



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MATO GROSSO DO SUL**  
**UNIDADE UNIVERSITÁRIA DE DOURADOS**  
**PROGRAMA DE PÓS – GRADUAÇÃO *STRICTU SENSU***  
**ENSINO EM SAÚDE**  
**MESTRADO PROFISSIONAL**

**RONALDO JOSÉ DA SILVA**

**ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO PARA A SÍNDROME DE**  
***BURNOUT* COM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM**

**DOURADOS**

**2017**



RONALDO JOSÉ DA SILVA

**ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO PARA A SÍNDROME DE  
*BURNOUT* COM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM**

Produção Técnica apresentada ao Programa de Pós-graduação *Stricto Sensu* Ensino em Saúde da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, Unidade Universitária de Dourados, como exigência final para obtenção do título de Mestre em Ensino em Saúde.

Orientador: Prof. Dr. Antonio Sales

**DOURADOS**

**2017**

S583e Silva, Ronaldo José da

Estratégias de enfrentamento para a síndrome de burnout com profissionais de enfermagem/ Ronaldo José da Silva - Dourados, MS: UEMS, 2017.

12 p. ; 30cm.

Produção Técnica (Mestrado Profissional) - Ensino em Saúde - Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, 2017.

Orientador: Prof. Dr. Antonio Sales.

ISBN 978-85-99540-75-6

1.Esgotamento profissional 2. Saúde do trabalhador 3. Equipe de enfermagem. I.Título.

CDD 23.ed. 158.723



## ATA DE VALIDAÇÃO DA PRODUÇÃO TÉCNICA

Aos dezoito dias do mês de agosto do ano de dois mil e dezessete, realizou-se a Validação da Produção Técnica intitulada: *Estratégias de enfrentamento para a síndrome de Burnout com profissionais de enfermagem*, de autoria do mestrando Ronaldo José da Silva, discente do Programa de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Ensino em Saúde, Mestrado Profissional da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul. A comissão julgadora foi constituída pelos seguintes componentes: Prof. Dr. Antônio Sales (orientador/presidente), Profa. Dra. Lourdes Missio (examinadora titular) e Profa. Dra. Luciana Paes de Andrade (examinadora titular externa). Concluídos os trabalhos de apresentação e arguição, a comissão julgadora considerou o mestrando: Aprovado. E, para constar, foi lavrada a presente Ata, que será assinada pelos membros da Comissão Julgadora.

Dourados, 18 de agosto de 2017.

  
Prof. Dr. Antônio Sales (orientador/examinador titular) – UEMS

  
Profa. Dra. Lourdes Missio (examinadora titular) – UEMS

  
Profa. Dra. Luciana Paes de Andrade (examinadora titular externa) – UNIDERP

## SUMÁRIO

<b>APRESENTAÇÃO.....</b>	<b>05</b>
<b>1 PROJETO DE INTERVENÇÃO.....</b>	<b>06</b>
1.1 Título.....	06
1.2 Público Alvo.....	06
1.3 Duração.....	06
1.4 Objetivo.....	06
1.5 Problemática.....	06
1.6 Apresentação.....	07
1.7 Metodologia.....	07
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>10</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>11</b>

## APRESENTAÇÃO

Nosso trabalho foi desenvolvido com o objetivo de contribuir para a prevenção da síndrome de *burnout*, entretanto com o transcorrer do estudo novas inquietações eclodiram do grupo em questão e na busca de informações acabamos nos direcionando para uma dimensão mais ampla, pois se notou que o trabalho não influencia só na vida do trabalhador, mas também lhe serve de fundamento para uma identificação social.

Dito isso, procuramos propor uma intervenção, harmonicamente com a linha de pesquisa do Programa de Pós-graduação *Stricto Sensu* Ensino em Saúde, da Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, que abrange a investigação e implementação de práticas educativas desenvolvidas junto a diferentes segmentos de coletividades.

Essa proposta de intervenção foi planejada com a Metodologia Participativa que permite a atuação efetiva dos participantes no processo educativo sem considerá-los meros receptores, nos quais depositam conhecimentos e informações. No enfoque participativo valoriza-se os conhecimentos e experiências dos participantes, envolvendo-os na discussão, identificação e busca de soluções para problemas que emergem de suas vidas cotidianas (LOPES et al., 2001).

Dessa forma trazemos a seguir uma estrutura metodológica de oficinas com intuito de possibilitar um espaço de reflexão e interação entre os profissionais de enfermagem com temas levantados na pesquisa: A síndrome de *burnout*: um estudo com profissionais de enfermagem de um hospital público.

