienis aut qui sapidellit, acia