

CIÊNCIAS DA SAÚDE: ATUALIZAÇÃO DE ÁREA

JANEIRO E
FEVEREIRO
DE 2023



LIVROS ACADÊMICOS
NÚCLEO DO CONHECIMENTO

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/1605

C569c

Ciências da Saúde: Atualização de Área - janeiro e fevereiro de 2023 [recurso eletrônico] / Organizadores Carla Viana Dendasck, [et al.]. – 1.ed. -- São Paulo: CPDT, 2023.

Vários autores

Formato: ePUB

Inclui bibliografia

ISBN: 978-65-85442-03-9

1. Ciências da Saúde 2. Atualização de Área 3. I. Dendasck, Carla Viana.

CDD: 610

CDU: 61

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/2076

EDITORAL

Diretor-Presidente

Profa. Dra. Carla Viana Dendasck

Organizadores

Carla Viana Dendasck

Anísio Francisco Soares

Cláudio Alberto Gellis de Mattos Dias

Débora Teixeira da Cruz

Marcia Rodrigues Dos Santos

Denilson Carlos Ferreira Lopes

Sabryna Brito Oliveira

Enrico Jardim Clemente Santos

Izael Oliveira Silva

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/2087

Fernanda Vicioni Marques

Paulo Cesar Gonçalves de Azevedo Filho

Darlan Tavares dos Santos

Mesa Editorial

Alfredo Cesar Antunes

Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG

Anísio Francisco Soares

Universidade Federal Rural de Pernambuco – UFRPE

Antonio Luiz da Silva

Fundação Centro Integrado de Apoio ao Portador de Deficiência –
FUNAD e Instituto dos Cegos da Paraíba – ICPAC – Adalgisa Cunha

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/2087

Claudio Alberto Gellis de Mattos Dias

Instituto Federal do Amapá – IFAP

Daniela da Silva Santos

Fundação Oswaldo Cruz – FIOCRUZ

Darlan Tavares dos Santos

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro – UNIRIO

Debora Teixeira da Cruz

Centro Universitário Unigran Capital – Campo Grande – MS

Denilson Carlos Ferreira Lopes

Academia da Força Aérea

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/2087

Eliane Silva e Silva

Fundação Centro de Hemoterapia e Hematologia do Estado do Pará –
Hemopa e Secretaria de Educação do Estado do Pará – SEDUC/PA

Elisandra Villela Gasparetto Sé

Empresa Almagora do Brasil e Grupo de Pesquisa COGITES do
Laboratório de Neurolinguística do Instituto de Estudos da Linguagem
da UNICAMP

Enrico Jardim Clemente Santos

CELLTROVET

Fabio Peron Carballo

Universidade do Estado de Minas Gerais – UEMG – Unidade
Divinópolis

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/2087

Fabio Rodrigo Ferreira Gomes

Centro Universitário Ítalo brasileiro e Universidade Municipal de São
Caetano do Sul – USCS

Felipe Camargo Munhoz

Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos – ITPAC

Fernanda Ribeiro Martins

Faculdade UNIS São Lourenço mantida pela Fundação de Ensino e
Pesquisa do Sul de Minas – FEPESMIG

Fernanda Vicioni Marques

Universidade de São Paulo, Faculdade de Odontologia de Ribeirão
Preto – FORP/USP

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/2087

Givanildo de Oliveira Santos

Secretaria Estadual de Educação do estado de Goiás, Instituto de
Capacitação Profissional – ICPsCursos e Centro Universitário
UniMauá

Guilherme de Andrade Ruela

Universidade Federal de Juiz de Fora – UFJF – Campus Avançado
Governador Valadares e Faculdade Presidente Antônio Carlos de
Governador Valadares

Inez Silva de Almeida

Universidade do Estado do Rio de Janeiro – UERJ

Izrael Oliveira Silva

Centro Educacional Pesquisa Robótica e Inovação-CEPRI/SEMED de
São Miguel dos Campos/AL e Secretaria Estadual de Educação de
Alagoas SEDUC/AL 2º GERE

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/2087

João Carlos Moreno de Azevedo

Universidade Veiga de Almeida-RJ – UVA

João Italo Fortaleza de Melo

Universidad San Sebastián – San Lorenzo – Paraguai – UASS

José Aderval Aragão

Universidade Federal de Sergipe – UFS

José Felipe Costa da Silva

Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN

Juliana Mara Flores Bicalho

Faculdade UNA

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/2087

Luiza Rayanna Amorim de Lima

Universidade de Pernambuco – UPE

Marcia Rodrigues dos Santos

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, UNIRIO, RJ

Maria do Rosário de Fátima Brandão de Amorim

Universidade Federal Rural de Pernambuco – UFRPE

Maria Luzinete Alves Vanzeler

Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT) – Departamento de Ciências Básicas em Saúde (DCBS) – Faculdade de Medicina (FM)

