

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ
CEPPAD - CENTRO DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO EM
ADMINISTRAÇÃO

BRUNA RIBAS DE LIMA

SÍNDROME DE BURNOUT NO BRASIL: OS SINTOMAS E
ENFRENTAMENTOS.

CIDADE
2018

BRUNA RIBAS DE LIMA

SÍNDROME DE BURNOUT NO BRASIL: OS SINTOMAS E
ENFRENTAMENTOS.

Artigo apresentado à disciplina de Saúde Mental, Assédio e Relações Sindicais como requisito parcial à conclusão do Curso de MBA Gestão de Talentos e Comportamento Humano, Setor de Ciências Sociais e Aplicadas, Universidade Federal do Paraná.

Orientadora: Prof. Dra. Jane Mendes Ferreira.

CURITIBA

2018

Síndrome de Burnout no Brasil: Os sintomas e enfrentamentos.

Bruna Ribas de Lima

Resumo

A Síndrome de Burnout foi definida por Maslach e Jackson na década de 80 como um fenômeno psicossocial ligado à situação laboral que surge como estratégia defensiva contra a cronificação do estresse interpessoal, ela é composta por três dimensões, exaustão emocional, despersonalização, eficácia e realização profissional. Neste sentido, o objeto de estudo dessa pesquisa foi mapear e analisar as publicações brasileiras referente a Síndrome de Burnout, seus sintomas e enfrentamentos. Para tanto, procedeu-se à busca bibliográfica no Spell, um repositório de artigos científicos na área de Administração que reúne publicações sobre o tema voltadas à área de gestão, sem período definido, de estudos que continham “Síndrome de Burnout” ou “Burnout”. A contribuição deste artigo consiste em identificar os sintomas e os enfrentamentos levantados nas publicações como forma de conhecer e prevenir o avanço dessa síndrome que tem adoecido os trabalhadores. Por fim, o artigo encerra apontando a carência de estudos mais profundos sobre o tema e a importância de considerar que os conceitos e temas não podem se transportar de uma realidade a outra, pois os fenômenos sociais extraprofissionais devem ter suas próprias construções teóricas, como o uso dos pressupostos da Síndrome de Burnout em outros espaços relacionais.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout; Burnout; Gestão de Pessoas.

Abstract

Burnout Syndrome was defined by Maslach and Jackson in the 1980s as a psychosocial phenomenon linked to the work situation that emerges as a defensive strategy against interpersonal stress chronicity. It is composed of three dimensions, emotional exhaustion, depersonalization, effectiveness and professional achievement. The aim of this paper is analyze the Brazilian publications referring to Burnout Syndrome, its symptoms and confrontations. To do so, a bibliographic search was carried out at Spell, a repository of scientific articles in business which brings together publications on the subject. The contribution of this article is to identify the symptoms and the confrontations raised in the publications as a way of know and previct the advance of this syndrome that has sickened the workers. Finally, the article ends by pointing to the lack of deeper studies on the subject and the importance of considering that concepts and themes can not be transported from one reality to another, because the extra-professional social phenomena must have their own theoretical constructions, such as use of the assumptions of Burnout Syndrome in other relational spaces.

Key-words: Burnout Syndrome; Burnout; Human Resources.

1 INTRODUÇÃO

Atualmente o mundo do trabalho apresenta reestruturações em seu modo de produção exigindo mais e mais dos trabalhadores. Uma das consequências apontadas pela literatura (ANDRADE et al, 2012; ALMEIDA et al, 2011; SOUZA et al 2010) para este tipo de situação é a necessidade de adaptação constante para o trabalhador que deve apresentar competências tais como criatividade, flexibilidade, resiliência e qualificação constante.

Tais exigências, aliadas às facilidades tecnológicas que permitem a conexão em tempo real a todo momento, penetram na vida do trabalhador interferindo por vezes em suas relações pessoais e sociais. Isso tem gerado frustrações de todo o tipo em função da expectativa de desempenho superior gerada tanto pela empresa quanto pelo próprio trabalhador podendo levar à cronificação do estresse (BENEVIDES-PEREIRA, 2003; MASLASH e JACKSON, 1986).

O estresse crônico decorrente do trabalho vem sendo chamado de Síndrome de Burnout (SB) e se caracteriza por uma exposição prolongada a fatores de estresse e gera exaustão emocional e física (MASLASCH e JACKSON, 1986). O tema vem sendo estudado por pesquisadores na área de gestão de pessoas e tem sido reportado como um elemento que dificulta as relações pessoais e profissionais prejudicando a produtividade nas organizações (BRITO et al, 2016).

