

Resenha do capítulo intitulado “A importância de conhecer a história e a etiologia do *Burnout* durante e após a pandemia da Covid-19”¹

Review of the chapter titled “The importance of knowing the history and etiology of Burnout during and after the Covid-19 pandemic”

João Luiz Farinon²

 <https://orcid.org/0000-0003-0577-6126>

 <https://lattes.cnpq.br/2426575773637367>

UniProcessus – Centro Universitário Processus, DF, Brasil

E-mail: joaoluizfarinon@gmail.com

Resumo

Esta é uma resenha do capítulo intitulado “A importância de conhecer a História e a Etiologia do *Burnout* durante e após a Pandemia da Covid-19”. Este artigo é de autoria de: Eduarda Faria Abrahão Machado. O capítulo aqui resenhado de número quatro foi publicado no livro “Aspectos Multidisciplinares que envolvem Direito, Gestão e Finanças acerca da Covid 19”, 1ª edição. 2020. Editora Processus.

Palavras-chave: *Burnout*. Pandemia. Isolamento Social. Saúde do Trabalhador.

Abstract

This is a review of the chapter entitled “The importance of knowing the History and Etiology of Burnout during and after the Covid-19 Pandemic”. This article is authored by: Eduarda Faria Abrahão Machado. The chapter number four reviewed here was published in the book “Multidisciplinary aspects involving Law, Management and Finance about Covid 19”, 1st edition. 2020. Processus Publisher.

Keywords: *Burnout*. Pandemic. Social Isolation. Worker's health.

Resenha

Esta é uma resenha do capítulo intitulado: A Importância de Conhecer a História e a Etiologia do *Burnout* Durante e Após a Pandemia da Covid-19. Este capítulo é de autoria de Eduarda Faria Abrahão Machado. O capítulo aqui resenhado foi publicado no livro “Aspectos Multidisciplinares que envolvem Direito, Gestão e Finanças acerca da Covid 19”, 1ª edição. 2020. Editora Processus.

Sobre a autora deste capítulo, conheçamos um pouco acerca de seu currículo. Muito do que compõe a formação ou a experiência de um autor ou uma autora contribui para a reflexão temática dos temas aos quais se propõe a escrever. Conheçamos um pouco sobre a autora.

A autora do capítulo resenhado é Eduarda Faria Abrahão Machado. Graduada em Bacharelado em 2005 pela Universidade Estadual de Campinas, UNICAMP, em Treinamento Desportivo: Campinas – SP, Brasil, bem como graduada em 2014 em

¹ Resenha de aproveitamento da disciplina TC (Trabalho de Curso), do curso *Bacharelado em Direito*, do Centro Universitário Processus – UniProcessus, sob a orientação dos professores Jonas Rodrigo Gonçalves e Danilo da Costa. A revisão linguística foi realizada por Roberta dos Anjos Matos Resende.

² Graduando em Direito pelo Centro Universitário Processus – UniProcessus.

Medicina pela Faculdade de Medicina de Jundiaí, FMJ, Jundiaí SP, Brasil. Possui especialização em Bioquímica, Fisiologia, Nutrição e Treinamento Desportivo, 2007, Universidade Estadual de Campinas, UNICAMP, Brasil.; especialização em Saúde de Família, Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, UFMS; Especialização em Nutrologia, 2018, Centro Universitário Redentor, UNIRENTOR, Brasil; Especialização em Psiquiatria, 2019, Faculdades Unidas do Norte de Minas, FUNORTE, Brasil. Concluiu mestrado em Biodinâmica do movimento, 2009, Universidade Estadual de Campinas, UNICAMP, Brasil. Atualmente é aluna de doutorado na Universidade de Brasília, UNB (DF), docente em medicina e pesquisadora.

O capítulo resenhado é o de número quatro: A Importância de conhecer a História e a Etiologia do *Burnout* durante e após a Pandemia de Covid-19, divididos nos seguintes tópicos: resumo, palavras-chave, *abstract*, *keywords*, *resumen*, *palabras clave*, introdução, história e etiologia, considerações finais e referências.

A autora resume sua obra percorrendo sobre situações estressantes enfrentadas, decorrentes da pandemia Covid-19, afirma que diversas consequências, diretas e indiretas podem ocorrer individualmente e socialmente em curto e longo prazo. Alerta que o estresse desse momento pode ter como consequência a fadiga e o colapso profissional do indivíduo. Pontua que a síndrome de *Burnout* pode ser uma resposta incurável aos estressores interpessoais advindos da situação laboral. Analisa que o *Burnout* pode ser de cunho psicossomático, psicológico e comportamental e frequentemente produz efeitos negativos nos níveis individual, profissional e social. A autora afirma que a Síndrome de *Burnout* foi retratada originalmente de forma clínica há muitos anos, porém não encontrou seu lugar na catalogação de transtornos mentais devido a um amplo conjunto de sinais clínicos e teorias etiopatogênicas. Afirma que há diversas formas clínicas de *Burnout* e muitas estratégias terapêuticas. Ao final, conclui que o entendimento antecipado dessas formas clínicas é primordial para um bom prognóstico e melhoria da qualidade de vida do profissional.