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/2087

Marina de Oliveira Cardoso Macedo

Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia. Programa de Engenharia de Materiais – Teresina e Universidade Estadual do Maranhão – Anexo de Saúde – Caxias -MA

Marina Matos de Moura Faíco

Centro universitário de Caratinga – UNEC e Fundação Educacional de Caratinga – FUNEC

Paulo Cesar Gonçalves de Azevedo Filho

Instituto Federal do Maranhão – IFMA

Patrick Rodrigues Fleury Cabral

Universidade de Cuiabá – UNIC

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/2087

Renato Araujo da Costa

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará

Rosane de Fatima Zanirato Lizarelli

Instituto de Física de São Carlos – USP

Sabryna Brito Oliveira

Universidade Federal de Minas Gerais – UFMG

Assistentes

Sara Stefanie de Oliveira

Ayla Beatriz Viana Lino Dendasck

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/2087

SUMÁRIO

1. ATUALIZAÇÃO EM EVIDÊNCIAS CIENTÍFICAS DE PROTOCOLOS FISIOTERÁPICOS PARA O TRATAMENTO DO TORCICOLO CONGÊNITO

*Fernanda Ribeiro Marins
Marcelo Limborço-Filho*

2. O ESTADO DA ARTE DA BIOFOTÔNICA

*Adriana Schapochnik
Karina Alexandra Batista da Silva Freitas
Karina Jullienne de Oliveira Souza
Rosimeire Fernandes da Matta
Sandra Batista da Costa
Rosane de Fátima Zanirato Lizarelli*

3. MALOCCLUSÃO UMA QUESTÃO DE SAÚDE PÚBLICA

*Priscila Pinto Brandão de Araújo
Carlos Eduarde Bezerra Pascoal
Diana Aparecida Athayde Fernandes
Fabiane Louly Baptista Santos Silva*

4. A TOXINA BOTULÍNICA TIPO A NO TRATAMENTO DAS LINHAS FACIAIS HIPERCINÉTICAS

Vicente Alberto Lima Bessa

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/2090

5. REFLEXÕES SOBRE OS IMPACTOS PSICO-SOCIAIS DA SÍNDROME DA IMUNODEFICIÊNCIA HUMANA ADQUIRIDA NA VIDA DOS PACIENTES

*Pedro Henrique Tostes Braga
Maria Bernardina Cupertino
Denise Monteiro da Silva
Sabryna Brito Oliveira*

6. PERFIL EPIDEMIOLÓGICO DOS CASOS DE SÍFILIS GESTACIONAL E SÍFILIS CONGÊNITA NO PERÍODO DE 2017 A 2021 NO ESTADO DE SÃO PAULO

*Stefane Santos de Jesus Pitanga
Larissa Santos Machado
Larissa Da Hora de Souza
Márcia Rodrigues dos Santos*

7. MODULAÇÃO ESTROGÊNICA DA DOR RELACIONADA À ENDOMÉTRIO

Marina Matos de Moura Faíco

8. CARACTERÍSTICAS DE PACIENTES OBSTÉTRICAS ADMITIDAS EM UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA

*Patrícia Saraiva Araújo
Priscila Ferreira Saraiva
Gilson Rogerio Becil de Oliveira
Jiovania Barbosa Maklouf de Oliveira*

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/2090

9. USO DO ANIS ESTRELADO COMO ANALGÉSICO E NOS TRANSTORNOS GÁSTRICOS EM ADULTOS E CRIANÇAS

*Maríllice Winckler de Oliveira
Larissa Alves de Oliveira
João Ítalo Fortaleza de Melo*

10. HÉRNIA DIAFRAGMÁTICA CONGÊNITA: UMA BREVE REVISÃO DA LITERATURA

*José Aderval Aragão
Matheus Jhonnata Santos Mota
Victor Petersen Dantas Moreno
Iapunira Catarina Sant'Anna Aragão
Felipe Matheus Sant'Anna Aragão
Bárbara Costa Lourenço
Vera Lúcia Correa Feitosa
Francisco Prado Reis*

