

CONHECIMENTO DOS POLICIAIS MILITARES SOBRE A SÍNDROME DE BURNOUT

Julliany Karoliny da Silva Guedes¹;

Bruna Rafaella Carvalho Andrade²;

Deborah Pestana Lima Vieira³;

Mayra Sharlenne Moraes Araújo⁴;

Patrícia dos Santos Silva Queiroz⁵;

Valéria Pereira Lima⁶;

Catilena Silva Pereira Santana⁷;

Igor Rodrigues da Fonseca⁸;

Luciana do Socorro Lima da Silva⁹.

RESUMO: O estudo objetivou analisar o conhecimento dos militares da Síndrome de Burnout (SB). A metodologia foi baseada na abordagem quantitativa, exploratória e descritiva, utilizando-se de questionário. Os dados foram coletados no final de abril e no começo do mês de maio de 2020, a amostra do estudo foi constituída por 42 policiais militares lotados no 9º Batalhão de Araguatins-To. O estudo incluiu somente os policiais lotados na instituição que atenderam aos critérios de inclusão/exclusão. A pesquisa foi aprovada e autorizada pelo comitê de ética sob o parecer de número 3.689.565. A análise sobre conhecimentos sobre a síndrome de Burnout, identificou-se um percentual maior em relação ao desconhecimento da síndrome evidenciando o valor de (71,4%) para os que não conhecem comparados aos 54,8% que já ouviram falar. Assim, torna-se de indispensável sensibilizar não só a classe trabalhadora, mas, também, os empregadores, a refletirem sobre os riscos de desenvolvimento da SB e suas implicações no desempenho do trabalho.

PALAVRAS-CHAVE: Esgotamento profissional. Síndrome de Burnout. Policiais Militares.

KNOWLEDGE OF MILITARY POLICE OFFICERS ABOUT BURNOUT SYNDROME

ABSTRACT: The study aimed to analyze military personnel's knowledge of Burnout Syndrome (BS). The methodology was based on a quantitative, exploratory and descriptive approach, using a questionnaire. The data was collected at the end of April and at the beginning of May 2020, the study sample consisted of 42 military police officers assigned to the 9th Battalion of Araguatins-To. The study included only police officers assigned to the institution who met the inclusion/exclusion criteria. The research was approved and authorized by the ethics committee under opinion number 3,689,565. The analysis of knowledge about Burnout syndrome identified a higher percentage in relation to lack of knowledge about the syndrome, highlighting the value of (71.4%) for those who do not know compared to the 54.8% who have already heard about it. Therefore, it is essential to sensitize not only the working class, but also employers, to reflect on the risks of developing BS and its implications for work performance.

KEY-WORDS: Professional burnout. Burnout syndrome. Military Police.

INTRODUÇÃO

A síndrome de burnout ou síndrome do esgotamento profissional tem se desenvolvido em diversas áreas profissionais com prevalência principalmente nas profissões que tem um maior envolvimento com pessoas, como por exemplo, na área da saúde, educação, segurança e entre outras. A Síndrome é um distúrbio psíquico, emocional, estressante, sentimento de despersonalização, seu desenvolvimento provém, da sobrecarga mental, exaustão física, relacionada ao trabalho. Essa patologia foi definida pela primeira vez pelo psicanalista alemão Herbert J. Freudenberg (1970), ele delimitou o termo burnout como um estado de esgotamento mental e físico, que está intimamente ligado à vida profissional a um trabalho estressor e com elevada carga tensional ((FERRAZ et al., 2012; TRIGO et al., 2007).

Segundo Silva (2018) a negatividade da Síndrome de Burnout (SB), está relacionada à diminuição da satisfação do trabalhador, à ausência de empatia, à perda da produtividade, ao aumento do número de faltas no serviço e à desistência da profissão. Além disso, pode acarretar em repercussões sociofamiliares, abuso de substâncias, depressão ou mesmo ideação suicida. Em vista disso, esta pesquisa tem como objetivo adentrar a presença de sintomatologias que indicam o desenvolvimento ou características da síndrome de Burnout em docentes de uma universidade no estado do Tocantins.

METODOLOGIA

Tratou-se de um estudo de abordagem quantitativa, exploratória descritiva. Foi utilizado um questionário com questões fechadas que solicitava informações sociodemográficas e profissionais com elementos baseados no inventário Burnout de Maslach(MBI).