O tema do capítulo é: A Importância de Conhecer a História e a Etiologia do *Burnout* durante e após a Pandemia da Covid-19 no ambiente laboral. Foi discutido o seguinte problema: Quais são os sinais clínicos e teorias etiopatogênicas da Síndrome de *Burnout* no ambiente laboral relacionados com a pandemia Covid-19? O capítulo partiu da seguinte hipótese: A Síndrome de *Burnout* pode ser vista como uma resposta crônica aos estressores interpessoais decorrentes de situações de trabalho associadas com a pandemia de Covid-19.

No artigo, o objetivo geral foi apresentar um pouco mais do que é estudado há alguns anos sobre a Síndrome de *Burnout*. Os objetivos específicos foram: Estudar a história e Etiologia relacionadas ao *Burnout*, identificar os sintomas de *Burnout*, identificar os efeitos da Síndrome de *Burnout* e apontar no contexto da epidemia do Covid-19 no ambiente laboral os principais estressores que poderão ser associados aos do *Burnout*.

A temática da pesquisa contou com a seguinte justificativa: A pandemia de Covid-19 poderá gerar consequências para a saúde mental em todo o mundo, pois no longo prazo surgirão muitos sintomas e adoecimentos, cada indivíduo é único e por isso as consequências, apesar de conhecer as causas, serão as mais variadas possíveis.

A metodologia utilizada para a construção da pesquisa utilizada no capítulo aqui analisado foi a pesquisa bibliográfica.

A autora inicia a sua obra discorrendo sobre situações estressantes enfrentadas pelas pessoas, pontua seguramente que existem vários efeitos diretos e indiretos de curto e longo prazo que podem ocorrer nos indivíduos ou na sociedade como um todo. A autora sinaliza, de forma assertiva e contemporânea, que os momentos que estamos vivenciando afetam a saúde mental em todo o mundo. Eduarda Faria Abrahão Machado afirma que é importante entender que isso pode afetar o indivíduo. Voltando aos efeitos indiretos e de curto prazo do vírus, há ameaças de mudanças no dia a dia, inclusive no tema do trabalho, corretamente apontado pelo autor conforme o isolamento social provocado pela pandemia Covid-19. De fato, Machado afirma que comentam que muitas áreas de nossas vidas mudam após a quarentena imposta. O capítulo afirma que é importante pensar nas mudanças impostas sem planejamento, o que de fato vem acontecendo. A autora informa, de forma proposital, que o objetivo do capítulo é apresentar um pouco mais sobre o *Burnout* que vem sendo estudado ao longo dos anos, importantíssimo estudo atualmente.

A autora tece importantíssimos comentários sobre a história e a etimologia da palavra *Burnout*. O termo inglês *Staff Burnout* foi usado pelo pesquisador Herbert Freudenberg em suas publicações (1974), onde um sintoma psicológico e físico adicional era a perda de energia para determinadas atividades. Machado cita uma pesquisa importante de Christina Maslach (1976), em que conceituou o termo *Burnout* como a carga emocional do trabalho no comportamento do funcionário em atividades específicas. Já Pines e Maslach (1978), pontua a autora, publicaram um perfil de *Burnout* no campo da saúde mental, e Maslach e Jackson (1978) compilaram e publicaram um inventário de *Burnout*. Para Eduarda Faria Abrahão Machado, de forma inequívoca, a definição mais aceita desta síndrome é baseada em uma perspectiva sociopsicológica, a autora pontua claramente que a síndrome de *Burnout* pode ser vista como uma resposta crônica a estressores interpessoais decorrentes de situações de trabalho e é caracterizado por três aspectos relacionados, mas independentes: exaustão emocional, despersonalização e insuficiente realização pessoal no trabalho. A literatura define uma situação estressante como uma situação em que um indivíduo encontra dificuldades ou se sente incapaz de lidar com os conflitos internos gerados pelo evento.

Segundo a autora a exaustão mental é caracterizada pela frustração e tensão do trabalhador, bem como pela falta de energia, entusiasmo e sensação de esgotamento de recursos. De acordo com o capítulo, os sintomas de *Burnout* podem ser psicossomáticos, psicológicos e comportamentais. Encontram-se na literatura, segundo a elogiável pesquisa da autora, muitos sintomas psicossomáticos como sintomas físicos, psíquicos, cognitivos, comportamentais e os sintomas defensivos. A autora pontualmente afirma que a literatura deslinda situações estressoras como aquelas em que o ser humano tem adversidades para lidar ou situações em que acredita ser incapacitado de lidar com as contendas internas geradas por esse evento. Machado pontua, de forma esclarecedora, que a exaustão emocional é caracterizada pela supressão de energia, entusiasmo e pela sensação de exaustão de recursos adicionadas ao sentimento de frustração e tensão nos trabalhadores. Os sintomas de *Burnout*, conforme importantes apontamentos da autora, podem ser de cunho psicossomático, psicológico e comportamental e são diversos os sintomas e as asserções psicossomáticas do *Burnout* encontrados na literatura como os sintomas físicos, psíquicos, cognitivos, comportamentais e defensivos.