11. SÍNDROME DE BURNOUT: SINTOMAS, MÉTODOS DIAGNÓSTICOS, ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO E TRATAMENTOS

*Maria Luzinete Alves Vanzeler
Laís Santana Gonçalves*

12. UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LIDERANÇA EM ENFERMAGEM NO BRASIL

*Marcia Rodrigues Dos Santos
Carla Ferreira Rodrigues Dias Barros
Luciana Pinheiro Barbosa da Silva*

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/2090

APRESENTAÇÃO

“Lembre-se que as pessoas podem tirar tudo de você, menos o seu conhecimento”. Iniciando com essa afirmação de Albert Einstein, convidamos a todos para expandir o próprio e levar ao colega um pouco mais desse bem tão precioso.

A Revista Núcleo do Conhecimento, por meio da Mesa Editorial Ciências da Saúde, permite que leigos, estudantes e profissionais tenham contato com o que há de mais recente em desenvolvimento de conhecimento científico nacional. As mentes que estão por trás de cada capítulo podem não serem reconhecidas na rua, e aqui cabe a nossa missão, expor ao país as pesquisas em desenvolvimento, para benefício maior sempre de nossa sociedade, e desenvolvimento como nação.

Dessa forma, nossa equipe trabalha arduamente para trazer a você, leitor, nosso compromisso com a expansão do conhecimento, para que isso se torne uma cultura frente a demais outras, atualizando-se com fontes de conhecimento confiáveis.

A leitura desse conteúdo contribui para o aprimoramento de seu capital intelectual, que são as informações e experiências obtidas por toda a vida por cada indivíduo. Então, aperta as fivelas da poltrona e aproveite o voo no conhecimento.

Com carinho e sabedoria, Profa.

Dra. Fernanda Vicioni Marques.

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/2092

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/2092

11. SÍNDROME DE BURNOUT: SINTOMAS, MÉTODOS DIAGNÓSTICOS, ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO E TRATAMENTOS

Maria Luzinete Alves Vanzeler 1
Laís Santana Gonçalves 2

DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/1778

INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, o progresso da tecnologia e as exigências individuais e do mercado de trabalho têm gerado um quadro de tensão, insegurança e estresse nos profissionais, os quais fazem diversos sacrifícios físicos e emocionais de modo a atender a essas exigências, o que afeta diretamente na sua saúde mental, qualidade de vida e rendimento na sua área de atuação. Nesse sentido, a Síndrome de Burnout (SB) é tida como uma resposta ao estresse crônico e, assim, reconhecida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como um problema de saúde pública por suas consequências não só para a saúde – adoecimento físico e psicológico –, mas também socioeconômicas – ausência do serviço, rotatividade dos profissionais e elevação de custos previdenciários (VIEIRA e RUSSO, 2019).

Considera-se a SB como uma condição psicossocial ligada diretamente à situação laboral em que o trabalhador busca a realização pessoal através do trabalho, uma vez que se trata de um conceito formado por três áreas relacionadas, mas independentes: extenuação e esgotamento emocional, despersonalização e diminuição da realização profissional. Tais áreas se apresentam de diferentes formas, como; falta

de energia, exaustão, esgotamento mental e físico; insensibilidade emocional; autoavaliação depreciativa, infelicidade e insatisfação profissional, dentre outros sinais e sintomas apresentados pelos trabalhadores (MORENO et al., 2018).

Atualmente, qualquer grupo ocupacional pode desenvolver a Síndrome de Burnout, porém, grande parte dos estudos tem foco nas profissões mais vulneráveis a doenças ocupacionais identificadas pela Organização Internacional do Trabalho (OIT), como os profissionais de saúde (SILVEIRA et al., 2016; TAWFIK et al., 2019). Além disso, em decorrência da pandemia pelo novo coronavírus, Sars-Cov-2, os profissionais de saúde tiveram suas cargas de trabalho elevadas, com enorme carga de tensão e insegurança devido às incertezas em relação a nova doença, a alta taxa de contaminação e mortalidade pelo vírus, distanciamento familiar, bem como condições de trabalho reduzidas – falta de suprimentos e EPIs. Tal situação, levou-os a quadros de estresse e ansiedade, o que impactou profundamente a saúde mental dos profissionais de saúde que estão na linha de frente no combate ao novo vírus (LAUNER, 2020).

