

FATORES DE RISCO PARA DESENVOLVIMENTO DE SÍNDROME DE BURNOUT EM ESTUDANTES DE MEDICINA APÓS FORMADOS

SILVA, Stéfany Caroline Jubainski da¹
MORO, André Brusamolin²
RODRIGUES, Thaísa Parmezan³
RAUEN, Gabriel Orige⁴
RADAELLI, Patrícia Barth⁵

RESUMO

A Síndrome de Burnout (ou Estafa Profissional) é uma patologia relacionada a extenuantes e duradouras jornadas de trabalho que envolvam uma carga de estresse elevada. Seus principais sinais e sintomas são psicológicos, relacionados a despersonalização, indiferença social, depressão, irritabilidade e que, posteriormente, podem acarretar sintomas físicos, tais como fadiga em excesso e cefaleia. A Síndrome de Burnout é uma doença em crescimento principalmente em médicos. **Métodos:** Foram entrevistados, por meio de questionário estruturado, 67 estudantes do 4º ano do curso de Medicina cursando o 7º período acerca dos fatores de risco para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout que estes possam já estar inseridos. **Conclusão:** Dentre os 67 acadêmicos pesquisados concluiu-se que o grupo estudado não possui fatores de risco predisponentes para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout depois de formados.

PALAVRAS-CHAVE: distúrbios psiquiátricos. síndrome de burnout. estudantes de medicina.

RISK FACTORS FOR BURNOUT SYNDROME AMONG MEDICAL STUDENTS AFTER GRADUATION

ABSTRACT

Burnout syndrome is a pathology related to extenuating and durable work journeys which involve high loads of stress. It's main signs and symptoms are psychological, related to depersonalization, social indifference, depression, irritability that, posteriorly, may carry to physical signs as excess of fatigue and headache. Burnout syndrome is a growing disease especially in physicians. **Methods:** We analyzed, by a structured questionnaire, 67 students at 4º year of medical school that were at the 7º period about risk factors of Burnout Syndrome that they might be already inserted. **Conclusion:** Among the 67 academics researched, we concluded that the researched groups do not have predisposed risk factors to the development of Burnout Syndrome after graduation.

KEYWORDS: psychiatric disorders. burnout syndrome. medical students.

1. INTRODUÇÃO

Em meio a ambientes cada vez mais estressantes ao profissional médico, nota-se o aumento da incidência de disfunções psicológicas por esgotamento profissional. Especificamente entre os médicos, a demanda física e mental já se inicia muito antes, começando nos cursos pré-vestibulares e, ainda, durante todo o período do ensino superior.

¹ Acadêmica, 9º Período de Medicina, Centro Universitário FAG (Cascavel – PR). E-mail: jubainski2@hotmail.com

² Acadêmico, 9º Período de Medicina, Centro Universitário FAG (Cascavel – PR). E-mail: andrebmoro@gmail.com

³ Acadêmica, 9º Período de Medicina, Centro Universitário FAG (Cascavel – PR). E-mail: thaisaparmezan@hotmail.com

⁴ Acadêmico, 9º Período de Medicina, Centro Universitário FAG (Cascavel – PR). E-mail: gabrauen97@gmail.com

⁵ Professora Orientadora – Doutora em Letras, pela UNIOESTE, Mestre em Linguagem e Sociedade, Especialista em Literatura e Ensino pela mesma instituição. Coordenadora do Núcleo de Atendimento e Apoio ao Estudante do Centro FAG – NAAE; Docente no Centro Universitário FAG (Cascavel – PR). E-mail: patriciab@fag.edu.br

Este trabalho procurou esclarecer não apenas a população do meio médico, mas sim a todos os profissionais da saúde quanto à periculosidade da Síndrome de Burnout naqueles cujo estresse é diário, intenso e extenuante.

Quanto aos estudantes do curso de Medicina, este trabalho visou esclarecer os fatores de risco, sinais e sintomas e incidência da Estafa Profissional já na formação médica, a fim de salientar a necessidade da ajuda médica e psicológica especializada o quanto antes para que, deste modo, possa diminuir as consequências desta patologia.

