

SÍNDROME DE BURNOUT EM ESTUDANTES DA ÁREA DA SAÚDE

Camila Beraldo Negreiros¹

Camila Gomes Vieira¹

Mariana Santos Mota¹

Núrya Patielly Teixeira Oliveira¹

Stéphanie Cândida Abdala Gomes¹

Thayssa Faria Pinheiro Paixão²

Resumo

A Síndrome de Burnout caracteriza-se como uma patologia de ordem psicogênica decorrente do desgaste emocional, do sentimento de frustração associado ao de baixa realização pessoal e à descrença. Observa-se, assim, que essa doença tem tido uma alta incidência entre os estudantes da área da saúde, não só atrapalhando o progresso deles, como também impedindo-os de diversas formas de aproveitarem o curso em sua completude. Nesse sentido, a investigação quanto às causas desse problema torna-se de suma importância, visto que o impacto na qualidade de vida dos acometidos reflete em um desenvolvimento psicosocial negativo. Diante disso, o objetivo deste resumo é fazer uma revisão bibliográfica acerca da Síndrome de Burnout em universitários não só do curso de medicina, mas de toda área da saúde, correlacionando dados sociodemográficos e econômicos com os fatores estressantes, mostrando sua amplitude e gravidade. Para tanto, foram realizadas buscas em bases de dados online, a exemplo da Scielo, Pubmed e Google Acadêmico, de modo que apenas aqueles artigos que contemplavam os objetivos da pesquisa e cuja publicação fosse recente e bem qualificados foram selecionados. Na parte de resultados e discussões, percebe-se que, entre as dimensões componentes do questionário aplicado (MBI-SS), todos os artigos selecionados obtiveram seus maiores scores em Exaustão Emocional e os menores em Realização Profissional, descaracterizando a síndrome em pessoas com traços típicos da mesma. Portanto, torna-se visível a necessidade de mais pesquisas nessa área, de preferência com uma amostragem maior e abordagem longitudinal e atividades que previnam o desenvolvimento da SB em jovens estudantes.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout. Universitários. Saúde.

BURNOUT SYNDROME IN HEALTH AREA STUDENTS

Abstract

Burnout syndrome is characterized as a psychogenic pathology due to emotional exhaustion, the feeling of frustration associated with low personal fulfillment and disbelief. It is observed, therefore, that this disease has had a high incidence among the students of the health area, not only hindering their progress, but also impeding them in various ways to take advantage of the course in its completeness. In this sense, research on the causes of this problem becomes of paramount importance, since the impact on the quality of life of those affected reflects a negative psychosocial development. Therefore, the purpose of this summary is to make a literature review about Burnout Syndrome in university students not only in the medical school, but in all health areas, correlating sociodemographic and economic data with stressors, showing its amplitude and severity. To do so, we searched the databases online, such as Scielo, Pubmed and Google Scholar, so that only those articles that included the objectives of the research and whose publication was recent and well qualified were selected. In the part of results and discussions, it is noticed that, among the component dimensions of the applied questionnaire (MBI-SS), all selected articles obtained their highest scores in Emotional Exhaustion and the lowest in Professional Achievement, characterizing the syndrome in people with traits typical of it. Therefore, the need for further research in this area is apparent, preferably with a larger sampling and longitudinal approach and activities that prevent the development of SB in young students.

Keywords: Burnout Syndrome. College students. Cheers

Introdução

A Síndrome de Burnout (SB) é uma consequência da junção de três dimensões: Exaustão Emocional, descrita pela ausência ou carência de energia e uma sensação de esgotamento emocional, como o próprio termo “Burnout” se traduz; Despersonalização ou Descrença, entendida como um sentimento de ser um observador de sua própria vida, causando certa insensibilidade e indiferença ao responder às pessoas; além da Baixa Realização Profissional, que refere-se a uma redução dos sentimentos de competência em relação aos ganhos pessoais obtidos no trabalho com pessoas (MASLACH; JACKSON, 1981). Esse transtorno psicossocial afeta indivíduos que estão frequentemente em contato direto com outras pessoas, seja no trabalho, como professores e vendedores, ou em instituições educativas, como os estudantes da área da saúde, que passam grande parte de suas vidas acadêmicas com um grau de estresse muito elevado.

Nesse sentido, o olhar científico e midiático se volta cada vez mais para essa Síndrome, visto que ela têm crescido exponencialmente nos últimos anos e já representa 30% dos trabalhadores brasileiros, que, por conta disso, sofrem com o estresse ocupacional e seus efeitos (FONSECA, 2013). Como consequência, portanto, analisa-se graves alterações nesses indivíduos, sobretudo quanto à desregulação hormonal e endócrina, claramente perceptível quando se observa os níveis acentuados de cortisol e o estímulo quase que ininterrupto do Sistema Nervoso Simpático (VENTE et al, 2003).