Considerando o presente cenário de saúde no Brasil e os momentos vividos nos anos de 2020 e 2021, ápice da pandemia no país, objetiva-se, neste estudo, descrever os principais sintomas, métodos diagnósticos, estratégias de prevenção e tratamentos psicoterápicos e farmacológicos da Síndrome de Burnout.

DESENVOLVIMENTO

SINTOMAS

Um dos aspectos mais relevantes na constituição da identidade de um ser humano é o trabalho e suas relações, o qual propicia momentos de identificação com o exercício da função ao mesmo tempo que viabiliza as interações sociais. Logo, o trabalho constitui-se como elemento central para a qualidade de vida do ser humano, pois permite a aquisição de prazer e realização pessoal, sendo uma condição essencial da vida humana. Assim, o trabalho não proporciona apenas os meios materiais para viver, mas também realização pessoal e fortalecimento de vínculos sociais (SILVA et al., 2015; ALVES, 2013; MARKUS e LISBOA, 2015).

Nesse contexto, a Síndrome de Burnout (SB) surge como um fenômeno psicossocial em resposta aos estressores interpessoais crônicos presentes no trabalho. A definição mais utilizada no âmbito da Psicologia tem sido a de Maslach e Jackson, em que a SB é referida como “uma síndrome multidimensional constituída por exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização pessoal no trabalho”. Assim sendo, a SB é considerada um problema de saúde pública, visto que sua incidência tem aumentado significativamente nos últimos anos em diversos países, inclusive no Brasil. Manifesta-se como implicações nas saúdes física e mental do trabalhador, prejudicando a qualidade de vida no ambiente profissional (ZANATTA e LUCCA, 2015; SILVEIRA et al., 2016).

Dessa forma, a Síndrome de Burnout vem sendo estudada por pesquisadores interessados em compreender seus fatores desencadeantes e contribuir com a melhoria do bem-estar dos profissionais da saúde, que têm em sua rotina diária a missão de cuidar do outro, sendo este ato caracterizado por dedicação, zelo e sacrifício. A falta de valorização profissional somada a sobrecarga de trabalho e a ligação direta com situações de sofrimento são fontes permanentes de desgaste, que exigem do profissional energia física e psíquica intensa, favorecendo sintomatologia de estresse ocupacional. Diversos estudos destacam os trabalhadores da saúde, como uma das categorias que ocupam posição de destaque em matéria de estresse no ambiente de trabalho, estando entre os mais vulneráveis a doenças ocupacionais, por estarem ligados diretamente com os sentimentos e os problemas das outras pessoas (ZOMER e GOMES, 2017).

As alterações comportamentais estão interligadas fisiologicamente, uma vez que tem sido verificada redução de serotonina, ocitocina, dopamina e endorfina, chamados “hormônios da felicidade”, que são característicos deste déficit. Durante o decorrer da vida, o ser humano constantemente interage uns com os outros, o que os deixa expostos às situações de extenuação, tensão e inquietação, ocasionando comprometimento da saúde mental e física, principalmente, pelo estado de estresse e extrema tensão relacionado ao trabalho. Além disso, a exaustão emocional e a despersonalização refletem em graves efeitos sociais e interpessoais, que se intensifica gradativamente no âmbito profissional (RIBEIRO et al., 2020).

Nesse sentido, o quadro clínico da SB é variado e pode apresentar sinais e sintomas mais gerais como fadiga, mialgia, distúrbios do sono, enxaqueca e quedas de cabelo. Entretanto, estudos mostram que há sintomas característicos que revelam impactos em sistemas específicos do organismo, como trato gastrointestinal, cardiorrespiratório, neurológico e sexual. Os sintomas psicológicos são destacados como falta de concentração, apatia, déficit de memória, baixa autoestima e agressividade. O quadro de Burnout implica também na maior probabilidade de absenteísmo e presenteísmo pelos profissionais acometidos (SILVEIRA et al., 2016).

Em linhas gerais, a pandemia da COVID-19 representou um grande desafio e preocupação para a saúde global. Os profissionais de saúde que colaboraram diretamente para o combate ao vírus enfrentaram inúmeros riscos de contaminação, falta de equipamentos pessoais e ausência de recursos materiais suficientes para garantir uma assistência à grande demanda de pacientes infectados. Esses fatores resultaram em impacto direto na saúde mental destes profissionais que permaneceram em contato direto com os pacientes, até mesmo diante do constante medo de se infectar e propagar o agente patogênico, o que contribuiu para a deterioração da qualidade de vida desta categoria (LIANG, 2020; LIMA et al., 2020; CABELLO e PÉREZ, 2020).