Em razão disso, elencou-se como problemática de pesquisa a questão relacionada aos acadêmicos de medicina e sua expectativa para com o mercado de trabalho médico, no que se refere a fatores de risco para o desenvolvimento de Síndrome de Burnout. Buscando solucionar o problema proposto, verificamos os fatores de risco para desenvolvimento da Síndrome de Burnout em acadêmicos do 4º ano de medicina cursando o 7º período de uma faculdade na cidade de Cascavel/PR, baseados em sua expectativa mediante o mercado de trabalho médico, a partir da aplicação de um questionário estruturado.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

A Síndrome de Burnout foi descrita em 1974 por Freudenberg como “staff Burnout” em que o paciente sofria de exaustão, desilusão e isolamento (TRIGO; TENG; HALLAK, 2007). Apenas em 1998 a Organização Mundial da Saúde considerou o Burnout como um problema de saúde de trabalhadores sob alta tensão física e emocional (TRIGO; TENG; HALLAK, 2007).

A definição, hoje amplamente difundida, foi empregada por Christina Maslach e traz a síndrome como uma exaustão profissional, diminuição da realização profissional e despersonalização, que podem ocorrer entre profissionais que trabalham diretamente com pessoas (BOND *et al*, 2018).

Entre os fatores de risco, podem-se citar o sexo masculino, idade na faixa dos 30 anos, menos de 10 anos de formado, carga horária semanal entre 60-90 horas, não possuir hobbies ou não praticar atividades físicas e apresentar renda mensal igual ou inferior a R\$5.000,00 (NASCIMENTO SOBRINHO *et al*, 2010). Além disso, outros fatores que contribuem para o aparecimento da síndrome são os aspectos ambientais e sociais, como por exemplo o ambiente físico, normas institucionais, clima, burocracia, suporte social e familiar, cultura e prestígio (OLIVERIA; STAFFA; TIRONI, 2008).

Estudos demonstraram a associação de estresse, Burnout e pensamentos suicidas em 2.671 profissionais médicos finlandeses, sendo os mais acometidos aqueles que não possuíam

especialização e trabalhavam no serviço público de saúde, evidenciando essas características como fatores de risco para o desenvolvimento da síndrome (TRIGO; TENG; HALLAK, 2007). Corroborando com os dados, um estudo mexicano detectou 47,16% de prevalência de estafa profissional em profissionais da atenção primária em saúde (TRIGO; TENG; HALLAK, 2007).

Dentre os principais sinais e sintomas envolvidos durante o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, três são os mais importantes: exaustão emocional, distanciamento afetivo e a baixa realização profissional (TRIGO; TENG; HALLAK, 2007). Na exaustão emocional, observa-se desesperança, depressão (sendo este o principal sintoma na maioria dos médicos), diminuição de empatia e irritabilidade (OLIVERIA; STAFFA; TIRONI, 2008; TRIGO; TENG; HALLAK, 2007). No distanciamento afetivo e na baixa realização profissional, os médicos se deparam com sensações de alienação em relação aos outros e de que o que foi alcançado não tem valor (TRIGO; TENG; HALLAK, 2007).

Quanto a fisiopatologia da síndrome, o Sistema Nervoso Simpático (SNS) é responsável, quando estimulado em situações de estresse, a liberar substâncias como adrenalina e noradrenalina de forma imediata, ocasionando aumento da frequência cardíaca, aumento da pressão arterial e sudorese (KAROLINE *et al*, 2016). Já a estimulação do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal ocorre a partir da ativação crônica do SNS e dessa forma está relacionado a depressão imunológica desses pacientes pela liberação crônica de corticosteroides (KAROLINE *et al*, 2016).

Os estudos apontam que em decorrência da estimulação constante do SNS, os indivíduos apresentam desregulação hormonal e do sistema endócrino como um todo, evidenciado pelos níveis elevados de cortisol e distúrbio no sistema de controle hipotálamo-hipófise-adrenal, podendo, pela cronicidade, serem irreversíveis (KAROLINE *et al*, 2016; PERALTA-AYALA; SILVA, 2017).

Entre os profissionais de saúde, principalmente no que se refere ao profissional médico, a privação do sono tem se mostrado como fator de degeneração física, mental e psicológica, gerando dificuldade na resolução de problemas, interpretação de exames, diminuição do raciocínio e da retenção de informações (ASAIAG *et al*, 2010; KAROLINE *et al*, 2016). O profissional de saúde apresenta desde muito cedo, ainda na esfera acadêmica, aumento exacerbado da ansiedade e estresse devido as responsabilidades precoces que assumem em decorrência do exercício da própria profissão, na qual a tolerância a erros é praticamente nula (PERALTA-AYALA; SILVA, 2017).