Estudos sobre a Síndrome de Burnout tem despertado o interesse de acadêmicos e se tornaram mais frequentes a partir de 2005. A produção anual do ano 2005 se comparado com o de 2017 aumentou 300 %, o que mostra que há interesse no tema por parte dos pesquisadores.

As pesquisas sobre o tema têm enfatizado a origem do Burnout, seus sintomas e como as pessoas e organizações têm enfrentado a síndrome. As pesquisas apresentam diversidade de objetivos e métodos e uma compilação dos avanços sobre o tema é necessário para indicar novos caminhos para as investigações. Dessa forma, o objetivo deste artigo é verificar o avanços teórico-práticos presentes na literatura sobre a Síndrome de Burnout até o momento.

A estrutura deste trabalho, em função de seus objetivos, será diferente daquela mais comum encontrada em artigos. Isso porque se trata de uma

pesquisa bibliográfica e os resultados podem substituir aquilo que é comumente chamado de referencial teórico. Sendo assim, se faz necessário apresentar primeiramente os procedimentos metodológicos.

2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Para alcançar o objetivo deste artigo foi empreendido uma pesquisa bibliográfica exploratória. Em acordo com Gil (2002) uma pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos. O material já elaborado permite, por sua vez, verificar informações e ter acesso ao conhecimento acumulado sobre o tema (GERHARDT e SILVEIRA, 2009).

Segundo Gimenez, Ferreira e Ramos (2017), na pesquisa bibliográfica, devem ser eleitos parâmetros para que se possa empreender a busca do material para a composição da pesquisa bibliográfica. Neste caso foram eleitos os parâmetros: fonte, linguístico e termos.

O parâmetro linguístico refere-se à escolha da língua em que as obras foram publicadas. No caso desta pesquisa, foi limitada à busca feita em língua portuguesa. A escolha se deu em função da Síndrome de Burnout poder ser considerado um fenômeno relacionado com o mundo do trabalho e este, por sua vez, pode ser entendido como socialmente situado e não pode ser dissociado das constituições simbólicas que estão presentes em determinada cultura. Dessa forma, limitar a pesquisa à língua portuguesa e aos artigos publicados no Brasil é uma opção válida e coerente. A escolha da língua portuguesa levou à seleção do repositório escolhido para a busca das produções que foi o Spell. Trata-se de um repositório de artigos científicos na área de Administração e reúne boa parte das publicações sobre o tema que estão voltadas especificamente à área de gestão.

Em relação aos termos, foi escolhida a palavra-chave: *Burnout*. O termo foi limitado considerando a especificidade do tema.

Em relação à fonte, foram delimitados que somente artigos de natureza científica fariam parte da pesquisa e que representem a produção nacional sobre o tema.

Em relação ao tempo, não foi feita qualquer tipo de delimitação. Dessa forma, fizeram parte do corpus de análise todos os artigos que surgiram na plataforma Spell independente de data de publicação.

A busca resultou em 28 artigos. Primeiramente foi feita uma leitura preliminar dos resumos para certificação de tratavam efetivamente do tema. Depois, foram todos lidos na íntegra e separadas as informações acerca de: objetivos, conceitos norteadores, sintomas e estratégias de enfrentamento.

Os resultados a partir da leitura dos 28 artigos, serão mostrados na próxima seção.

3 RESULTADOS

O tema Síndrome de Burnout não está restrito à área de Psicologia, que em geral, concentra as discussões sobre o trabalho e seus desdobramentos sociais e subjetivos. A quantidade de publicações encontradas em periódicos da área de Administração mostra que há interesse dos pesquisadores da área sobre o tema e que as investigações apresentam diversidade de públicos que estariam sujeitos a sofrer o estresse crônico no trabalho. Os autores que investigam o tema concordam (24 dos artigos investigados) que é necessário aprofundar o conhecimento sobre o tema já que a produção existente ainda não permitiu entender todos os nuances da exaustão por estresse associada ao trabalho.

Nos artigos pesquisados há consenso acerca da relevância do trabalho para a constituição da sociedade moderna com reflexos na esfera individual. Além disso, os autores tendem a ressaltar que o mundo do trabalho tem passado por alterações em seu contexto histórico decorrentes do desenvolvimento tecnológico alterando conseqüentemente a sociedade a economia e os modos de produção. Estes elementos geralmente figuram na introdução dos artigos publicados.