O estabelecimento da SB se tornou ainda mais propício e intensificado com a pandemia da COVID-19, visto que a situação, que já era desfavorável na saúde, agravou-se com o aumento excessivo da jornada de trabalho. Os profissionais de saúde ficaram ainda mais vulneráveis ao Burnout, pois apresentaram diversos distúrbios

psicológicos e osteomusculares decorrentes dos embates do âmbito profissional, além de lidarem com um ambiente de trabalho sem apoio emocional, com o isolamento social imposto pela pandemia, déficit de recursos e cobrança rotineira para atender as demandas de infectados e as necessidades da população por eles atendida, o que pode configurar em um gatilho para o desencadeamento ou a intensificação do desgaste físico e mental (BAO et al., 2020; BROOKS et al., 2020).

A relevância da crise causada pela pandemia da COVID-19 gerou alto índice de perturbações psíquicas e sociais tanto na população quanto nos profissionais de saúde, inibindo quaisquer resistências de capacidade em razão da sua magnitude (BRASIL, 2020).

O esgotamento pode ter consequências graves tanto para os pacientes como para os profissionais de saúde. O desdobramento desta situação gera prejuízo à saúde física e mental, falta de motivação, absenteísmo e leva à deterioração da qualidade do atendimento prestado pela equipe afetada, com prejuízos para os pacientes. Vários estudos descobriram que altos níveis de esgotamento em profissionais de saúde estão associados a cuidados menos seguros ao paciente. Essas consequências impõem custos imensos para a sociedade (SILVA et al., 2021).

O colapso na saúde, devido aos efeitos da pandemia de COVID-19, a falta de amparo social, a ocupação laboral e o atendimento prestado à população nas instituições de saúde, geram alto índice de ansiedade e adoecimento, evoluindo para agravos à saúde, principalmente à saúde mental, com o aumento considerável da SB (RIBEIRO et al., 2020).

MÉTODOS DIAGNÓSTICOS

No que diz respeito ao diagnóstico da Síndrome de Burnout, existem alguns instrumentos que têm sido utilizados para auxiliar, como o IBP – Inventário de Burnout para Psicólogos, que contribui para o diagnóstico da SB nesses profissionais e o questionário Maslach Burnout Inventory (MBI), especificamente a versão HSS (Human Services Survey), voltada para profissionais da área da saúde. O questionário MBI-HSS, amplamente difundido para a avaliação de Burnout em face das três dimensões que, segundo a perspectiva psicossocial, compõem a Síndrome (esgotamento emocional, despersonalização e falta de realização profissional). Esse questionário é composto por 22 itens, onde o sujeito avaliado responde com uma frequência de 6 níveis, desta forma, cada item, mostra a intensidade e frequência, o que varia de 07 (total acordo) a 01 (ausência de acordo) (FRANÇA et al., 2014).

Nesse sentido, o MBI-HSS analisa três subescalas, denominadas de “exaustão emocional”, “despersonalização” e “realização pessoal”. A “exaustão emocional” é composta por 09 questões, que traduzem sentimentos de estar emocionalmente exausto e esgotado com o trabalho. A “despersonalização”, formada por 05 itens descreve respostas impessoais. A “realização pessoal”, constituída por 08 questões, descreve sentimentos ao nível da capacidade e sucesso alcançados no trabalho com pessoas (FRANÇA et al., 2014).

Quanto à interpretação das pontuações, um nível baixo de Burnout reproduz-se em escores baixos nas subescalas de “exaustão emocional” e “despersonalização” e escores elevados na “realização pessoal”. Um nível médio de Burnout é representado por valores médios

dos escores das três subescalas e um nível alto de Burnout revela-se em escores altos para as subescalas de “exaustão emocional” e “despersonalização” e escores baixos na “realização pessoal” (FRANÇA et al., 2014).

Além disso também pode se destacar a necessidade de entrevista clínica e adição de outros métodos de avaliação psicológica, com finalidade de confirmação dos sintomas e maior confiabilidade ao diagnóstico, bem como eliminar influências de comorbidades associados aos sintomas avaliados, possibilitando a análise das consequências do SB e o quanto incapacitante ela é para a atividade laboral. Devido à semelhança de sintomas, SB pode ser facilmente confundida com outros transtornos mentais, como a depressão, por exemplo, evidenciando-se a importância de se estabelecer um adequado diagnóstico diferencial (PERNICIOTTI, 2020).

ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO E TRATAMENTOS

Como fatores protetores da SB, no contexto da pandemia, destaca-se a resiliência, a esperança, o apoio moral e proteção, a comunicação responsiva, a participação na tomada de decisão e ter suporte organizacional, nomeadamente da parte dos administradores hospitalares, e ter um bom suporte social, de amigos e família, reduzindo emoções negativas e melhorando o humor (XIAO et al., 2020; SHAW, 2020).

Se torna cada vez mais necessária a noção de resiliência psicológica nos serviços de saúde que atuam no âmbito da COVID-19, porque está fortemente vinculada à compreensão de fatores de risco e proteção. Os fatores de risco restringem a probabilidade de

Síndrome de Burnout: sintomas, métodos diagnósticos, estratégias de prevenção e tratamentos

superação diante das carências, que seu impacto é reduzido pelos fatores de proteção. Assim, mesmo com os desafios impostos pela pandemia, os profissionais de saúde terão menores impactos negativos na saúde mental caso tenham as condições favoráveis para execução do trabalho (SOUZA, 2015).

Outros aspectos que favorecem a resiliência psicológica e, conseqüentemente, a saúde mental dos profissionais de saúde, durante e após o período pandêmico, são as capacitações em psicoeducação, manejo do estresse, construção de momentos de escuta e cuidados coletivos durante os plantões. Uma das técnicas utilizadas em crise como a vivenciada é a chamada “Primeiros Cuidados Psicológicos”, que deve preferencialmente ser aplicada em curtos períodos (FIOCRUZ, 2020).

Entretanto, caso a necessidade dos profissionais seja de suporte as “crises mais intensas e/ou severas, outras estratégias podem ser utilizadas por um profissional de Saúde Mental para estabilização emocional; nesse momento, estão sendo fortemente indicadas técnicas relacionadas à Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC)” (FIOCRUZ, 2020).

Além disso, existem estratégias de prevenção que podem ser feitas em nível individual e organizacional. As intervenções individuais são voltadas à aprendizagem de estratégias de enfrentamento adaptativas diante de agentes estressantes. Referem-se ao treino de habilidades comportamentais e cognitivas de coping, meditação, atividade física, bem como às práticas de autocuidado, como garantir descanso adequado, equilíbrio entre trabalho e outras dimensões da vida e envolvimento em um hobby (MOSS et al., 2016; SWENSEN et al., 2018).

No que diz respeito às estratégias organizacionais:

Síndrome de Burnout: sintomas, métodos diagnósticos, estratégias de prevenção e tratamentos

Estas se referem à modificação da situação em que são desenvolvidas as atividades laborais, visando melhoria da comunicação e do trabalho em equipe. Incluem a realização de treinamento com os funcionários, reestruturação de tarefas e mudança das condições físico-ambientais, como flexibilidade de horário, participação na tomada de decisão, plano de carreira e autonomia laboral (MELO e CARLOTTO, 2017).

Em relação aos tratamentos preconizados para a SB, o Ministério da Saúde indica como tratamento o acompanhamento psicoterápico, farmacológico e intervenções psicossociais. Contudo, intervenções individuais, organizacionais e combinadas podem ser realizadas visando sua prevenção através da diminuição do estresse ocupacional (PERNICIOTTI, 2020).

Porém, apesar das inúmeras adversidades e mudanças advindas no contexto da pandemia da COVID-19, muitos profissionais não aceitam o tratamento preventivo, até progredir a um estado de exaustão extrema, permeando em diversas complicações, assim, não reconhecendo a necessidade de investigar e agir em questões relativas à saúde mental ao longo da crise (ENUMO et al., 2020).

O tratamento da Síndrome de Burnout pode ser realizado por meios farmacológicos e não-farmacológicos. No que diz respeito ao farmacológico, utiliza-se fármacos com ação antidepressiva, como os inibidores da recaptação de serotonina, e os ansiolíticos, com vistas a promover mais energia e ânimo para o paciente. Para o tratamento não-farmacológico, a psicoterapia é de suma importância para que o indivíduo consiga trabalhar suas emoções, liberar a angústia e desabafar sobre suas dificuldades no ambiente de trabalho e aprender a lidar com as emoções e com o ambiente laboral. A psicoterapia é fundamental pois

permite ao paciente tirar a atenção de seus problemas e ajudar a solucioná-los (ENUMO et al., 2020).

