

O ENFRENTAMENTO DA SÍNDROME DE BURNOUT NO CONTEXTO EMPRESARIAL

Júlia Pantaleão SCARELLI*
Regina Maria de SOUZA**

RESUMO

Introdução: A Síndrome de Burnout se constitui em um processo de adoecimento decorrente das condições do ambiente laboral. É representada por um conjunto de sintomatologia que tem como característica, o esgotamento emocional, o cansaço extremo e a diminuição da realização profissional em função de sobrecarga de trabalho ou de condições inadequadas do ambiente laboral, que geram esgotamento da energia do trabalhador e pode torná-lo inapto para a execução da atividade profissional. **Objetivo:** O objetivo do estudo é discutir os condicionantes e consequências da Síndrome de Burnout, assim como destacar os métodos de prevenção de sua ocorrência no meio organizacional. **Metodologia:** O trabalho foi desenvolvido por meio de revisão de literatura, com consulta a livros, artigos e sites de referência para a compreensão e discussão da temática. **Resultados:** A Síndrome de Burnout causa danos tanto para os colaboradores quanto para as empresas, de modo que o setor de gestão de pessoas precisa adotar estratégias que visem reduzir ou minimizar os danos provocados pela síndrome tais como: aplicar indicadores de gestão de qualidade de vida no local de trabalho, eliminar ou reduzir os fatores que são contributivos para que o colaborador fique esgotado física e emocionalmente; manter a checagem dos fatores de risco perante os funcionários, visando solucionar os mesmos; estimular, individualmente, o autocuidado por meio de um descanso apropriado, alimentação e praticar exercícios físicos e de entretenimento, além de oferecer suporte e apoio psicológico. **Conclusão:** Conclui-se que é de suma importância que o setor de gestão de pessoas observe o comportamento das equipes de trabalho, visando a identificação de insatisfação, sobrecarga de trabalho e condições físicas e psíquicas inadequadas, por meio da aplicação de estratégias que possam antecipar a ocorrência da Síndrome de Burnout no contexto organizacional.

Palavras-chave: síndrome de Burnout; prevenção; trabalhador; produtividade.

* Discente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul - SP, UNIFUNEC, juliapantaleao1@gmail.com

** Docente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul - SP, UNIFUNEC, drareginamsouza@gmail.com