Pode se observar no Quadro 01 que a RECAP - Revista de Carreiras e Pessoas foi a que teve mais artigos publicados sobre o tema (3). Primeiramente, pode-se afirmar que tal achado é compatível com o escopo do periódico, voltado à gestão de pessoas, e dos profissionais que fazem parte do conselho editorial cujas pesquisas tem se concentrado nos temas ligados ao mundo do trabalho. No entanto, apesar de figurar com a maior parte das publicações, tal quantidade

não é indicativo que há periódicos especializados no tema já que há trabalhos publicados em 20 periódicos.

QUADRO 01: ARTIGOS PUBLICADOS SOBRE BURNOUT DISPONÍVEIS NA PLATAFORMA SPELL

Revista	Nr	Título do artigo
Revista de Carreiras e Pessoas	3	Síndrome de Burnout e o profissional contábil: Quando trabalhar se torna pesado.
		Percepções de saúde e a síndrome de Burnout – Aplicabilidade da MBI-GS.
		Síndrome de Burnout em operadores de teleatendimento: o caso de duas empresas de contact center em Fortaleza/CE.
Gestão & Regionalidade	2	A Síndrome de Burnout está associada ao trabalho dos auditores internos?
		Análise de correspondência entre a abordagem biopsicossocial e organizacional da QVT com as dimensões da síndrome de Burnout.
Revista de Administração Hospitalar e Inovação em Saúde	2	Software para prevenção de Burnout no uso de equipamentos médicos: Uma proposta para detecção de indícios de estresse em centros cirúrgicos e intensivos.
		Identificação dos níveis de Burnout em um hospital público e aplicação da escala MBI-GS.
Revista Gestão & Planejamento	2	Burnout: analisando a síndrome no ramo das indústrias alimentícias do Rio Grande do Norte.
		Estresse Ocupacional e Síndrome de Burnout: proposição de um Modelo Integrativo e Perspectivas de Pesquisa Junto a Docentes do Ensino Superior.
Revista Eletrônica do Mestrado Profissional em Administração da Universidade Potiguar	2	Saúde Mental x Síndrome de Burnout: reflexões teóricas.
		Inventário de Burnout de Oldenburg: a Influência do Gênero, Ocupação e Supervisão.
Revista de Administração FACES Journal	2	Síndrome de Burnout nas organizações públicas de saúde e os valores organizacionais.
		Stress, Burnout and Coping: um estudo realizado com psicólogos algarvios.

Revista de Administração Mackenzie	2	O papel das dimensões da justiça organizacional distributiva, processual, interpessoal e informacional na predição do Burnout.
		Síndrome de Burnout: relações com comprometimento afetivo entre gestores de organização estatal.
Revista Gestão & Tecnologia	1	Síndrome De Burnout: Um Estudo com Docentes em uma Universidade Pública do Maranhão.
Revista de Educação e Pesquisa em Contabilidade	1	A Síndrome de Burnout em estudantes de Ciências Contábeis de IES Privadas: pesquisa na cidade de São Paulo
Gestão & Conexões	1	Síndrome de Burnout: Estudo com Professores da Rede Pública da Cidade de Farroupilha no Rio Grande do Sul.
Revista Pretexto	1	Síndrome de Burnout em estudantes de pós-graduação: análise da influência da autoestima e relação orientador-orientando.
Revista de Administração IMED	1	Burnout e Justiça Organizacional: um estudo em servidores públicos federais.
Revista Pensamento Contemporâneo em Administração	1	A pós-graduação e a síndrome de Burnout: estudo com alunos de mestrado em administração.
Gestão.Org - Revista Eletrônica de Gestão Organizacional	1	Justiça organizacional, impactos no Burnout e o comprometimento dos trabalhadores.
Revista Ciências Administrativas	1	Estressado? Vá às compras! – A investigação da compra compulsiva como estratégia de enfrentamento de Burnout.
Revista ADM.MADE	1	Processos de Ensino-Aprendizagem e a Síndrome de Burnout: Reflexões sobre o Adoecimento dos Professores e suas Consequências Didáticas.
Organizações & Sociedade	1	Síndrome de Burnout e suporte social no trabalho: a percepção dos profissionais de enfermagem de hospitais públicos e privados.
Pensamento & Realidade	1	E a síndrome de Burnout nos trabalhadores de recursos humanos?
Revista Eletrônica Gestão e Serviços	1	Síndrome de Burnout em professores: um estudo comparativo na região do Grande ABC paulista.

Revista de Administração da UFSM	1	Abordagem Biopsicossocial e Síndrome de Burnout: em Busca da Associação dos Constructos.
----------------------------------	---	--

Fonte: A autora (2018)

Nota-se uma certa predominância para associar o tema a trabalhadores assistenciais. Dos 28 artigos publicados, 10 (dez) tratam trabalhadores envolvidos em áreas como atendimento à saúde e ensino. Isso é compatível com a origem dos trabalhos sobre o tema que datam de 1969 com o trabalho de Brendlay (Apud BENEVIDES-PEREIRA, 2002). Nele o autor alerta sobre o fenômeno que estaria acometendo estes tipos específicos de trabalhadores.