# 1 PROJETO DE INTERVENÇÃO

## 1.1 Título:

Estratégias de enfrentamento para a síndrome de *burnout* com profissionais de enfermagem.

## 1.2 Público Alvo:

Profissionais de enfermagem dos setores de Infectologia e Psiquiatria do Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados

## 1.3 Duração:

Sete encontros, sendo realizados no interstício dos plantões, entre os turnos existentes (Noturno, Matutino e Vespertino), com duração aproximada de 30 minutos.

## 1.4 Objetivo:

Criar um espaço coletivo e aberto para discussões, reflexões e instigar o diálogo sobre as questões do trabalho.

## 1.5 Problemática:

Em nosso estudo - A síndrome de *burnout*: um estudo com profissionais de enfermagem de um hospital público - foi levado em conta relatos de experiência que nos permitem apontar para uma sugestão de intervenção que possa agir sinergicamente com os trabalhadores, de modo que possamos viabilizar espaços públicos de discussão, onde trabalhadores e organização, possam debater questões pertinentes à forma de trabalho.

De acordo com os dados colhidos em nosso trabalho - A síndrome de *burnout*: um estudo com profissionais de enfermagem de um hospital público - ficou perceptível que os profissionais de enfermagem carecem de um espaço público de debate, onde os mesmos possam se expressar de forma efetiva e ter a oportunidade de observar o reconhecimento de seu trabalho perante os pares, também reconhecer que em uma organização temos deveres que são essenciais para o seu funcionamento, em que cada sujeito contribui para o funcionamento do todo.

Conseqüentemente, buscamos produzir uma proposta que fosse adequada a possibilidade concreta de realização, na qual a sua praticabilidade possa ser mantida, mesmo frente a possíveis obstáculos.

### **1.6 Apresentação:**

Segundo Garrosa-Hernández et al. (2014), criar espaços de debates onde os indivíduos de uma instituição possam discutir e refletir sobre os procedimentos e as rotinas utilizadas, viabilizando a troca de experiências e responsabilidades, são estratégias que contribuem para a prevenção da síndrome de *burnout*.

Para tanto sugerimos grupos de encontros, com a aplicação de oficinas temáticas, que permitam aos participantes um relacionamento aberto, no qual possa haver discussão e esclarecimento de dúvidas.

Os grupos de encontros e as oficinas serão coordenados por um facilitador, com a função de organizar, desenvolver e avaliar as atividades do grupo.

### **1.7 Metodologia**

As oficinas como metodologia são norteadas pela Metodologia Participativa que encontra ressonância na visão filosófica, política e metodológica da educação defendida por Paulo Freire. Ambas defendem a formação dos sujeitos, visam à valorização e transformação da realidade e consideram as experiências de vida de cada participante (AMARAL; FONSECA, 2005).

A metodologia utilizada para o desenvolvimento das oficinas parte do conhecimento prévio dos participantes e na sequência preenchem os espaços do conhecimento. Essa metodologia ressalta a importância de problematizar, levantar questionamentos que possibilitam uma elevação no nível de conhecimento (ALMEIDA et al., 2011).

As oficinas são definidas como uma proposta de aprendizagem compartilhada, por meio de atividade grupal, face a face, com o objetivo de construir coletivamente o conhecimento. Os coordenadores apenas facilitam o debate, partindo sempre de dúvidas, opiniões e valores dos próprios participantes (JEOLÁS; FERRARI, 2003).

Segundo Afonso (2002), as oficinas são um processo estruturado em grupos, que debatem em torno de uma questão central, em um determinado contexto social. O autor destaca a oficina como uma prática de intervenção psicossocial, tanto no ambiente pedagógico, clínico comunitário ou de política social.



Ademais, o uso de oficinas como metodologia, ela possibilita um interesse vivo de instaurar um campo de fala e escuta, pois seu trabalho consiste na percepção e reflexão das experiências do grupo em relação a um tema em questão (AFONSO, 2015).

Logo, apresentamos como proposta cinco temas que foram elencados na pesquisa: A síndrome de *burnout*: um estudo com profissionais de enfermagem de um hospital público – que foram organizados a partir das inquietações apresentadas pelos próprios participantes e planejadas para sete encontros. Para tanto apresentamos no quadro 1 a estrutura de cada uma das temáticas, associada aos objetivos e as estratégias facilitadoras.

Quadro 1. Estrutura da proposta das oficinas.

