

## **SÍNDROME DE BURNOUT/ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFISSIONAIS DA ÁREA DE SAÚDE**

Juliana da Conceição Pereira da Silva<sup>1</sup>; Thainá Boaventura Souza<sup>1</sup>; Lívia Nascimento Silva<sup>2</sup>; Tais Boaventura Souza<sup>2</sup>; Lusicleide Galindo da Silva Moraes<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Graduanda em Fisioterapia (FAMAM), Juuh-b\_1963@hotmail.com; taiiboaventura8@gmail.com; <sup>2</sup>Graduanda em Odontologia (FAMAM), liviaestrelas3@hotmail.com; taisouza-19@outlook.com; <sup>3</sup>Mestra em Gestão de Políticas Públicas e Segurança Social (UFRB), FAMAM, lusicleidegalindo@gmail.com

O bem-estar da saúde do indivíduo no seu ambiente de trabalho é de suma importância, por isso entende-se que a qualidade de vida está relacionada com as necessidades e expectativas humanas, e à satisfação no ambiente de trabalho, por meio de relações saudáveis e harmônicas. Nesse sentido entende-se que é necessário que os profissionais da saúde se conscientizem sobre a importância do autocuidado no ambiente de trabalho, para que assim haja um melhor desempenho na realização das suas atividades laborais. Nesse contexto, a saúde do trabalhador considera o desgaste físico e mental, devido a jornada excessiva de trabalho, muitas vezes em ambientes insalubres e sem o devido reconhecimento, fazendo com que esse profissional torne-se desmotivado, trazendo prejuízos no cuidado ao paciente. Com isso pode desencadear problemas psicossociais associadas à exposição prolongada ao estresse, levando ao colapso do sistema biológico. Dessa forma, impede-se a ocorrência de mudanças compensatórias e de antecipação que ajudam a enfrentar estes problemas, ocasionando dores de cabeça, insônia, disfunção sociais e depressão. Assim manifesta-se a Síndrome de Burnout com base em sintomas específicos, que pode ser desenvolvida pela exposição demorada a estressores emocionais e interpessoais. Sendo assim, objetivou-se com esse trabalho mostrar a importância do bem estar pessoal e do cuidado com o paciente, tendo como objetivos específicos mostrar as causas e quais as medidas podem ser tomadas para melhorar tal situação. Como procedimentos metodológicos optou-se por revisão integrativa de literatura, utilizando como bases de dados bibliotecas PubMed, Lilacs, Scientific Electronic Library on line scielo (SciELO) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Os artigos foram selecionados de acordo com os seguintes critérios de inclusão: linguagens Português e Inglês, indexados nas bases de dados selecionadas, publicados entre o período de 2012 a 2019, em resumos disponíveis pelo meio online. Para exclusão foram observados os artigos que não tinha relevância com o tema, que foram publicados fora do tempo proposto e os indisponíveis online na íntegra. Assim a leitura dos artigos auxiliaram no entendimento sobre a associação entre estresse e desenvolvimento da síndrome de Burnout, suas consequências e as devidas medidas que podem ser tomadas para promover o bem estar do paciente e profissional na área da saúde .

**Palavras-chave:** Autoestima. Saúde Mental. Saúde do trabalhador.