Conforme a literatura (SCHUSTER et al, 2014; ANDRADE et al, 2012; CORSO et al, 2012; MOURA et al, 2016) a Síndrome de Burnout pode ser identificada em diversos profissionais, mas principalmente nos trabalhadores que prestam assistência a outras pessoas, com atividades de auxílio, educação e serviço social. Esses trabalhadores estão mais vulneráveis, pois investem na relação interpessoal e dedicação ao cuidado de outras pessoas, inclusive com envolvimento afetivo com pessoas que se encontram em situações de sofrimento, favorecendo assim a incidência da síndrome nesses profissionais (ANDRADE et al, 2012).

Outra característica relevante sobre os trabalhos investigados é que existe a predominância do uso de escalas para a identificação da SB. A mais utilizado (20 artigos) é o Maslach Burnout Inventory - MBI. Trata-se de um instrumento desenvolvido e validado por Christina Maslach e Susan E. Jackson na década de 1980 (OLIVEIRA et al, 2014). Este instrumento de pesquisa possui três versões que servem para identificar a SB em grupos específicos de trabalhadores conforme pode ser visto no Quadro 02. Os fatores que compõem a escala são: exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal.

Três versões do Maslach Burnout Inventory	
MBI – HSS - Human Services Survey	Destina-se aos profissionais cujo trabalho tem caráter assistencial, serviços de saúde.
MBI – HSS - Inventário aos Profissionais dos Serviços Humanos	
MBI – ES - Educator's Survey	Direcionada aos trabalhadores do ensino, docentes.
MBI – ES - Inventário aos Profissionais Educadores	
MBI – GS - General Survey	Utilizado para identificar a síndrome em profissionais em todos os tipos de ocupações.
MBI – GS - Inventário aos Profissionais em Geral	

Fonte: Maslach; Jackson; Leiter, 1996

Outro instrumento mais utilizado nos artigos pesquisados depois do MBI para mensurar Síndrome de Burnout foi a escala denominada OLBI - Inventário de Burnout de Oldenburg desenvolvida originalmente em alemão pela Professora Doutora Evangelia Demerouti, em 1999, é uma escala descrita como alternativa ao MBI General Survey, pois investiga a síndrome numa população genérica. Esse instrumento possui duas dimensões a exaustão emocional que para avaliar os aspectos afetivos, físicos e cognitivos e o fator de Desligamento do Trabalho que investiga o comportamento do trabalhador em relação as suas atividades (SCHUSTER et al., 2015).

A preferência por instrumentos de pesquisa validados é um recurso válido para a pesquisa científica. Destaque para o trabalho de Schuster et al., (2014) que averiguou a existência de Burnout em níveis moderados para as dimensões de exaustão emocional e despersonalização ou cinismo e nível elevado para dimensão de ineficácia no trabalho. No entanto, verifica-se que, no conjunto de artigos selecionados, apenas nove trabalhos apresentaram resultado positivo para SB. Eles têm em comum o fato de que oito destes trabalhos utilizaram o instrumento Maslach Burnout Inventory - MBI para identificar a síndrome em trabalhadores.

Ao utilizar um instrumento validado, dispensa-se muitas etapas da construção do instrumento de pesquisa, mas, ao mesmo tempo, estabelece-se uma opção pela ideia ciência subjacente a esta escolha. O uso das escalas para medição de fenômenos envolve a atribuição de números às características do objeto investigado compatível com uma visão positivista de mundo. Assim, os fenômenos sociais passíveis de mensuração e estáveis ao longo do tempo. Sendo assim, ao optar por instrumentos de pesquisa de natureza quantitativa, a Síndrome de Burnout é considerada um fenômeno objetivo, externo ao sujeito e estável ao longo do tempo, dado que a escala foi criada na década de 1980 e vem sendo utilizada até os dias atuais. Fixar o fazer científico acerca da síndrome em uma única epistemologia, conforme afirma Faria (2013), não é recomendável sob pena de deixar passar outros modos de interpretação que revelem o fenômeno. Nesse sentido, os avanços na pesquisa que podem ser limitados se as pesquisas mostram que há trabalhadores com SB, mas não trazem as razões e as condições de sua ocorrência nos ambientes de trabalho e nem como ele é interpretado e subjetivado pelo trabalhador que passa por isso, como afeta a identidade entre outros elementos que podem ser interconectados com a síndrome.