Em frente a esta síndrome, é de suma importância identificar os sintomas que o paciente refere, englobando-os em contexto socioambiental do médico (LOPES *et al*, 2010; OLIVERIA STAFFA TIRONI, 2008; TRIGO; TENG; HALLAK, 2007). São necessárias ações em âmbito de saúde pública que visem a diminuição de riscos aos médicos e estudantes de medicina com sintomas da síndrome e a prevenção do adoecimento destes (SILVEIRA; CÂMARA; AMAZARRAY, 2014).

3. METODOLOGIA

O presente estudo teve seu projeto de pesquisa aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Centro Universitário Fundação Assis Gurgacz, sob o CAAE número 24995419.7.0000.5219. Tratou-se de um estudo transversal dos acadêmicos matriculados no 4º ano de medicina e cursando o 7º período de uma faculdade particular de Cascavel/PR no ano de 2019. A investigação teve por finalidade pesquisa básica, de natureza observacional, com abordagem quantitativa e qualitativa, exploratória, com base bibliográfica, documental e pesquisa de campo, visando identificar os fatores de risco para o desenvolvimento de Síndrome de Burnout em acadêmicos de medicina quando formados, a partir de suas expectativas para com o mercado de trabalho médico.

Foram entrevistados 67 acadêmicos de medicina a partir da aplicação de um questionário estruturado contendo seis (6) questões objetivas e uma (1) questão discursiva acerca dos fatores de risco para desenvolvimento da Síndrome de Burnout na área médica. Foram incluídos no estudo estudantes de ambos os sexos, sem especificação de idade e que estavam devidamente matriculados no 4º ano de medicina e cursando o 7º período de uma faculdade particular de Cascavel/PR.

4. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Foram entrevistados 67 acadêmicos do 4º ano de medicina matriculados no 7º período de uma faculdade particular de Cascavel/PR, correspondendo a 83,75% dos 80 indivíduos inicialmente elegíveis. Do total dos recrutados, 13 (16,25%) não responderam ao questionário.

Tabela 1 – Características sócio demográficas dos acadêmicos de medicina do 4º ano que estão cursando o 7º período em 2019.

Características Pessoais	N*	%
SEXO	67	100
Feminino	47	70,15
Masculino	20	29,85
FAIXA ETÁRIA DE FORMAÇÃO	67	100
20-24	14	20,90
25-27	44	65,67
28-30	8	11,94
>30	1	1,49
INCLUSÃO DE ATIVIDADE FÍSICA OU HOBBIE	67	100
Sim	62	92,54
Não	5	7,46

* Respostas válidas

Entre os estudados, 70,15% eram do sexo feminino e 29,85% eram do sexo masculino. Com relação a idade com a qual irão se formar, 20,90% apresentarão idade entre 20-24 anos, 65,67% apresentarão idade entre 25-27 anos, 11,94% apresentarão idade entre 28-30 anos e 1,49% apresentarão mais que 30 anos de idade.

No que concerne a carga horária semanal que pretende trabalhar depois de formado, nenhum dos entrevistados pretende trabalhar menos do que 20 horas semanais, 40,30% pretendem trabalhar de 20 à 40 horas semanais, 52,24% pretendem trabalhar de 40 à 60 horas semanais e 7,46% pretendem trabalhar mais do que 60 horas semanais.

Tabela 2 – Associação da rotina de trabalho pretendida e fatores de risco para desenvolvimento de Síndrome de Burnout depois de formados em acadêmicos de medicina do 4º ano que estão cursando o 7º período em 2019.

Características da rotina de trabalho pretendida	N*	%
CARGA HORÁRIA SEMANAL	67	100
< 20	0	0
20-40	27	40,30
40-60	35	52,24
> 60	5	7,46
REGIME DE PLANTÃO	67	100
Sim, apenas Pronto Socorro	37	55,22
Sim, em UTI e SAMU	26	38,81
Não	4	5,97
RESIDÊNCIA	67	100
Sim	67	100
Não	0	0

* Respostas válidas

Em relação ao regime de trabalho, 5,97% (4) dos participantes afirmaram não querer trabalhar em regime de plantão, enquanto os demais 94,03% (63) dos participantes afirmaram ter interesse em esquema de plantão. Destes, 55,22% (3) afirmam querer trabalhar apenas em pronto socorro e 38,81% (26) afirmam querer trabalhar em regime de plantão em UTI e SAMU.

Dos 67 acadêmicos entrevistados, 92,54% acreditam que será possível incluir atividade física e *hobbies* em sua rotina, contudo 7,46% dos entrevistados não acreditam que será possível tal inclusão em sua rotina.

