

A SÍNDROME DE BURNOUT E O ESGOTAMENTO PROFISSIONAL

Giulia da Costa SANITAL*

Juliana Ogawa GARCIA**

Paola Fernanda de OLIVEIRA***

Isabella da Costa CASSIANO****

Regina Maria de SOUZA*****

RESUMO

INTRODUÇÃO: O termo burnout pode ser definido como algo que deixa de funcionar por falta de energia, dessa forma, a síndrome de burnout pode ser caracterizada por níveis de estresse prolongados e recorrentes, sendo exclusivamente ocupacional. **OBJETIVO:** O objetivo do trabalho é verificar fatores desencadeantes da síndrome de burnout, bem como possíveis prevenções e tratamentos. **METODOLOGIA:** O trabalho foi desenvolvido por meio de revisão de literatura com pesquisas em livros, periódicos e sites de referência para o estudo e análise do tema proposto. **RESULTADO:** Com base na análise realizada é possível perceber que um ambiente de trabalho com forte condição de estresse, autoritário e muita pressão pode levar o indivíduo a desenvolver a síndrome de burnout. O burnout pode ser prevenido ou então tratado, cabe a organização ter iniciativas de melhoras para sua prevenção e para o tratamento, e necessário um afastamento do fator desencadeante, ou seja, o trabalho, ter acompanhamento profissional e vida organizacional melhor distribuída. **CONCLUSÃO:** A partir das informações obtidas foi possível concluir que um ambiente de trabalho de fato pode desencadear a síndrome de burnout, com base nas condições do ambiente e das interações interpessoais, com efeitos exclusivamente negativos para a organização e para o indivíduo, acarretando diversos e graves problemas de saúde. As causas e consequências são específicas, causada pela frustração no serviço, falta de autonomia e confiança, já suas consequências são desde cefaléia, dor no estômago, até infarto e uma possível ideação suicida, já que não trabalha como antes e sente-se mal por isso. Caracterizado pela exaustão emocional, despersonalização e falta de realização profissional.

Palavras-chave: Síndrome Burnout. Características. Causas. Tratamento.

* Giulia-sanital@hotmail.com

**

*** paolaolliv@gmail.com

**** isabellacosta96@outlook.com

***** souzarm@hotmail.com