O conceito mais utilizado para definir a Síndrome de Burnout é o de Maslach e Jackson em 1978. Isso é compatível com os achados de Carlotto (2002) que em 2002 já identificava a predominância do uso do conceito das autoras. Para elas, a síndrome é psicológica, ou seja, trata-se de uma resposta emocional decorrente da exposição prolongada a fatores estressores crônicos no ambiente do trabalho. Como consequência de tal exposição, indivíduos apresentam sentimento de esgotamento, exaustão emocional, despersonalização e falta de realização profissional. Esse conceito foi utilizado em 18 (dezoito) trabalhos, indicando que os autores que pesquisam sobre o tema concordam, em tese, com as dimensões que compõem o conceito conforme descritas no Quadro 03.

QUADRO 03: CONCEITOS ASSOCIADOS AOS CONSTRUTOS MAIS COMUNS DE BURNOUT

Dimensões	Conceito
Exaustão Emocional	Caracteriza-se pela sensação de estar sendo extremamente exigido nos seus recursos emocionais e físicos sem conseguir atender as expectativas, manifestando a sensação de esgotamento de recursos.
Despersonalização	Ocorre quando o componente relacional caracteriza-se por comportamentos negativos ou indiferentes as pessoas e aos aspectos do trabalho.
Eficácia / Realização Profissional	Refere-se a autoavaliação negativa e a redução das expectativas do indivíduo, trazendo consigo o sentimento de incompetência e insatisfação profissional.

Fonte: A autora (2018)

Destaca-se que há três artigos que tratam da Síndrome de Burnout em estudantes de graduação e pós-graduação (PELEIAS, GUIMARÃES, CHAN, CARLOTTO, 2017; SILVA, VIEIRA, 2015; SOUZA, TRIGUEIRO, ALMEIDA, OLIVEIRA, 2010). Pode-se afirmar a partir destes estudos que as pesquisas envolvendo a exaustão por estresse tem incorporado outras esferas cotidianas, como as relações familiares e as exigências por desempenho no âmbito acadêmico-estudantil, relações estas que não envolvem necessariamente o mundo do trabalho.

Apesar de parecer um avanço na literatura, a utilização do conceito da Síndrome de Burnout, e conseqüentemente seus fatores, para as investigações para além do mundo do trabalho não parecem devidamente justificadas. Isso porque o conceito de Burnout está ligado ao trabalho e seus condicionantes (CARLOTTO, 2002). Sendo assim, a exaustão associada a outras esferas e relações carece de lócus apropriado e de elaborações teóricas próprias. Isso porque a exaustão provocada por excessos de toda a ordem na vida acadêmica e da família parecem ter expressões subjetivas diferentes daquelas do mundo do trabalho, apresentando uma complexidade bem específica e pode ter seus próprios contornos teórico e metodológicos que podem ser dissimulados ou escondidos quando investigados sob outras lentes.

O conjunto de sintomas que aparecem nos artigos pesquisados para caracterizar a síndrome estão sintetizadas no Quadro 04 e estão divididos em quatro tipos: físicos, psíquicos, comportamentais e defensivos.

Os sintomas da Síndrome de Burnout aparecem quando o trabalhador já lançou mão de todos os métodos de enfrentamento conhecidos e o sofrimento do trabalhador, neste caso, pode culminar na exaustão emocional (OLIVEIRA et al., 2014).

Benevides Pereira, (2002) explica que uma pessoa acometida pela Síndrome de Burnout não necessariamente apresenta toda a sintomatologia descrita no Quadro 04, pois os sintomas manifestam se de acordo com fatores individuais, ambientais e da etapa que o trabalhador se encontra no processo da síndrome.

Os sintomas físicos são definidos como requisitos que causam mudanças na interação com o corpo dos indivíduos;

Os sintomas psíquicos são condições psicológicas, reações emocionais que afetam direta e indiretamente a saúde dos trabalhadores;

Os sintomas comportamentais alteram as atitudes dos profissionais que passam a demonstrar se agressivos, negativos, rígidos, estereotipados e inclinados a atividades de alto risco para si;

Os sintomas defensivos se manifestam como recurso as situações que o trabalhador enfrenta, ele se distancia afim de evitar o sentimento de frustração em relação aos outros e passa a demonstrar reações de ironia como forma de aliviar o mal-estar que o trabalho proporciona a ele (BENEVIDES PEREIRA, 2002).

Esse conjunto de sintomas podem facilmente ser confundidos como característicos dos estados de estresse, a diferença consiste nos fatores defensivos mais frequentemente apresentados nos processos de Burnout.

