



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

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

João Luiz Farinon<sup>2</sup>

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

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

UniProcessus – Centro Universitário Processus, DF, Brasil

E-mail: [joaoluizfarinon@gmail.com](mailto: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

<sup>1</sup> 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.

<sup>2</sup> 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 discorrendo 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.