



Síndrome de Burnout

**Prof^a. Dr^a. Ana Maria T. Benevides-
Pereira**

**Pontifícia Universidade Católica do
Paraná**

Importância do trabalho

- O trabalho não só está relacionado ao sustento,
- ele também está intrinsecamente relacionado à identidade individual,
- o que o reveste de uma importância ainda maior
- Desta forma, um transtorno nesta área é de grande relevância e se reflete em outros âmbitos.

- O trabalho não deve ser apenas um meio de sustento para garantir a sobrevivência,
- Ou um instrumento de poder,
- Mais uma fonte de prazer e realização pessoal

O que é burnout?

- Burn – queimar
- Out - exceder



- **O que é Burnout?**

Termo do idioma inglês que significa falta de atividade por esgotamento de energia

O que é burnout?

- É uma forma de defesa à cronificação do estresse **ocupacional**

Portanto, sempre se refere ao mundo do trabalho

- Distresse

Quando o indivíduo se cala e não expressa
seu sofrimento

Seu organismo fala por ele

Burnout

- *Exaustão emocional*
- *Desumanização*
- *Reduzida Realização Profissional*

Ocupações predisponentes

- Qualquer atividade pode vir a desencadear um processo de burnout,
- As ocupações cujas atividades estão dirigidas a pessoas e que envolvam contato muito próximo, preferentemente de cunho emocional, são tidas de maior risco ao burnout.

Alguns sintomas do burnout

- Irritabilidade/agressividade;
- Dores de cabeça;
- Dificuldade de concentração;
- Lapsos de memória;
- Dores musculares;
- Probls. Cardiocirculatórios;
- Immunodeficiência;
- Incapacidade de relaxar
- Disforia (depressão);
- Fadiga constante;
- Distúrbios sexuais;
- Gastrite, ulcera;
- Insonia;
- Labilidade emocional;
- Impaciência;
- Paranóia;
- Solidão;
- Suicídio;

Resultados no local de trabalho

“No trabalho, seus efeitos se fazem sentir principalmente nas constantes faltas por problemas de saúde, nos conflitos com a equipe e nas atitudes para com os usuários dos serviços ofertados, na rotatividade, bem como na deteriorização da qualidade e na queda da produtividade.”

Antecedentes - Desencadeadores

Trabalho

- Tipo de clientela
- Atividade por turnos
- Percepção de iniquidade
- Responsabilidade com baixa autonomia
- Contato com a dor e o sofrimento
- Trabalho por turnos

Facilitadores

- Assédio moral
- Clima laboral
- Sobrecarga
- Burocracia
- Normas conflitantes
- Ambigüidade de funções
- Dificuldade de ascensão, etc.

Características Pessoais

- Auto-exigência
- Perfeccionismo
- Idealismo
- Alta motivação
- Empatia

Ausência ou Reduzido Apoio Social

- dos colegas
- dos amigos
- da família

BURNOUT

Exaustão Emocional

- Transtornos Psicossomáticos
- Fadiga constante
- Desânimo
- Dificuldade de Atenção e Memória
- Depressão, suicídio, etc...

Desumanização

- Contato frio e impessoal
- Ironia, cinismo
- etc.

Reduzida Realização Pessoal

- Absentéismo
- Sentimento de ineficiência
- Insatisfação
- etc.

Conseqüências

Faltas constantes por problemas de saúde, redução da qualidade e produtividade, *turn-over*, conflitos na equipe de trabalho e/ou com os clientes, afastamentos e demissões...

(Benevides-Pereira, 2007)

Síndrome de Burnout

- Não consta do CID-10 ou do DSM-V
- No entanto, consta como doença do trabalho em nossas leis trabalhistas

- Decreto 3048/99:
 - Artigo II dos *Agentes Patogênicos causadores de Doenças Profissionais ou do Trabalho*
 - *Síndrome de Burnout* ou *Síndrome do Esgotamento Profissional*
 - causa o *Ritmo de trabalho penoso (Z56.3)*.

Apesar de muitos trabalhadores sofrerem de burnout e se afastarem do trabalho devido à síndrome,

Há uma subnotificação pois estes casos, em geral, são afastados/aposentados como casos de “estresse” ou “depressão”.

- Obrigada pela presença e a atenção!
- Contatos:

anamariabenevides@hotmail.com

ana.benevides@pucpr.br