Oficina	Tema	Objetivo	Estratégia Facilitadora
1	O que é Síndrome de <i>Burnout</i> ?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar o conhecimento dos participantes acerca da Síndrome de <i>burnout</i>.</li> <li>- Refletir com os participantes acerca das consequências da Síndrome de <i>burnout</i>.</li> </ul>	Roda de conversa.
2	O que é o setor de trabalho?	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar o sentimento que os participantes atribuem ao setor de trabalho.</li> </ul>	Roda de conversa e uso de Datashow para expor a organização formal do setor.
3	A profissão: o papel de cada um.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar e refletir sobre o significado que os participantes atribuem ao</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Preenchimento de uma folha tarefa com a seguinte questão: Qual o seu papel na equipe?</li> <li>- Posteriormente roda de conversa para debate das</li> </ul>

		papel que cada um exerce na equipe.	respostas.
4	Relacionamento interpessoal	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sensibilizar os participantes para o autoconhecimento dos relacionamentos interpessoais.</li> <li>- Estabelecer relacionamentos interpessoais mais eficazes.</li> </ul>	Dinâmica de grupo.
5	Gerenciamento de conflito	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Compreender as estratégias de gerenciar conflitos.</li> </ul>	Elaboração de mural educativo.
6	Sem tema: demanda espontânea do grupo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Buscar com os participantes uma temática que eles deem relevância.</li> </ul>	Roda de conversa.
7	Encontro para a avaliação	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avaliar as oficinas pela percepção dos participantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Preenchimento de uma folha tarefa com as seguintes questões: Como você avalia estas oficinas? e Quais sugestões você pode indicar?</li> </ul>

FONTE: O autor (2017)

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta proposta de intervenção é fruto de um processo de pesquisa pelo mestrado profissional, que possibilitou a troca de conhecimento com profissionais de diversas áreas, que foram fundamentais para o seu desenvolvimento.

Assim propomos oficinas onde possamos refletir a cerca do trabalho, a fim de discutir a respeito de nossas ações, por meio da troca de ideias e experiências particulares, enfatizando que cada profissional carrega uma gama de valores pessoais específicos.

Ponderamos que o trabalho possa ser pensado, organizado e programado de formas diferentes, minimizando possíveis conflitos, melhorando as relações interpessoais e principalmente fortalecendo a saúde mental dos indivíduos envolvidos neste cenário.

Esperamos que esta proposta possa auxiliar no desenvolvimento de trabalhos futuros voltados para a prevenção do desenvolvimento da síndrome de *burnout* e conseqüentemente contribuir para a melhoria das condições de trabalho e diminuição do sofrimento dos trabalhadores, colaborando com sua qualidade de vida e saúde mental.

## REFERÊNCIAS

AFONSO L. (org). **Oficinas em dinâmica de grupo: um método de intervenção psicossocial**. Belo Horizonte: Edições do Campo Social, 2002.

AFONSO, M. L. M. **Oficinas em Dinâmica de grupo na área da saúde**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2015.

ALMEIDA, J. R. S. et al. Oficinas de promoção de saúde com adolescentes: relato de experiência. **Rev. Red. Enf. Nor.**, v. 12, n. 4, p. 1052-1058, 2011. Disponível em: [http://www.revistarene.ufc.br/vol12n4\\_esp\\_html\\_site/a22v12espn4.html](http://www.revistarene.ufc.br/vol12n4_esp_html_site/a22v12espn4.html) Acesso em: 24 Ago. 2017.

AMARAL, M. A.; FONSECA, R. M. G. S. A oficina de trabalho como estratégia educativa com adolescentes na área de sexualidade. **Revista Mineira de Enfermagem**, v.9, n. 2, 2005. Disponível em: <http://www.reme.org.br/artigo/detalhes/457>. Acesso em: 25 Ago. 2017.

GARROSA-HERNÁNDEZ, E. et al. Prevenção e intervenção na síndrome de *burnout*. Como prevenir (ou remediar) o processo de *burnout*. In: \_\_\_\_\_(Org.). **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador**. 4. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2014b. p. 227-271.

JEOLÁS, L. S.; FERRARI, R. A. P. Oficinas de prevenção em um serviço de saúde para adolescentes: espaço de reflexão e de conhecimento compartilhado. **Rev. Ciênc. Saúde Coletiva**, v. 8, n. 2, 2003. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s1413-81232003000200021&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s1413-81232003000200021&lng=en&nrm=iso&tlng=pt) . Acesso em: 25 Ago. 2017.

LOPES, E. B. et al. Metodologias participativas. In: Associação Brasileira de Enfermagem – Projeto Acolher. **Revista Adolescer: compreender, atuar, acolher**. Brasília: ABEN; 2001. p. 144-153.