Indivíduos com esse quadro de sintomas também podem ser diagnosticados com depressão, pois tanto a depressão quanto Burnout apresentam indicativos de desânimo, mas diferem entre si quanto aos sentimentos de submissão, culpa e derrota, característicos da depressão enquanto que Burnout apresenta sentimentos de desapontamento e tristeza, processos desencadeados pelo trabalho (BENEVIDES PEREIRA, 2002).

QUADRO 04: SINTOMAS ASSOCIADOS AOS CONSTRUTOS MAIS COMUNS DE BURNOUT

Sintomas Desencadeados Pela Síndrome de Burnout			
Sintomas Físicos	Sintomas Psíquicos	Sintomas Comportamentais	Sintomas Defensivos
Excessivas dores de cabeça	Alterações de memória	Perda de iniciativa	Perda de interesse pelo trabalho
Enxaquecas	Falta de interesse nas pessoas	Irritabilidade	Tendência ao isolamento
Dores na cervical	Falta de interesse no ambiente	Hiperatividade	Sentimento de onipotência
Dores nas costas	Lentificação do pensamento	Gritos	Sentimento de impotência
Rigidez muscular	Sentimento de alienação	Verbalizar sem refletir	Absenteísmo
Cansaço constante e progressivo	Lentificação do pensamento	Teimosia	Ímpeto de abandonar o trabalho
DORT distúrbio osteomuscular relacionado ao trabalho	Sentimento de solidão	Inflexibilidade	Ironia
Mialgias	Incompreensão	Negligência	Cinismo
Distúrbios do sono	Angustia	Escrúpulo excessivo	Atenção seletiva
Imunodeficiências	Falta de atenção	Agressividade	Apatia
Infecções e alergias recorrentes	Falta de concentração	Hostilidade	Hostilização
Perturbações Gastrointestinais	Impaciência	Baixo rendimento no trabalho	Indiferença
Tremores	Desânimo	Desmotivação	Desumanização

Tonturas	Desesperança	Frustração	Insensibilidade.
Falta de apetite	Sentir se pressionado quanto ao tempo e a suficiência	Distanciamento afetivo	
Gastrite	Intransigência com atrasos	Incapacidade de relaxar	
Náuseas	Instabilidade emocional	Dificuldade na aceitação das mudanças	
Úlceras	Alterações de humor	Aumento no consumo de substâncias ilícitas	
Disfunções sexuais	Choro involuntário	Aumento no consumo de substâncias lícitas como café, fumo e tranquilizantes	
Sudorese excessiva	Depressão	Negação das emoções	
Transtornos cardiovasculares	Sentimento de frustração	Comportamento de alto risco	
Dores no peito	Impotência	Manifestações inconscientes de pôr fim a vida	
Palpitações, Taquicardia	Vitimia diante de situações superiores às capacidades	Suicídio	
Alterações no sistema respiratório	Baixa autoestima		
Falta de ar	Insegurança		
Taquipneia	Vulnerabilidade		

Resfriados constantes	Desconfiança		
Crises de asma	Paranoia		
Alterações menstruais			
Hipertensão			

Quadro de sintomas da Síndrome de Burnout com base no estudo dos artigos pesquisados.
Fonte: A autora (2018)

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Síndrome de Burnout foi definida por Maslach e Jackson (1981) como um fenômeno psicossocial ligado diretamente à situação laboral que surge como uma estratégia defensiva contra a cronificação do estresse interpessoal. Essa síndrome é composta por três dimensões, exaustão emocional, despersonalização, eficácia e realização profissional (PAIVA et al, 2015; JEUNON et al, 2017).

As pesquisas que indicam a mensuração sobre o estresse podem ser revistas, uma vez que depois de 30 anos do instrumento criado por Christina Maslach e Susan E. Jackson o contexto e as condições de trabalho têm se modificado e isso pode também influenciar na maneira como as pessoas se expressam sobre ele.

O tema Síndrome de Burnout não está restrito à área de Psicologia, que em geral, concentra as discussões sobre o trabalho e seus desdobramentos sociais e subjetivos. A quantidade de publicações encontradas em periódicos da área de Administração mostra que há uma tendência dos pesquisadores dessa área sobre o tema. A produção anual do ano 2005 se comparado com o de 2017 aumentou 300 %, demonstrando que há interesse crescente no estudo da SB por parte dos pesquisadores.

Os artigos pesquisados demonstram carência de estudos que vão além das mensurações dos níveis de exaustão, para entender o processo de origem da síndrome que acomete os trabalhadores de maneira lenta e gradual.

