



O AUTOCUIDADO NA ARTE DE CUIDAR: SÍNDROME DE BURNOUT NA ENFERMAGEM

Gabriel dos Santos da Costa¹, Ieda Márcia Donati Linck²

Resumo: Esta pesquisa foi realizada através do Projeto de Leitura e Escrita, desenvolvido na Disciplina de Produção Textual na Unicruz, no ano de 2019. Foram utilizadas como base metodológica artigos disponibilizados por meio virtual, sendo selecionado cinco artigos com maior relevância para o tema. Tem como objetivo realçar a importância do autocuidado, por parte dos profissionais atuantes na área da enfermagem, para evitar o desenvolvimento de doenças ocupacionais como a Síndrome de Burnout. Para Carvalho e Magalhães (2011) os profissionais de enfermagem têm grande predisposição ao desenvolvimento dessa síndrome por, dentre outros fatores, serem os profissionais de saúde que mais tempo passam em contato com o paciente e seus familiares e, conseqüentemente, com maior risco de adoecimento. Esta síndrome é classificada pelo Ministério da Saúde como uma doença ocupacional, caracterizada pelo esgotamento físico, mental e emocional em decorrência das atividades laborais. Em saúde, o ato de cuidar traz consigo os sentimentos de sofrimento, dor e angústia, expressados pelo paciente e muitas vezes absorvidos pelo profissional, este que se faz presente constantemente o dia a dia do enfermo.. No entanto, a realidade desses profissionais faz com que as suas atividades laborais estejam continuamente confrontando-se com limitações e desafios, os quais, quando não resolvidos, podem gerar ansiedade e/ou despersonalização, que para Maslach e Jackson (1981) refere-se às alterações na atitude do trabalhador, que começa a ter um contato frio e impessoal com seus clientes ou usuários de seu serviço. Outro fator contribuinte para o desenvolvimento da síndrome é a falta de reconhecimento profissional, motivada por parte de gestores da equipe e/ou instituição, e até mesmo pelos colegas, inserindo no âmago destes profissionais um sentimento de desânimo, angústia e de inferioridade diante dos demais, tornando-o, isolado em seu ambiente de trabalho. Quando internaliza esses sentimentos, a vida social também sofre conseqüências. Em busca de melhores condições financeiras, exerce carga horária dobrada, deixando de lado atividades sociais que envolvem família e amigos, que por sua vez são fundamentais para manter o equilíbrio emocional, sendo um escape dos níveis de estresse e angústia. O trabalho é uma condição da vida humana, mas deve ser encarado como algo transformador do homem, bem como do meio em que o mesmo vive e que o homem deve ser analisado na sua totalidade, devendo ser inserido socialmente por meio do trabalho (CHAVES, 2013). Assim sendo, faz-se necessário buscar meios que possam garantir o bem-estar profissional daqueles que atuam na área da Enfermagem, desde a sua formação acadêmica, até no seu ambiente de atuação, fornecendo meios de diálogo entre os cargos de hierarquia, sem desigualdade, com liberdade para que todos possam expor seus males. Na arte do cuidado, o artista que a empenha também merece zelo.

Palavras-chave: Enfermagem. Adoecimento. Reconhecimento. Autocuidado.

¹ Discente da Universidade de Cruz Alta - Unicruz, Cruz Alta, Brasil. E-mail: gabriel_liberdade@outlook.com

² Doutora em Linguística UFSM- UA/Portugal. Mestre em Linguística/UPF. Mestre em Ciências da Educação/Uninorte. Coordenadora do Proenem e Professora da Unicruz. Pesquisadora do GEL e GPJUR. E-mail: imdlinck@gmail.com