

# FATORES ASSOCIADOS AO DESENVOLVIMENTO DE BURNOUT NO CONTEXTO PROFISSIONAL MÉDICO: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Giovanna Santana Mendonça<sup>1</sup>; Maria Clara Gadelha Lopes da Silva<sup>2</sup>; Myrele dos Santos Elouf Simão<sup>3</sup>; Gabriel Osmar Aguiar Ferreira<sup>4</sup>; Pedro Vinícius de Jesus Bertolino<sup>5</sup>; Maria das Graças Mendes Rodrigues<sup>6</sup>; Francisco Randerson Ribeiro de Sousa Guedes<sup>7</sup>.

<sup>1</sup>Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão (UEMASUL), Imperatriz, Maranhão.

<https://lattes.cnpq.br/8929815237707019>

<sup>2</sup>Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão (UEMASUL), Imperatriz, Maranhão.

<http://lattes.cnpq.br/3200754996259308>

<sup>3</sup>Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão (UEMASUL), Imperatriz, Maranhão.

<http://lattes.cnpq.br/4906186693015545>

<sup>4</sup>Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão (UEMASUL), Imperatriz, Maranhão.

<http://lattes.cnpq.br/2475532183256843>

<sup>5</sup>Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão (UEMASUL), Imperatriz, Maranhão.

<http://lattes.cnpq.br/2045822660232785>

<sup>6</sup>Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão (UEMASUL), Imperatriz, Maranhão.

<http://lattes.cnpq.br/9518412104113666>

<sup>7</sup>Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão (UEMASUL), Imperatriz, Maranhão.

<https://lattes.cnpq.br/8200837512588689>

**PALAVRAS-CHAVE:** Síndrome de esgotamento profissional. Aspectos. Âmbito da medicina.

**ÁREA TEMÁTICA:** Saúde ocupacional.

**DOI:** 10.47094/IICOLUBRASC.2024/RE/46

## INTRODUÇÃO

A síndrome de Burnout é definida como o esgotamento físico e psicológico, o qual deriva-se da exposição prolongada a uma série de fatores estressantes associados à rotina ou ao ambiente de trabalho (Christiansen *et al.*, 2024). O desenvolvimento da fadiga ocupacional não se dá de modo esquematizado, porquanto depende de diversos aspectos, principalmente os psicodinâmicos, ambientais e profissionais, intrinsecamente correlacionados ao indivíduo, de modo que os mesmos estímulos irão repercutir de diferentes maneiras a depender dos limites interpessoais de cada pessoa (Smith *et al.*, 2021).

Nessa perspectiva, o Burnout se manifesta como um espectro, cuja base reside na apresentação de 3 componentes: exaustão mental, redução do senso de realização pessoal e despersonalização. Assim, apesar de se apresentar de formas distintas de acordo com a individualidade, a síndrome de esgotamento psicofísico possui como pilares para diagnóstico a identificação desses 3 principais indicadores. Além dos sintomas descritos, a fadiga emocional, a irritabilidade ou tristeza extrema, o uso de substâncias estimulantes, ansiedade e depressão são alguns dos outros indicadores da síndrome do Burnout (Zhou *et al.*, 2020).

Dessa maneira, o ambiente laboral relacionado ao contexto médico, é definido como o mais propício para a aparição desse tipo de transtorno, pois, com frequência, não há uma recompensa efetiva atrelada às ações exercidas pelos profissionais, relação exemplificada pelo modelo ERI – effort-reward imbalance – que caracteriza o desbalanço entre o esforço ofertado e o ganho, manifestado no índice monetário ou na qualidade de vida (Christiansen *et al.*, 2024).