A coleta de dados ocorreu no final de Fevereiro e no começo do mês de Março de 2020, com os Policiais Militares do 9º Batalhão no município de Araguatins-To. A coleta de dados foi realizada pelos próprios pesquisadores, por meio de um questionário com elementos do MBI, nos quais foram disponibilizados aos participantes da pesquisa no início do expediente de trabalho e foram recolhidos conforme eles terminavam de responder. A amostra do estudo foi constituída por 42 policiais militares lotados no 9º Batalhão de Araguatins-TO.

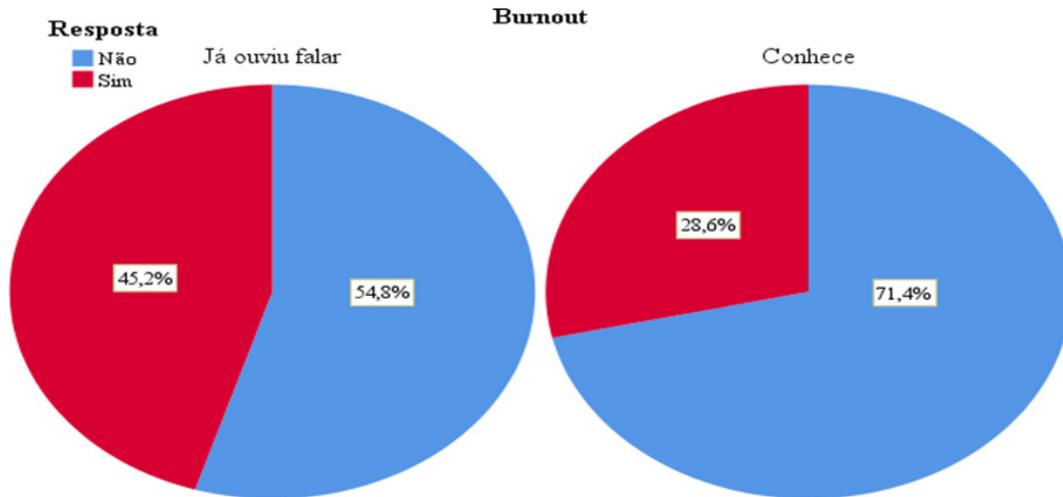
O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética pela Universidade Estadual do Tocantins – UNITINS. Número do parecer: 3.689.565 e sua execução e análise dos dados respeitaram as determinações éticas da Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

Os dados foram analisados com a utilização do pacote estatístico *Statistical Package of Social Sciences* (SPSS, 26,0). A distribuição da idade dos participantes foi descrita por meio de gráfico histograma demonstrando os valores de média e desvio padrão. A caracterização do perfil sociodemográfico, hábitos de vida foi feita por meio de frequência absoluta (n) e frequência relativa (%). A normalidade dos dados foi verificada por meio do teste de Shapiro-Wilk. A correlação de Spearman foi utilizada a fim de verificar a relação entre a idade com os escores de Burnout. A comparação das médias dos escores de Burnout com o perfil da amostra foi realizada aplicando-se os testes de Mann-Whitney e Kruskal- Wallis. O nível de significância adotado foi de 5% ($p < 0,05$).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No que se refere aos conhecimentos sobre a síndrome de Burnout, identificou-se um percentual maior em relação ao desconhecimento da síndrome evidenciando o valor de (71,4%) para os que não conhecem comparados aos 54,8% que já ouviram falar, conforme figura 2.

Figura 2. Gráfico de pizza caracterizando o conhecimento sobre a síndrome de Burnout.



Fonte: Dados da pesquisa, 2020.

A maioria da população estudada demonstrou uma falta de conhecimento sobre a patologia e vários outros estudos corroboram com estes achados. Dóro et al. (2018) realizou um estudo analisando o conhecimento de profissionais da saúde sobre a Síndrome de Burnout e chegou à conclusão de que seria necessário a melhoria do conhecimentos em relação à síndrome, para assim, buscar medidas de enfrentamento e prevenção.

É necessário conhecer a síndrome e os fatores relacionados a ela, não só por parte dos profissionais, mas, também, das instituições para que se possam traçar medidas prevenção e saiba reconhece-la de forma precoce para evitar futuros agravos.

A síndrome de Burnout ocorre devido a um esgotamento físico e mental que interfere na relação do profissional e seu ambiente de trabalho que passa a ser exaustivo e desanimador. É a resposta do estresse crônico, cujos sintomas são, entre outros, cefaleia intensa, dispneia, alteração de humor, dificuldade de concentração, problemas digestivos e outros, não sendo indiferente na carreira militar que possui diversos fatores desencadeantes do burnout.