Observou-se que a SB está relacionada com fatores organizacionais em discrepância entre o que o trabalhador oferece e aquilo que ele recebe, como reconhecimento e produtividade, tornando subjetivas as possíveis respostas dessa relação. Foi possível verificar através dessa pesquisa algumas características em comum entre trabalhadores mais suscetíveis a SB, geralmente são profissionais altamente motivados, que reagem ao estresse laboral trabalhando ainda mais até entrarem em colapso, ou ainda trabalhadores competitivos e perfeccionistas. (ALMEIDA et al, 2011; PAIVA et al, 2015).

A sintomatologia que além dos sintomas ligados à depressão, como manifestações psíquicas, comportamentais e defensivas há também sintomas físicos, com reações que ocasionam mudanças na interação com o corpo dos indivíduos. (BENEVIDES PEREIRA, 2002).

Por fim, há que se considerar que os conceitos e temas não podem ser simplesmente transportados de uma realidade para outra e que os fenômenos sociais que extrapolam o mundo do trabalho devem ter suas próprias construções teóricas, como é o caso do uso dos pressupostos da Síndrome de Burnout em outros espaços relacionais.

REFERÊNCIAS

FARIA, J.H. **Epistemologia, metodologia e teoria em estudos organizacionais e interdisciplinares**. NO PRELO, 2013.

CARLOTTO, M.S. A Síndrome de Burnout e o trabalho docente. **Psicologia em Estudo**, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan./jun. 2002. Disponível em: <http://www.abgo.com.br/site/index.php?option=com_content&view=article&id=376&Itemid=75>. Acesso em: 27 fev. 2014

BENEVIDES PEREIRA, A.M. **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002. Ebook. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?id=EMnnJklADqIC&printsec=frontcover&hl=pt-BR&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false>. Acesso em: 24 jun. 2018.

GIL, A.C. Como elaborar projetos de pesquisa. In: Como delinear uma pesquisa bibliográfica. 4 ed. São Paulo: Atlas, 2002. p. 59-63.

Gerhardt, T. E., & Silveira, D. T. (Orgs). (2009). Métodos de pesquisa. Porto Alegre: Editora da UFRGS

GIMENEZ, F.A.P.; FERREIRA, J.M.; RAMOS, S.C. Empreendedorismo Feminino no Brasil: Gênese e Formação de um Campo de Pesquisa. **Revista de Empreendedorismo e Gestão de Pequenas Empresas**, São Paulo, v. 6, n. 1 (2017). Disponível em: <<http://www.regepe.org.br/regepe/article/view/450>>. Acesso em 07 jun. 2018.

ANDRADE, T.; HOCK, R.E.E.; VIEIRA, K.M.; RODRIGUES, C.M.C. Síndrome de Burnout e suporte social no trabalho: a percepção dos profissionais de enfermagem de hospitais públicos e privados. **Organizações & Sociedade**, Salvador, v. 19, n. 61, p. 231-251, abril-junho, 2012. Disponível em: <<http://www.spell.org.br/documentos/ver/7427/sindrome-de-burnout-e-suporte-social-no-trabalho--a-percepcao-dos-profissionais-de-enfermagem-de-hospitais-publicos-e-privados->>>. Acesso em 19 ago. 2018.

ALMEIDA, C.V.; SILVA, C.; CENTURION, P.; CHIUZI, R.M. Síndrome de Burnout em professores: um estudo comparativo na região do Grande ABC paulista. **Revista Eletrônica Gestão e Serviços**, São Bernardo do Campo, v. 2, n. 1, p. 276-291, janeiro-junho, 2011. Disponível em: <<http://www.spell.org.br/documentos/ver/31208/sindrome-de-burnout-em-professores--um-estudo-comparativo-na-regiao-do-grande-abc-paulista->>>. Acesso em 08 set. 2018.

SOUZA, R.S.; TRIGUEIRO, R.P.C.; ALMEIDA, T.N.V.; OLIVEIRA. Pós-graduação e a síndrome de burnout: estudo com alunos de mestrado em administração. **Revista Pensamento Contemporâneo em Administração**,

Niterói, v. 4, n. 3, p. 12-21, setembro-dezembro, 2010. Disponível em: <<http://www.spell.org.br/documentos/ver/30905/a-pos-graduacao-e-a-sindrome-de-burnout--estudo-com-alunos-de-mestrado-em-administracao>>. Acesso em: 17 jul. 2018.