## **OBJETIVOS**

Elucidar os principais fatores associados ao desenvolvimento da síndrome de Burnout no contexto médico, bem como suas principais repercussões e métodos de controle.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão bibliográfica de literatura, realizada por meio de uma busca eletrônica online na base de dados da Scientific Electronic Library Online (SciELO) e da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), selecionando-se artigos da Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Utilizou-se os seguintes descritores indexados na plataforma Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Estresse”, “Burnout”, “Riscos Ocupacionais”, “Médicos”, através do operador booleano “AND”. Foram considerados como critérios de inclusão fontes atuais da literatura científica, entre os anos de 2019 e 2024, nos idiomas inglês e espanhol, disponíveis pagos e gratuitos, publicações cujo objetivo geral esteja diretamente relacionado ao desenvolvimento de burnout no contexto profissional médico. Quanto aos critérios de exclusão: artigos que não abordam a temática em questão. A partir desses critérios, foram selecionados: 1 artigo do Scielo e 7 artigos da BVS, resultando em um total de 8 referências bibliográficas para compor esta revisão.

## **FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

A síndrome de esgotamento profissional, conhecida como síndrome de Burnout, possui taxas altas entre profissionais médicos (Hardy *et al.*, 2019), e pode ter seu desenvolvimento relacionado a uma série de fatores, os quais podem ser divididos em:

fatores do sistema, de questões pessoais e do ambiente clínico. O primeiro refere-se às diferenças existentes nos serviços regionais e metropolitanos, como por exemplo, com a falta de acesso a serviços de saúde especializados e a outros médicos, a fim de melhorar e reduzir a carga horária de trabalho dos profissionais regionais, se comparados aos que atuam nas regiões metropolitanas. Os fatores pessoais, exemplarmente, são associados ao senso de responsabilidade da figura médica para com o cuidado dos seus pacientes, o que desafia as habilidades dos profissionais e pode levá-los a situações de incerteza dos diagnósticos ou tratamentos apropriados (Clough *et al.*, 2020).

Ademais, os fatores associados ao ambiente clínico são relacionados à carga de trabalho excessiva, ambiente de trabalho ruim, desequilíbrio entre a gestão de tempo e prazos designados para consultas (Clough *et al.*, 2020). Outrossim, médicos estagiários, especialmente, relatam problemas como a falta de apoio dos profissionais supervisores e formas de agressão no local de trabalho, tais como bullying e assédio sexual. Esses fatores contribuem fortemente para o estresse e esgotamento profissional enfrentados por muitos profissionais no contexto médico laboral (Zhou *et al.*, 2020).

Além disso, a repercussão da síndrome de burnout no contexto médico é outro aspecto importante na literatura, pois afeta tanto o profissional como o paciente e as consequências organizacionais, uma vez que afeta sua prática médica e reduz seu esforço laboral. Nesse contexto, observou-se que médicos com burnout tem maior pretensão ao abandono da carreira, o que origina um ciclo síndrômico, uma vez que aumenta a demanda laboral para outros médicos, e então, por ser um fator estressor, eles, por sua vez, terão maiores chances de desenvolver a síndrome em questão (Hardy *et al.*, 2019). Ademais, há relação diretamente proporcional entre as queixas de pacientes sobre os profissionais em avaliações de atendimentos e o espectro de burnout no mesmo. Dessa forma, os pacientes desses profissionais sentem-se inseguros para prosseguir o tratamento ou procedimento receitado, e tendem a abandoná-lo, ou seja, atinge a saúde da população atendida (Lieu *et al.*, 2020).