A SB em profissionais da área da saúde é uma questão já consolidada em diferentes estudos (MASLACH et al, 2001), então, pode-se pensar, logicamente, que os estudantes dessa mesma área, como enfermeiros, médicos, farmacêuticos e bioquímicos, também são afetados, o que torna essa questão muito relevante e diferenciada (CARLOTTO, 2006). Isso porque os diversos fatores que predispõem essa patologia mental, como os sentimentos de raiva, frustração, medo, além da privação de sono e excessiva carga de trabalho (SMALL, 1981), estão muito presentes no cotidiano dos acadêmicos.

Além disso, há uma preocupação adicional em relação aos estudantes dessa esfera, pois eles assumem responsabilidades precoces frente ao cuidado à saúde e são diariamente desafiados quanto ao desenvolvimento de habilidades e saberes que o exercício das profissões exige. Isso porque nesses ofícios há pouca tolerância a erros, propiciando o aumento excessivo de estresse e ansiedade. (NAKAMURA et al, 2014)

Portanto, o objetivo deste resumo é fazer uma revisão bibliográfica acerca da Síndrome de Burnout em graduandos da área da saúde, destacando e correlacionando algumas variáveis sociodemográficas, acadêmicas e psicossociais como sexo, idade, além de fatores estressantes e as dimensões que a compõe (Exaustão emocional, despersonalização, baixa realização pessoal).

Metodologia

Trata-se de um resumo expandido, construído a partir da análise de cinco artigos, sendo eles de língua portuguesa ou inglesa, pesquisados no Google Acadêmico, no PubMed e na Scielo. Os descritores da saúde usados na busca foram: Síndrome de Burnout, estudantes, área da saúde. Os critérios de inclusão utilizados na seleção foram artigos originais na íntegra, publicados nos últimos três anos, em revistas com consideráveis fatores de impacto, que estivessem em língua inglesa ou portuguesa e que faziam referência à temática abordada. Os critérios de exclusão adotados foram artigos sem correlação entre a Síndrome de Burnout e as áreas biológicas e da saúde, além de artigos que se tratavam de revisões de literatura.

Resultados e discussão

Nos 5 artigos analisados, os resultados foram obtidos através da aplicação do questionário Maslach Burnout Inventory- Student Survey (MBI-SS) aos estudantes dos cursos de medicina, farmácia-bioquímica e enfermagem, visando identificar e relacionar os dados pessoais e sociodemográficos (sexo, estado civil, residência, faixa etária, religião, raça e trabalho), acadêmicos e os fatores estressantes.

Em relação aos dados, pode-se observar que houve uma prevalência majoritária do sexo feminino, embora ela não se apresente como uma causa direta da SB, assim como o estado civil e a residência (CHAGAS et al, 2016). Referente à faixa etária, a maioria dos artigos analisados constatam que quanto mais novo é o estudante, mais chances de apresentar sintomas que estão inseridos nessa abordagem caracterizando, assim, essa patologia. Essa tendência vai ao encontro às observações citadas em Carlotto et al (2006) que atribui os maiores níveis da SB em jovens, devido ao seu entendimento irreal sobre o que podem ou não fazer, sendo, portanto, frequentes as frustrações profissionais. Nesse contexto, pode-se salientar que a imaturidade emocional, a discrepancia entre expectativa realidade, a insegurança, a dificuldade de adaptação e a alta demanda de tempo para atividades acadêmicas justificam a prevalência dos mais jovens à síndrome, como visto por Mori et al (2012). Em relação aos indivíduos que possuem ocupação atual, foi observado um alto nível da SB. Isso porque o trabalho representa um fator adicional de estresse,

reduzindo ainda mais o tempo livre dos estudantes e agravando o índice de exaustão emocional (MAIA et al, 2012).

Acerca das variáveis acadêmicas, os estudos demonstraram que há uma hegemonia da síndrome em estudantes dos primeiros períodos, como relata Boni et al (2018), Oliveira et al (2015) e Chagas et al (2016). Assim, observa-se uma discrepância relativa aos estudos de Sanches et al (2017), que mostrou um maior nível da síndrome entre os acadêmicos de enfermagem do 7º e 8º período. Porém, há um viés nessa pesquisa, já que foi analisada uma amostragem pequena e restrita ao último ano.

Com relação aos principais fatores estressantes, a pesquisa de Boni et al (2018) revela que a privação de sono, a falta de otimismo, influência da religiosidade na rotina de estudos e contato com a família são mencionados como desencadeadores da síndrome de Burnout, apontada em respectivamente 66,4%, 65,5%, 68,1% dos participantes. Além disso, o desgaste emocional, atividades físicas, privação de sono, lazer, relação com colegas e a preocupação com o mercado de trabalho contribuem para a presença da SB nos estudantes.