Tabela 3 – Relação das residências médicas pretendidas pelos acadêmicos de medicina do 4º ano questão cursando o 7º período em 2019.

Perfil de especialização profissional dos acadêmicos	N*	%
ÁREAS DE RESIDÊNCIA	67	100
Cardiologia	2	2,98
Cirurgia Geral	5	7,46
Cirurgia Plástica	2	2,98
Clínica médica	3	4,47
Dermatologia	1	1,49
Gastroenterologia	2	2,98
Ginecologia e Obstetrícia	7	10,44
Indefinido	25	37,31
Medicina da Família e Comunidade	1	1,49
Medicina Intensiva	1	1,49
Neurocirurgia	2	2,98
Neurologia	2	2,98
Oncologia	1	1,49
Ortopedia	3	4,47
Otorrinolaringologia	1	1,49
Pediatria	2	2,98
Pneumologia	2	2,98
Psiquiatria	2	2,98
Medicina de Urgência	2	2,98

* Respostas válidas

Todos os participantes afirmaram querer fazer residência médica após formados. Dentre as possibilidades de residência médica mais elegidas, 10,44% afirmaram a pretensão pela residência médica em Ginecologia e Obstetrícia e 7,46% afirmaram a pretensão pela residência médica em Cirurgia Geral. A maior parte dos entrevistados (37,31%) não definiram a especialidade que pretendem seguir.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O perfil dos acadêmicos estudados é predominantemente jovem, do sexo feminino, que pretendem trabalhar em pronto-socorro de 40-60 horas semanais, fazer residência médica e incluir atividades físicas e/ou *hobbies* em sua rotina diária.

Comparando os dados obtidos com as literaturas já publicadas sobre o tema, conclui-se que, nesta pesquisa, o grupo estudado não possui fatores predisponentes para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout depois de formados, se levarmos em consideração o sexo, faixa etária de inclusão no mercado de trabalho médico, horas trabalhadas semanalmente e que não pretendem trabalhar sem a formação de especialista.

Ressaltando que o presente estudo analisou somente questões sociodemográficas e trabalhistas dos estudantes de medicina, caracterizando que a população estudada não possui fatores de risco para o desenvolvimento da síndrome. Contudo, a literatura, como o estudo de Prada et al (2019), confirmam que, isoladamente, estudar medicina já pode ser considerado como fator de risco para desenvolvimento da Síndrome de Burnout, pelo fato de os estudantes serem constantemente pressionados emocionalmente ao longo da graduação.

São necessários mais estudos envolvendo as características psicológicas deste grupo, para que possam ser avaliados os fatores psicológicos que possam estar relacionados com a evolução para uma possível estafa profissional após inserção em mercado de trabalho.

REFERÊNCIAS

ASAIAG, P. E. *et al* Avaliação da qualidade de vida, sonolência diurna e burnout em Médicos Residentes. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 34, n. 3, p. 422–429, 2010.

BOND, M. M. K. *et al* Prevalência de Burnout entre Médicos Residentes de um Hospital Universitário. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 42, n. 3, p. 97–107, 2018.

KAROLINE, M. *et al* Ocorrência da Síndrome de Burnout em acadêmicos de medicina de instituição de ensino no interior de Minas Gerais. **Revista de Medicina e Saúde de Brasília**, v. 5, n. 2, 2016.

LOPES, C. *et al*. Burnout , características sociodemográficas e. v. 34, n. 1, p. 106–115, 2010.

NASCIMENTO SOBRINHO, C. L. *et al* Médicos de UTI: prevalência da Síndrome de Burnout, características sociodemográficas e condições de trabalho. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 34, n. 1, p. 106–115, 2010.

OLIVERIA STAFFA TIRONI, M. *ET AL* Professional Burnout Syndrome among intensive care physicians in Salvador, Brazil. n. July 2014, 2008.

PERALTA-AYALA, R.; SILVA, T. J. M. Síndrome de Burnout em Estudantes de Odontologia. **Dominio De Las Ciencias**, p. 914–919, 2017.

SILVEIRA, S. L. M.; CÂMARA, S. G.; AMAZARRAY, M. R. Preditores da Síndrome de Burnout em profissionais da saúde na atenção básica de Porto Alegre/RS. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 22, n. 4, p. 386–392, 2014.

TRIGO, T. R.; TENG, C. T.; HALLAK, J. E. C. Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 34, n. 5, p. 223–233, 2007.