



# Estratégias de Enfrentamento Psicológico e *Burnout* de Trabalhadores da Área da Saúde



Virginia Célia de B. Oliveira<sup>1</sup>, Ivone F. de Sousa<sup>2</sup>,  
Sebastião Benício da C. Neto<sup>3</sup>, Sander Antônio P. da Silva<sup>4</sup>, Mariah S. Cunha<sup>5</sup>  
<sup>1</sup>Mestre em Psicologia e Fiscal em Saúde do Trabalhador -GO, <sup>2</sup> Mestre em Psicologia e Professora PUC, <sup>3</sup> Doutor em Psicologia e Professor PUC/HC, <sup>4</sup> Especialista em Farmácia e Coordenador de Vigilância em Saúde do Trabalhador-GO e <sup>5</sup>Discente Psicologia/PUC  
e-mail: vcbo01@hotmail.com



## INTRODUÇÃO

*Burnout* definido na perspectiva sócio-psicológica de Maslach e colaboradores, constituindo-se em três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho (Carlotto, 2016). Ao se falar de *burnout*, a ênfase recai no processo de desgaste e nas consequências psicológicas e sociais da exposição crônica, e não apenas nas reações físicas. Esta síndrome se apresenta como uma epidemia organizacional que pode levar o trabalhador à depressão, à ansiedade e até mesmo ao suicídio.

## OBJETIVO

Este estudo objetiva analisar os indicadores de estratégias de enfrentamento psicológico (*coping*) e de *burnout* de trabalhadores da área da saúde, e as relações estabelecidas entre os indicadores.

## METODOLOGIA

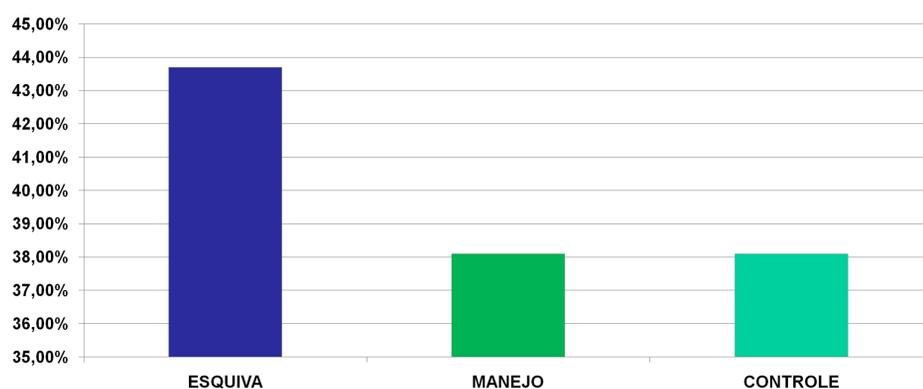
Trata-se de um estudo quantitativo, desenvolvido no Hospital de Urgências de Aparecida de Goiânia - HUAPA, com 121 servidores. Critérios de inclusão: Ser servidor, em regime estatutário e celetista, há mais de um ano e Ler o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) e assiná-lo aceitando participar da pesquisa. Não houve critérios de exclusão. Foram utilizados exemplares do TCLE, da Escala de Coping e do *Maslach Burnout Inventory-General Survey* (MBI-GS). Após aprovação do projeto pelo Comitê de Ética de Pesquisa da Pontifícia Universidade Católica de Goiás, foram realizados contatos por meio de visitas *in loco*. Os participantes tanto leram quanto responderam a todos os instrumentos ou pediam ajuda de um membro da equipe de pesquisa que lia as perguntas e possibilidades de resposta. Posteriormente a coleta de dados, estes foram analisados por meio do Programa estatístico SPSS-18 (*Statistical Package for Social Sciences*).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

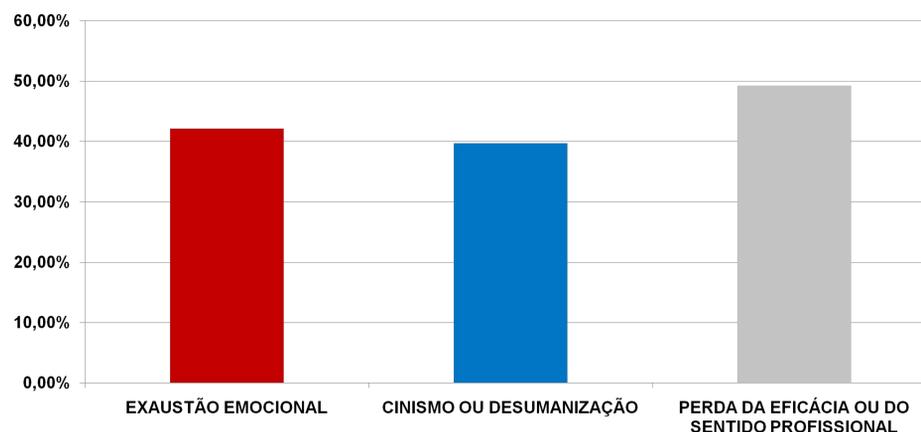
Participantes de ambos os sexos (28,7% masculinos e 71,3% femininos), idade média de 35,4 anos (DP = 9,3), diferentes regimes de trabalho (52,5% celetistas, 46,7% estatutários e 0,8% outros), predomínio de horário de trabalho integral (57,1%) ou plantonistas (21,4%). Observou-se que na modalidade de *coping* muitos trabalhadores usavam de mais de uma modalidade, com uso predominante de Esquiva (43,7%), seguidos de Manejo (38,1%) e de Controle (38,1%).

Quanto ao *burnout*, os dados indicaram predominância média em Exaustão Emocional (42,1%), baixa em Cinismo ou Desumanização (39,7%) e alta em Perda da Eficácia ou do sentido profissional (49,2%). Houve poucas correlações significativas ( $p=0,01$ ), quais sejam: quanto maior foi o Cinismo, maior foi a Exaustão Emocional (0,383;  $p=0,01$ ) e quanto maior o uso do Controle, menor o sentimento de Ineficácia profissional (-0,324;  $p = 0,01$ ). Também se observou que quanto maior o uso de Controle, mais se utilizou de Manejo (0,390;  $p=0,01$ ), bem como quanto mais se usou de Esquiva, mais se usou de Manejo como forma de enfrentamento (0,256;  $p=0,01$ ).

### COPING



### BURNOUT



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os dados indicam um processo de desgaste nas vivências de trabalho que poderá prejudicar a saúde mental dos participantes. Tais resultados sustentam a necessidade de desenvolver ações tanto preventivas em saúde, quanto de intervenção para o maior controle do estresse e para o uso de estratégias de enfrentamento mais adaptativas.

## BIBLIOGRAFIA

Carlotto, Mary Sandra. A Síndrome de Burnout e o Trabalho Docente. Psicologia em Estudo, Maringá, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan./jun. 2002. Disponível em: <<http://scielo.br/pdf/pe/v7n1/v7n1a03.pdf>> Acesso em: 06 jun. 2016.