



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

MILENE DE CAMPOS GARCIA PARRA

AÇÕES ESTRATÉGICAS NA PREVENÇÃO DA SÍNDROME DE BURNOUT EM
PROFISSIONAIS DA ATENÇÃO PRIMÁRIA A SAÚDE

SÃO PAULO
2020

MILENE DE CAMPOS GARCIA PARRA

AÇÕES ESTRATÉGICAS NA PREVENÇÃO DA SÍNDROME DE BURNOUT EM
PROFISSIONAIS DA ATENÇÃO PRIMÁRIA A SAÚDE

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Especialização em Saúde da
Família da Universidade Federal de São Paulo
para obtenção do título de Especialista em
Saúde da Família

Orientação: CAROLINA SIMAO

SÃO PAULO
2020

Resumo

O número de profissionais da atenção básica que vem desenvolvendo Síndrome de Burnout aumenta a cada dia, diante dessa realidade e depois da análise do meu território onde muitos funcionários preenchem critérios para Síndrome de Burnout, foram desenvolvidas ações com o objetivo de melhorar as condições de trabalho e saúde dos profissionais da equipe de Estratégia Saúde da Família.

Palavra-chave

Promoção da Saúde. Esgotamento Profissional. Equipe de Saúde. Saúde do Trabalhador. Saúde Mental.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

Trabalho em uma Unidade Básica de Saúde, na cidade de Lavínia - SP. Nesta unidade funcionam 3 Equipes de Saúde da Família, além da farmácia do município. Existe outra unidade na cidade onde funciona os serviços de psicologia, fisioterapia e odontologia.

Segundo o IBGE, a população estimada em 2019 é de 11980 pessoas, porém deste número aproximadamente 6000 pessoas são restritas de liberdade, já que a cidade abriga 3 penitenciárias e 1 Centro de Detenção Provisória.

Na cidade não existe unidade de Pronto Atendimento, então além das demandas da ESF, todas as outras demandas passam pela UBS, inclusive casos de urgência e emergência.

Atualmente, as equipes encontram-se desfalcadas de profissionais, alguns aposentaram, outros com afastamento por motivos diversos e os que estão na ativa encontram-se desmotivados apresentando atestados frequentemente, motivo pelo meu interesse neste tema.

ESTUDO DA LITERATURA

O Programa Saúde da Família (PSF), atualmente denominado Estratégia Saúde da Família (ESF), surgiu em 1994, com a proposta de reorganização da Atenção Básica, com ênfase no desenvolvimento de atividades de prevenção de doenças e promoção da saúde, por meio de ações educativas realizados nos domicílios ou junto às comunidades. (TRINDADE *et al*, 2010).

No cotidiano de trabalho, as equipes de Saúde da Família lidam com diferentes e complexas demandas relacionadas à saúde, pelas próprias características do processo de trabalho dessas equipes, em que estão mais próximas de onde as pessoas vivem, em contato diário com as condições de vida e saúde da comunidade, marcadas, muitas vezes, pelas iniquidades sociais. Estas questões expõem as equipes a diversas situações de vulnerabilidade, à sobrecarga física e psicossocial. As equipes assumem inúmeras e diversificadas atribuições, somando-se a isto, as características do ambiente e da organização do trabalho que também expõem as equipes a riscos para a sua saúde. (TRINDADE *et al*, 2010).

O impacto na saúde física e mental dos profissionais tem sido considerado importante nos últimos anos. A Síndrome de Burnout ou “do Esgotamento Profissional” é uma síndrome psicológica decorrente da tensão emocional crônica vivenciada pelo trabalhador, caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional que pode acometer profissionais cujo trabalho requer contato direto com o público. É reconhecida mundialmente como um dos grandes problemas psicossociais que afetam a qualidade de vida de profissionais de diversas áreas, principalmente daquelas que envolvem cuidados com saúde, educação e serviços humanos, gerando uma importante questão ocupacional e social. (SOUZA *et al*, 2009; COSTA *et al*, 2012).

A qualidade de vida dos trabalhadores de saúde encontra-se diretamente relacionado aos diferentes estressores ocupacionais. Entre os vários fatores de estresses ocupacionais, podemos citar a carência de profissionais ou indivíduos capacitados, as prolongadas jornadas de trabalho, a exposição do profissional a riscos químicos e físicos, a falta de reconhecimento profissional assim como o contato constante com o sofrimento, a dor e até mesmo a morte. (KOVALESKI e BRESSAN, 2012).

Após a análise e estudo da literatura e a avaliação do meu território, onde grande parte dos funcionários apresentam critérios para a Síndrome de Burnout, percebe-se a necessidade e a relevância de um plano de intervenção para a melhoria das condições de trabalho das equipes de Saúde da Família com ênfase para as ações de prevenção da Síndrome de Burnout.

AÇÕES

Local: UBS Dr Juracy Azevedo Carvalho, rua Padre Cesare Toppino, 1130, município de Lavínia - SP

Público-alvo: todos os funcionários da UBS citada anteriormente

Participantes: Gestores do sistema municipal de saúde, profissionais que atuam no município de diversas áreas, como médicos, enfermeiros, psicólogos, educadores físicos, fisioterapeutas e outros.

1 - Desenvolvimento de diagnóstico da situação de saúde dos trabalhadores da equipe para identificar os possíveis profissionais com Síndrome de Burnout. Ação realizada com apoio do questionário Maslach Burnout Inventory (MBI) que poderá ser empregado por profissionais da enfermagem e médicos.

2 - Psicoterapia em grupo visando demonstrar aos profissionais como conviver com situações estressantes, bem como desenvolver estratégias adequadas de enfrentamento, que será realizado pelos profissionais da psicologia.

3 - Programa de ginástica laboral, visando estimular a prática de exercícios físicos e relaxamento no ambiente de trabalho, ações realizadas com o apoio dos profissionais da educação física.

4 - Reuniões mensais com todos os profissionais da unidade para fortalecer vínculos, pactuar ações que visam melhorar as condições de trabalho, agendadas pela gestão do município.

5 - Confraternização mensal: "Tarde da Saúde" para comemorar os aniversariantes do mês garantindo que os profissionais se sintam valorizados e demonstrar a sua importância para o bom funcionamento do serviço.

Para instrumento de avaliação, seria reaplicado a cada 90 dias o questionário Maslach Burnout Inventory (MBI) e comparado com o inicial.

RESULTADOS ESPERADOS

O presente estudo tem como objetivo melhoria nas condições de trabalho e saúde dos profissionais de Saúde da Família. Espera-se que o plano de intervenção proposto contribua para tornar o ambiente de trabalho mais agradável e prazeroso, em que os profissionais se sintam valorizados e apoiados pela gestão e demais profissionais, além de terem o reconhecimento da população.

Conclui-se, que essas estratégias possibilitem melhoria nas condições de trabalho, diminuição de faltas e atestados, melhorando o processo de trabalho.

REFERÊNCIAS

Moreno, F. N., Gil, G. P., Haddad, M. D. C. L., & Vannuchi, M. T. O. (2011). Estratégias e intervenções no enfrentamento da síndrome de burnout. *Rev enferm UERJ*, 19(1), 140-5.

Kovaleski, D. F., & Bressan, A. (2012). A síndrome de Burnout em profissionais de saúde. *Saúde & Transformação Social/Health & Social Change*, 3(2), 107-113.

Trindade, L. D. L., & Lautert, L. (2010). Síndrome de Burnout entre os trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 44(2), 274-279.