Por fim, constituem-se como perspectivas de melhora para essa problemática estratégias para a mitigação do estresse ocupacional, a partir da divisão de trabalho, e para promoção de realização profissional, por meio da eliminação de comportamentos perpetuados como práticas usuais, que corroboram para o desenvolvimento do burnout. A exemplo disso, tem-se o estresse emocional e verbal entre especialistas e residentes, que repetem a prática com residentes dos anos iniciais, que o fazem com internos de medicina, e assim por diante. Esse ciclo fomenta o ambiente hostil de estudo e trabalho da área, e reflete os maiores índices do burnout na área médica (Baker *et al.*, 2020). Enfim, programas que objetivam o desenvolvimento de soft skills, tais como comunicação e bom relacionamento da equipe, mostraram-se eficientes para redução do estresse em equipes médicas, e estimulam o desenvolvimento dessas habilidades desde a faculdade, e a transformação do ambiente de trabalho médico (Mao *et al.*, 2020).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A síndrome de burnout caracteriza-se como um espectro, cujos principais pilares são a exaustão mental, a redução do senso de realização pessoal e a despersonalização. Nesse contexto, dentre os principais fatores impulsionadores para seu desenvolvimento, tem-se os relacionados ao sistema, à pessoa e ao ambiente. O primeiro diz respeito à sistemática da saúde na qual os profissionais estão envolvidos, que sobrecarrega-os com o número de atendimentos. Em seguida, tem-se a associação pessoal de responsabilidade médica inflada, associada à sensação de infalibilidade perante os pacientes e consequente autocobrança. Por fim, o ambiente clínico também contribui para a problemática, uma vez que a alta demanda e a equipe multiprofissional associa ao médico responsabilidades exacerbadas, além do acúmulo estressor no profissional médico, que é levado desde a faculdade de medicina e especialização até somar-se aos outros fatores mencionados.

Diante disso, entende-se o porquê dos maiores índices de burnout serem em profissionais da área da saúde, e também como isso afeta a saúde do profissional, a qual tende à baixa qualidade pelos altos níveis de estresse. Assim, constatou-se que, a fim de mitigar esse cenário, estratégias de redução do estresse ocupacional, promoção de realização pessoal e desenvolvimento de soft skills são importantes agentes de mudança da associação do burnout à área médica.

## PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

BAKER, S; GLEASON, F; LOVASIK, B; SANDHU, G; CORTEZ, A; HILDRETH, A; COOPER, A; SIMMONS, J; DELMAN, K A; LINDEMAN, B. **Relationship between burnout and mistreatment: Who plays a role?** Association for Surgical Education, 2020.

CHRISTIANSEN, F; GYNNING, B E; LASHARI, A; JOHANSSON, G; BRULIN, E. **Associations between effort–reward imbalance and risk of burnout among Swedish physicians.** Occupational Medicine, v. 74, n. 5, p. 355–363, 2024.

CLOUGH B A, Ireland M J, Leane S, March S. **Stressors and protective factors among regional and metropolitan Australian medical doctors: A mixed methods investigation.** J Clin Psychol, p. 1–28, 2020.

HARDY, P; COSTEMALE-LACOSTE, J-F; TRICHARD, C; BUTLEN-DUCUING, F; DEVOGUE, I; CERBONESCHI, V; JACOB, E; BUFERNE, R; BENYAMINA, A; CANTERO, A; GRAVIER, V; GHANEM, T; GUÉRIN, A; MEIDINGER, A; BALEYTE, J-M; PELISSOLO, A; CORRUBLE, E. **Comparison of burnout, anxiety and depressive syndromes in hospital psychiatrists and other physicians: Results from the ESTEM study.** European Psychiatry, v. 55, p. 45-51, 2019.

LEE, YG; MAENG, CH; KIM, DY; KIM, BS. **Perspectives on Professional Burnout and Occupational Stress among Medical Oncologists: A Cross-sectional Survey by Korean Society for Medical Oncology (KSMO).** Cancer Research and Treatment, v. 52,

n. 4, p. 1002-1009, 2020.

LIEU, T A; AUSTRIA, A M; MELTZER, D O; MYERS, E R. **Clinical and economic outcomes of guideline adherence in surgical treatment for ovarian cancer.** Mayo Clinic Proceedings, Rochester, v. 95, n. 1, p. 29-37, 2020.

MAO, Y; HU, Y; FENG, Z; WANG, Ri; CHEN, X; ZHANG, W; YANG, G. **Job burnout and correlated factors of three-tiered public health workers:** A cross-sectional study in China. Journal of Public Health, v. 2020, p. 1-10.

SMITH, R; RAYBURN, W. **Burnout in Obstetricians-Gynecologists: Its Prevalence, Identification, Prevention, and Reversal.** Obstetrics and Gynecology Clinics of North America

v. 48, n. 1, p. 231-245, 2021.