A exposição constante aos sintomas da SB traz reflexos negativos na vida pessoal e no trabalho dos envolvidos, reduzindo a produtividade e qualidade de vida. Assim, conhecer a patologia e seus fatores agravantes contribui de forma significativa para a mudança no estilo de vida dos profissionais militares (ROLIM, 2013; CAMPOS, 2013).

A síndrome de burnout ou síndrome do esgotamento profissional é um distúrbio emocional causado principalmente, pelo excesso de trabalho, onde os principais sintomas são a exaustão extrema, esgotamento físico emocional, depressão profunda, sentimentos negativos, insônia, falta de apetite e o estresse prolongado (BRASIL, 2020).

A palavra burnout deriva do inglês “burn” quer dizer queima e “out” exterior. Descoberta no início da década de 70, por Herbert Freudenberger, um psicanalista que estudava o comportamento de profissionais que se sentiam derrotados e exaustos do trabalho, entrando em um estado de sofrimento que os levavam ao uso de drogas. Segundo seus estudos, a causa está relacionada às características individuais de cada trabalhador, sem levar em conta aspectos sociais (FREUDENBERGER, 1974).

Burnout tem sido motivo constante de preocupação para estudiosos da saúde do trabalhador, isso porque de acordo com as estimativas da Isma-BR (International Stress Management Association no Brasil) cerca de 30% dos mais de 100 milhões de trabalhadores brasileiros, sofrem com a Síndrome de Burnout e destes, 92% continuam no trabalho (SÁ, 2017).

Devido a sua repercussão e endemicidade na saúde do trabalhador a Síndrome de Burnout foi incluída na 11ª revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11), onde foi definida no capítulo de “Problemas Associados ao Emprego e Desemprego” como uma “síndrome conceituada como resultante do estresse crônico no local de trabalho que não foi gerenciado com sucesso” incluindo os fatores que interferem no estado de saúde ou contato com os serviços de saúde e possui características específicas (OPAS, 2019).

A inclusão da Síndrome de Burnout na lista da CID-11 é crucial para sua monitorização. Por meio dela é possível ter dados da incidência e prevalência da doença a nível mundial, sendo a mesma atrelada, definitivamente, às condições de trabalho (FRANCO ET AL., 2019).

O trabalho faz parte da natureza humana e ocupa uma boa parte do tempo dos indivíduos. A síndrome de burnout é o resultado da interação exagerada entre trabalho, profissional, colegas de trabalho e pressão familiar. O que deveria ser prazeroso passa a ser visto como um sacrifício, gerando sofrimento e adoecimento (PÊGO & PÊGO, 2016).

Apesar de muito confundida com o estresse, a síndrome de burnout apresenta conceitos diferentes em que se enquadra por atitudes de negatividade no que diz respeito aos usuários, enquanto o estresse é o desfalecimento pessoal, interferindo diretamente na vida da pessoa, e não necessariamente está relacionada à atividade laboral como na burnout (PÊGO & PÊGO, 2016).

Atualmente, o burnout é presente, principalmente, na vida de profissionais que lidam com o cuidar, que têm um contato direto com a comunidade, que zelam pela integridade físico do outro, que velam pela vida e que não se sentem confortáveis com sua profissão (MARTINS, 2019).

Para avaliar os diversos aspectos da síndrome de burnout em várias áreas trabalhistas, foi desenvolvido o método Maslach Burnout Inventory (MBI) que leva em conta a exaustão emocional (EE) que é o momento do contato com o sentimento de esgotamento, despersonalização (DE) onde há um distanciamento mental do trabalho,

surgindo sentimentos negativistas e a reduzida realização pessoal (RRP) onde a eficácia profissional não é alcançada. Este método é voltado, principalmente, para aqueles profissionais que tem contato direto com pessoas e está exposto a um estresse contínuo (MASLACH & JACKSON, 1981).

Percebe-se que o profissional acometido pela Síndrome de Burnout apresenta características específicas, como: desgaste físico e emocional, desinteresse pelo trabalho, faltade inovação, falta de criatividade e comprometimento com a profissão (FRANCO et al., 2019).

Observa-se que nesta síndrome o trabalhador perde o entrosamento com a atividade laboral, fazendo com que os resultados obtidos percam a importância e seus esforços sejam, aparentemente, inúteis. A prevalência desta síndrome relaciona-se às características ocupacionais, variando seu grau de acordo com cada profissão, sendo um processo gradual e cumulativo que leva em consideração a frequência e intensidade (MAYER, 2006).