É importante acrescentar, também, que, nos estudos de Chagas et al (2016) o pesado fardo físico e emocional apresentou um score médio de 4.62 em um parâmetro de 0 a 6, ficando no topo dos fatores estressantes, seguido pela quantidade excessiva de realização de provas e trabalhos, que tem o score médio de 4.56. Quanto à preocupação no âmbito profissional, a área médica se destoou das outras, haja vista que o seu score médio foi de 3.08, relativamente baixo quando comparado à área de enfermagem, que apresenta os maiores scores nesse constituinte da síndrome, como visto nos estudos de Sanches et al (2017), e aos demais cursos. Isso pode ser explicado pelo fato da carreira médica ainda ter grande prestígio social em detrimento dos outros ofícios do mercado atual. Ao explorar os artigos selecionados, embora não tenham tanto aflição quanto a sua ocupação no futuro, foi notório que essa mesma área apresenta as maiores taxas de ocorrência da SB, na pesquisa feita pelo Oliveira et al (2015) esses percentis ultrapassaram 25% da amostragem utilizada, demonstrando, dessa forma, grave predominância entre os estudantes de Medicina.

É válido ressaltar, ainda, que dentre as dimensões componentes do questionário aplicado (MBI-SS), todos os artigos selecionados obtiveram seus maiores scores em Exaustão Emocional e os menores em Realização Profissional. De acordo com o Ramom et al (2018), a Exaustão Emocional alcançou o maior percentil 70,9%, enquanto a Realização Profissional teve uma taxa de apenas 29,1% e a Descrença 56,3%. Nesse sentido, analisando os três fatores em conjunto, a

Síndrome foi detectada em 19,6% dos acadêmicos, porém, 35,4% apresentavam o risco elevado de desenvolvimento da SB. Isso significa que mesmo os que não foram englobados como portadores da síndrome, apresentavam fatores de risco que poderiam evoluir e vir a desenvolvê-la no futuro.

Nesse sentido, é essencial salientar, levando em consideração as três dimensões, que a satisfação com o aprendizado e com os ganhos intelectuais adquiridos durante o curso diminuíram o score de muitos indivíduos, o que descaracterizou a síndrome nos mesmos, embora eles tivessem traços típicos da SB, como sugerido no trabalho da Boni *et al* (2018).

Conclusão

As pesquisas analisadas ratificaram a ocorrência da Síndrome de Burnout em taxas variáveis em uma faixa entre 2,5 e 26%, sendo que as maiores foram entre os acadêmicos de medicina, devido, principalmente, à integralidade e extensão do curso, à quantidade de matérias e às inúmeras atividades extracurriculares.

Torna-se evidente a partir dessa análise, a necessidade de adentrar mais nessa problemática, realizando novas pesquisas, com uma amostragem maior e de preferência com uma abordagem longitudinal para se ter um melhor conhecimento sobre essa doença, já que ainda hoje, embora significativamente prevalente, é pouco explorada. Ademais, vale evidenciar que os alunos mais jovens, que como visto foram os que mais apresentaram a Síndrome de Burnout, precisam de mais suportes e atividades que os amparem e previnam o desenvolvimento dessa patologia.

Referências bibliográficas

- BONI, R.A.S. et al. Burnout among medical students during the first years of undergraduate school: Prevalence and associated factors. Plos One, mar. 2018.
- CARLOTTO, M.S. et al. Síndrome de Burnout em estudantes universitários da área da saúde. Porto Alegre, jan./abr. 2006.
- CHAGAS, M.K.S. et al. Ocorrência da Síndrome de Burnout em acadêmicos de medicina de instituição de ensino no interior de Minas Gerais: Revista de Medicina e Saúde de Brasília, Patos de Minas, set. 2016.
- FONSECA, R.T.M. Saúde Mental para e pelo Trabalho. Saúde mental no trabalho, 2013.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (1997). Conselho Nacional de Saúde. Diretrizes e normas para pesquisa envolvendo seres humanos. Brasília, 1997.

MORI, M.O. et al. Síndrome de Burnout e Desempenho Acadêmico de Estudantes de Medicina do Primeiro e Segundo Ano. Rev. Bras. Educ. Med. 2012; 36: 536-40.

OLIVEIRA, V.D. et al. Síndrome de Burnout em estudantes de Farmácia-Bioquímica: um estudo transversal. Revista Brasileira de Pesquisa em Saúde, Vitória, v. 4, n. 1, p.95-102, jan. 2015.

RAMOM, L.B.A. et al. Síndrome de Burnout em estudantes de medicina de universidade da Bahia. Revista Psicologia, Diversidade e Saúde, Salvador, v. 2, n. 7, p.267-276, jul. 2018.

SANCHES, G.F. et al Síndrome de Burnout entre os concluintes de graduação em enfermagem. Revista Enfermagem UFPE, Recife, 2017.

SMALL, G.W. House officer stress syndrome Psychosomatics, 1981.

VENTE, W.D. Physiological differences between Burnout patients and healthy controls: blood pressure, heart rate, and cortisol responses, 2003.