Outras medidas que podem ser utilizadas para tratamento da SB são as práticas de medicina integrativa, como meditação, ioga e acupuntura, e a Rede de Atenção Psicossocial (Raps) (CABELLO e PÉREZ, 2020).

É importante mencionar que a Legislação Brasileira, desde 1999, contempla a SB como um Transtorno Mental e do Comportamento, fazendo parte da Classificação Internacional de Doenças/ CID-10. Logo, o seu diagnóstico formal proporciona ao trabalhador a possibilidade de afastamento para tratamento de acordo com a gravidade verificada da condição, sem prejuízo financeiro. Neste contexto espera-se aumento da procura por atendimento e acompanhamento psicológico e psiquiátrico por parte dos profissionais da saúde, no período pós pandemia.

CONCLUSÃO

A Síndrome de Burnout é uma desordem psicossocial relacionada ao contexto laboral, resultante do estresse crônico e é caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e falta de realização pessoal. Os sintomas da SB podem ser divididos em físicos, psíquicos, comportamentais e defensivos, e suas consequências podem afetar o indivíduo tanto no nível pessoal, como também organizacional e social.

Além disso, dada a complexidade da Síndrome e sua capacidade de afetar as diversas áreas da vida do trabalhador, a qual pode levar à

necessidade de afastamento do trabalho, a adoção de estratégias individuais e organizacionais é fundamental para a prevenção da Síndrome e minimização dos seus efeitos sobre os trabalhadores.

Em relação ao contexto da pandemia da COVID-19, os estudos evidenciaram que houve aumento na incidência e prevalência dos casos e exacerbação da SB nos trabalhadores da saúde, os quais constituem grupo de risco para à SB, sobretudo em relação aos profissionais que trabalharam diretamente no combate ao vírus. Nesse sentido, é necessário o diagnóstico precoce e identificação dos fatores estressores laborais, para que não haja intensificação dos sintomas a ponto de trazer agravamento e prejuízos para a saúde do trabalhador. Assim, visando estratégias de prevenção da SB, é importante que, tanto as instituições quanto os trabalhadores compreendam a gravidade da doença e quais são seus impactos na vida pessoal do profissional e no ambiente de trabalho e façam intervenções para a prevenção efetiva.

Em relação ao tratamento, atualmente lança-se mão de alternativas farmacológicas e não-farmacológicas, como psicoterapia e práticas de autocuidado. O afastamento do ambiente laboral também pode ser considerado em alguns casos de gravidade da síndrome. Por fim, é importante proporcionar cuidados, físico e psicológico, atenção e tratamento individualizado para os trabalhadores da saúde, principalmente aqueles que foram afetados diretamente pela pandemia da COVID-19.

INFORMAÇÕES SOBRE OS AUTORES

¹ Maria Luzinete Alves Vanzeler

Doutorado em patologia experimental e Comparada – USP/SP. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1969-165X>. Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3288066283438364>.

² Laís Santana Gonçalves

Estudante de Medicina da Universidade Federal de Mato Grosso. ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-4424-8668>. Currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3773048176666903>.

REFERÊNCIAS

ALVES, Everton Fernando. Qualidade de vida do cuidador de enfermagem e sua relação com o cuidar. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 26, n. 1, p. 35-43, 2013.

BAO, Yanping et al. 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. **The lancet**, v. 395, n. 10224, p. e37-e38, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Plano de contingência nacional para infecção humana pelo novo Coronavírus 2019-nCoV: centro de operações de emergências em saúde pública (COE-nCoV) **Brasília**: Autor. 2020

BROOKS, Samantha K. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The lancet**, v. 395, n. 10227, p. 912-920, 2020.

CABELLO, Ignacio Ricci; PÉREZ, Isabel Ruiz. El impacto de la pandemia por COVID-19 sobre la salud mental de los profesionales sanitarios, v. 2, p. v1, 2020.

ENUMO, Sônia Regina Fiorim. et al. Enfrentando o estresse em tempos de pandemia: proposição de uma cartilha. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.

FIOCRUZ – FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. **Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia Covid-19**: orientação aos trabalhadores dos serviços de saúde. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2020.

168

<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/livros/ciencias-da-saude/ciencias-da-saude-jan-fev-2023>

FRANÇA, Thaís Lorena Barbosa de. et al. Síndrome de Burnout: características, diagnóstico, fatores de risco e prevenção. **Revista de enfermagem UFPE on line**, v. 8, n. 10, p. 3539-3546, 2014.