CONCLUSÃO

Referente ao conhecimento sobre a Síndrome de Burnout maior percentual de pesquisados disseram que não a conheciam, e expressaram, em sua maioria, nível alto de despersonalização e exaustão emocional e baixo nível de satisfação profissional.

Diante do exposto, destaca-se que o objetivo do estudo foi alcançado, pois alguns dos participantes mostraram-se com sinais e sintomas, que associado às condições de trabalho, os tornam vulneráveis para desenvolvimento da Síndrome de Burnout.

Assim, torna-se de indispensável sensibilizar não só a classe trabalhadora, mas, também, os empregadores, a refletirem sobre os riscos de desenvolvimento da SB e suas implicações no desempenho do trabalho. Por meio desta pesquisa, os profissionais da saúde em geral e os gestores poderão refletir sobre o processo de adoecimento do trabalhador em seu local de trabalho, constatando a necessidade de identificar as manifestações clínicas da Síndrome de Burnout, a fim de minimizar através de estratégias de promoção, proteção à saúde do trabalhador e da recuperação dos trabalhadores já diagnosticados com sofrimento emocional.

REFERÊNCIAS

BRASIL, Ministério da Saúde. 2020. **Síndrome de Burnout: o que é, quais as causas, sintomas e como tratar**. Disponível em: <https://saude.gov.br/saude-de-a-z/saude-mental/sindrome-de-burnout>. Acesso em: 06/03/2020.

CAMPOS, I. C.M. **Fatores sociodemográficos e ocupacionais associados à síndrome de burnout em profissionais de enfermagem**. Dissertação apresentada ao Programa de Mestrado em Psicologia da Universidade Federal de São João del-Rei, como requisito

parcial para a obtenção do título de Mestre em Psicologia. São João del-Rei PPGPSI-UFSJ, 2013. 97f.

CASTRO, Maria Cristina; ROCHA, Ricelli; CRUZ, Roberto. Saúde mental do policial brasileiro: tendências teórico-metodológicas. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 20, n. 2, p. 525-541, 2019.

DÓRO, Maribel Pelaez et al. **Interrelação entre Qualidade de Vida, Resiliência e Síndrome de Burnout: estudo longitudinal com residentes multiprofissionais**. *Tempus Actas de Saúde Coletiva*, v. 12, n. 1, p. 83-100, 2018.

FREUDENBERGER, Herbert J. Staff burn-out. **Journal of social issues**, v. 30, n. 1, p. 159-165, 1974.

GERHADT, Tatiana Engel; SILVEIRA, Denise Tolfo. **Métodos de Pesquisa**. Porto Alegre: UFRGS. 2009. 120 p. 2017.

GIL, Antonio Carlos et al. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2007.

MARTINS ET AL., Síndrome de Burnout: a doença ocupacional e sua repercussão nos docentes. **Revista Saúde em Foco** – Edição nº 11 – Ano: 2019.

MASLACH, Christina; JACKSON, Susan E. The measurement of experienced burnout. **Journal of organizational behavior**, v. 2, n. 2, p. 99-113, 1981.

MAYER, Vânia Maria. **Síndrome de burnout e qualidade de vida em policiais militares de Campo Grande- MS**, 2006. 157 p. – Dissertação de Mestrado em Psicologia. Universidade Católica Dom Bosco (UCDB).

PÊGO, Francinara Pereira Lopes e; PÊGO, Delcir Rodrigues. Síndrome de Burnout. **Rev Bras Med Trab**. 2016;14(2):171-6. Belo Horizonte (MG), Brasil. DOI: 10.5327/Z1679-443520162215.

ROLIM. C. S.S. Estresse e síndrome de burnout em profissionais de enfermagem. **Rev. Bras. Pesq. Saúde**. v. 15, n.3, p. 103-113, Vitória, jul-set. 2013.

SÁ, Fabiane de. No limite-Burnout: mais próximo do setor da saúde do que se imagina. **Rev. 360 FEHOESP**. Edição 09 - MAIO de 2017. Disponível em : <http://www.ismabrasil.com.br/img/estresse105.pdf>. Acesso em: 10/04/2020.

SILVA, Ludmila Martins da. **Estresse na Profissão Contábil: Um Estudo na Região do Triângulo Mineiro**, maio de 2018.