Os efeitos do *Burnout* afetam todas as áreas da vida de um indivíduo, bem como fazem surgir consequências nas relações institucionais, conforme importantes

observações de Machado. A autora ainda pontua que a maioria dos profissionais que sofrem com essa doença são especialistas na área de serviços ou cuidadores que têm contato direto com os usuários. Afirma que a síndrome de *Burnout* é um preocupante problema de saúde pública segundo os autores Pêgo & Pêgo (2016). A autora sinaliza de forma pertinente que a Síndrome de *Burnout* ainda não foi colocado na classificação dos transtornos psiquiátricos devido a sua ampla gama de apresentações clínicas e teorias da etiopatologia, bem como que segundo a Organização Mundial da Saúde (2000), os fenômenos ocupacionais incluem o *Burnout*. Machado finaliza ressaltando de forma expressa que a definição de *Burnout* descreve-o como uma síndrome causada por estresse crônico mal administrado no trabalho e os profissionais de saúde mental desempenham um papel importante no diagnóstico e gestão multidisciplinar do *Burnout*.

Para a autora, em suas considerações finais, de forma compreensível, os mais relevantes estressores que estão correlacionados ao *Burnout* são o temor da extensão e duração do distanciamento social, da frustração e tédio, ajuntamento de afazeres, da inexistência de suprimentos, esclarecimento insuficiente, crise econômicas, o pavor de adquirir a doença, a ansiedade com a própria saúde e a dos entes estimados, a mácula da doença e a ocupação de risco. De acordo com respeitáveis observações de Machado é fundamental o diagnóstico precoce a fim de evitar comorbidades e complicações, bem como existem fármacos que ajudam e podem mitigar os sintomas surgidos durante eventos estressores como a pandemia. Machado confiantemente finaliza sua pesquisa afirmando que a terapia modelo para tratamento do *Burnout* ultrapassa a contribuição multidisciplinar na área de saúde, vai além do acompanhamento clínico do tratamento e envolve o engajamento social e laboral, não apenas no momento da pandemia, mas também depois, e que as pessoas, o meio social, os órgãos e instituições devem estar compenetrados a fim de precaver o *Burnout*.

Referências

FREUDENBERGER, H. J. **Staff burn-out**, *Journal of Social Issues*. 1974, 30 (I), 159-165.

GONÇALVES, Jonas Rodrigo. Como elaborar uma resenha de um artigo acadêmico ou científico. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**. Vol. 3, n. 7, p. 95–107, 2020. DOI: 10.5281/zenodo.3969652. Disponível em: <<http://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/41>>. Acesso em: 3 ago. 2021.

GONÇALVES, Jonas Rodrigo. Como escrever um artigo de revisão de literatura. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**. Vol. 2, n. 5, p. 29–55, 2019. DOI: 10.5281/zenodo.4319105. Disponível em: <<http://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/122>>. Acesso em: 13 ago. 2021.

GONÇALVES, Jonas Rodrigo. Como fazer um projeto de pesquisa de um artigo de revisão de literatura. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**. Vol. 2, n. 5, p. 01–28, 2019. DOI: 10.5281/zenodo.4319102. Disponível em: <<http://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/121>>. Acesso em: 13 ago. 2021.

GONÇALVES, Jonas Rodrigo. Escolha do tema de trabalho de curso na graduação em Direito. **Revista Coleta Científica**. Vol. 5, n. 9, p. 88–118, 2021. DOI:

10.5281/zenodo.5150811. Disponível em:
<<http://portalcoleta.com.br/index.php/rcc/article/view/58>>. Acesso em: 13 ago. 2021.

MACHADO, Eduarda Faria Abrahão: A Importância de Conhecer a História e a Etiologia do *Burnout* durante e após a Pandemia da COVID-19. AVENI, Alessandro; CASTRO SILVA, Gustavo Javier; GONÇALVES, Jonas Rodrigo (coods.). **Aspectos Multidisciplinares que envolvem Direito, Gestão e Finanças acerca da Covid 19**. Brasília: Processus, 2020. p. 123-149. Disponível em:
<<https://periodicos.processus.com.br/index.php/plaep/article/view/241/336>>. Acesso em: 26 set. 2022.

MASLACH, C. ***Burned-out, Human Behavior***. 1976, 5(9), 16-22.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. ***Lawyer burn-out. Barrister***, 1978, 5(2), 8, 52-54.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Classificação estatística internacional de doenças e problemas relacionados à saúde**, décima revisão (CID10) (8a ed.). São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo. 2000.

PÊGO F.R.L; PÊGO, D.R. **Síndrome de Burnout**. Rev Bras Med Trab. 2016;14(2):171-6.

PINES, A; MASLACH, C. ***Characteristics of staff burn-out in mental health settings***. *Hospital and Community Psychiatry*. 1978; 29, 233-237.