LAUNER, John. Burnout in the age of COVID-19. **Postgraduate Medical Journal**, v. 96, n. 1136, p. 367-368, 2020.

LIANG, Tingbo. et al. Handbook of COVID-19 prevention and treatment. **The First Affiliated Hospital, Zhejiang University School of Medicine. Compiled According to Clinical Experience**, v. 68, 2020.

LIMA, Daniel Souza. et al. Recomendações para cirurgia de emergência durante a pandemia do COVID-19. **Journal of Health & Biological Sciences**, v. 8, n. 1, p. 1-3, 2020.

MARKUS, Patricia Maria Ness; LISBOA, Carolina Saraiva de Macedo. Mindfulness e seus benefícios nas atividades de trabalho e no ambiente organizacional. **Revista da graduação**, v. 8, n. 1, 2015.

MELO, Lucia Petrucci de; CARLOTTO, Mary Sandra. Programa de prevenção para manejo de estresse e Síndrome de Burnout para bombeiros: Relato de experiência de uma intervenção. **Estudos de Psicologia**, v. 22, n. 1, p. 99-108, 2017.

MORENO, Julianny Kelly. et al. Síndrome de Burnout e fatores de estresse em enfermeiros nefrologistas. 2018.

MOSS, Marc. et al. An official critical care societies collaborative statement: burnout syndrome in critical care health care professionals: a call for action. **American Journal of Critical Care**, v. 25, n. 4, p. 368-376, 2016.

PERNICIOTTI, Patrícia. et al. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. **Revista da SBPH**, v. 23, n. 1, p. 35-52, 2020.

RIBEIRO, Larissa Maciel; DE ALMEIDA VIEIRA, Thayana; NAKA, Karytta Sousa. Síndrome de burnout em profissionais de saúde antes e durante a pandemia da COVID-19. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 11, p. e5021-e5021, 2020.

SHAW, Sebastian CK. Hopelessness, helplessness and resilience: The importance of safeguarding our trainees' mental wellbeing during the COVID-19 pandemic. **Nurse education in practice**, v. 44, p. 102780, 2020.

SILVA, Roni Robson. et al. Impactos psicologicos e vulnerabilidades dos profissionais da saúde na pandemia de SARS-CoV-2. **Saúde Coletiva (Barueri)**, v. 11, n. COVID, p. 7037-7150, 2021.

SILVA, Viviane Fernandes da; SAINT'CLAIR, Emerson Da Mota; NETO, Érica Pereira. Fatores que influenciam no estresse ocupacional dos enfermeiros que atuam no programa saúde da família. **Revista Científica Interdisciplinar. ISSN**, v. 2358, p. 8411, 2015.

SILVEIRA, Ana Luiza Pereira da. et al. Síndrome de Burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde. **Rev Bras Med Trab**, v. 14, n. 3, p. 275-84, 2016.

SOUSA, Viviane Ferro da Silva; ARAUJO, Tereza Cristina Cavalcanti Ferreira de. Estresse ocupacional e resiliência entre profissionais de saúde. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 35, p. 900-915, 2015.

SWENSEN, Stephen; STRONGWATER, Steven; MOHTA, Namita Seth. Leadership survey: immunization against burnout. **NEJM Catalyst**, v. 4, n. 2, 2018.

TAWFIK, Daniel S. et al. Evidence relating health care provider burnout and quality of care: a systematic review and meta-analysis. **Annals of internal medicine**, v. 171, n. 8, p. 555-567, 2019.

VIEIRA, Isabela; RUSSO, Jane Araujo. Burnout e estresse: entre medicalização e psicologização. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 29, p. e290206, 2019.

XIAO, Han. et al. The effects of social support on sleep quality of medical staff treating patients with coronavirus disease 2019 (COVID-19) in January and February 2020 in China. **Medical science monitor: international medical journal of experimental and clinical research**, v. 26, p. e923549-1, 2020.

Síndrome de Burnout: sintomas, métodos diagnósticos, estratégias de prevenção e tratamentos

ZANATTA, Aline Bedin; LUCCA, Sergio Roberto de. Prevalência da síndrome de burnout em profissionais da saúde de um hospital oncohematológico infantil. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 49, p. 0253-0258, 2015.

ZOMER, Francieli Bellettini; GOMES, Karin Martins. Síndrome de burnout e estratégias de enfrentamento em profissionais de saúde: uma revisão não sistemática. **Revista de Iniciação Científica**, v. 15, n. 1, p. 55-68, 2017.