BRITO, L.C.; SILVA, H. A.; LOPES, L. F. D.; MOURA, G. L. Abordagem Biopsicossocial e Síndrome de Burnout: em Busca da Associação dos Constructos. **Revista de Administração da UFSM**, Santa Maria, v. 9, n. 3, p. 408-424, julho-setembro, 2016, Disponível em: <<http://www.spell.org.br/documentos/ver/42883/abordagem-biopsicossocial-e-sindrome-de-burnout--em-busca-da-associacao-dos-constructos>>. Acesso em: 11 julho 2018.

SCHUSTER, M.S.; BATTISTELLA, L.F.; DIAS, V.V.; GROHMANN, M. Z. Identificação dos níveis de Burnout em um hospital público e aplicação da escala MBI-GS . **Revista de Administração Hospitalar e Inovação em Saúde**, Belo Horizonte, v. 11, n. 4, p. 278-290, outubro-dezembro, 2014. Disponível em: <<http://www.spell.org.br/documentos/ver/31920/identificacao-dos-niveis-de-burnout-em-um-hospital-publico-e-aplicacao-da-escala-mbi-gs>>. Acesso em: 20 jul. 2018.

CORSO, K. B.; SANTOS, D. L.; FALLER, L. P. Síndrome de burnout nas organizações públicas de saúde e os valores organizacionais. **Revista de Administração FACES Journal**, Belo Horizonte, v. 11, n. 1, p. 88-107, janeiro-março, 2012. Disponível em: <file:///c:/users/bruna%20pc/desktop/ceppad/tcc/22%20curso_santos_faller_2012_sindrome-de-burnout-nas-organi_7249.pdf>. Acesso em: 01 ago. 2018.

MOURA, D.G.; PARDINI, D.J. Software para Prevenção de Burnout no Uso de Equipamentos Médicos: Uma Proposta para Detecção de Indícios de Estresse em Centros Cirúrgicos e Intensivos. **Revista de Administração Hospitalar e Inovação em Saúde**, Belo Horizonte, v. 13, n. 3, p. 84 -100, julho-setembro, 2016. Disponível em: <<http://www.spell.org.br/documentos/ver/44317/software-para-prevencao-de-burnout-no-uso-de-equipamentos-medicos--uma-proposta-para-deteccao-de-indicios-de-estresse-em-centros-cirurgicos-e-intensivos>>. Acesso em: 01 jul. 2018.

OLIVEIRA, H.C.; GURGEL, F.F.; COSTA, M.E.M.; AQUAR, W. A. Saúde Mental x Síndrome de Burnout: reflexões teóricas. **Revista Eletrônica do Mestrado Profissional em Administração da Universidade Potiguar**, Natal, v. 6, n. 2, p. 53-66, abril-setembro, 2014. Disponível em: <<http://www.spell.org.br/documentos/ver/32662/saude-mental-x-sindrome-de-burnout--reflexoes-teoricas>>. Acesso em: 22 jul. 2018.

SCHUSTER, M.S.; BATTISTELLA, L.F.; DIAS, V.V. Inventário de Burnout de Oldenburg: a Influência do Gênero, Ocupação e Supervisão. **Revista Eletrônica do Mestrado Profissional em Administração da Universidade Potiguar**, Natal, v. 8, n. 1, p. 9-18, junho-novembro, 2015. Disponível em: <<http://www.spell.org.br/documentos/ver/40790/inventario-de-burnout-de>>

[oldenburg--a-influencia-do-genero--ocupacao-e-supervisao->](#). Acesso em: 20 jul. 2018.

PAIVA, K. C. M.; GOMES, M.A.N.; HELAL, D. H. Estresse Ocupacional e Síndrome de Burnout: proposição de um Modelo Integrativo e Perspectivas de Pesquisa Junto a Docentes do Ensino Superior. **Revista Gestão & Planejamento**. Salvador, v. 16, n. 3, p. 285-309, setembro-dezembro, 2015. Disponível em: <<http://www.spell.org.br/documentos/ver/38876/estresse-ocupacional-e-sindrome-de-burnout--proposicao-de-um-modelo-integrativo-e-perspectivas-de-pesquisa-junto-a-docentes-do-ensino-superior>>. Acesso em: 18 jul. 2018.

JEUNON, E. E.; CORREA, L. A. S.; DUARTE, L.C.; GUIMARÃES, E. H. R. Síndrome De Burnout: Um Estudo com Docentes em uma Universidade Pública do Maranhão. **Revista Gestão & Tecnologia**. Pedro Leopoldo, v. 17, n. 2, p. 252-268, maio-agosto, 2017. Disponível em: <<http://www.spell.org.br/documentos/ver/46724/sindrome-de-burnout--um-estudo-com-docentes-em-uma-universidade-publica-do-maranhao>>. Acesso em 28 jun. 2018.

