



Síndrome de Burnout: uma doença do trabalho na sociedade de bem-estar

**Mary Sandra Carlotto
Sheila Gonçalves Câmara**

As mudanças produzidas no mundo do trabalho, principalmente as ocorridas devido ao incremento do setor de prestação de serviços, têm ocasionado uma nova patologia laboral, a Síndrome de Burnout. A legislação brasileira de auxílio ao trabalhador já contempla a Síndrome de Burnout no Anexo II – que trata dos Agentes Patogênicos causadores de Doenças Profissionais – do Decreto nº3048/99 de 6 de maio de 1996 – que dispõe sobre a Regulamentação da Previdência Social –, conforme previsto no Art.20 da Lei nº8.213/91, ao referir-se aos transtornos mentais e do comportamento relacionados com o trabalho (Grupo V da CID-10), o inciso XII aponta a Sensação de Estar Acabado (Síndrome de Burn-Out, Síndrome do Esgotamento Profissional) (Z73.0). O Burnout é um fenômeno psicossocial relacionado ao contexto laboral e que acomete trabalhadores que desenvolvem suas atividades de forma direta e emocional com público. Burnout se constitui de três dimensões, exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. Burnout vem recebendo crescente atenção por parte da comunidade científica, empresarial e sindical, devido às conseqüências negativas para as organizações e seus trabalhadores. A mídia tem divulgado a síndrome, fazendo com que a população em geral tenha acesso a informações básicas e principais fatores de risco. No entanto, ainda há confusões tanto no material divulgado, quanto na própria definição de Burnout. Este, muitas vezes, é tratado como sinônimo de estresse ou insatisfação no trabalho. Nesse sentido, sua configuração como uma síndrome mais ampla acaba restringida, eventualmente, a um processo individual sem a consideração dos inúmeros fatores contextuais envolvidos. Explorar este fenômeno no campo da pesquisa e intervenção psicossocial tem sido uma das propostas do autor da obra, Dr. Pedro R. Gil-Monte¹, psicólogo e professor do Departamento de Psicologia Social do Trabalho da Universidade de Valência – Espanha. Gil-Monte tem sido uma referência nos estudos de Burnout em todo o mundo, através de seus inúmeros estudos, publicados em revistas nacionais e

¹Gil-Monte, P.R. (2005). *El síndrome de Quemarse por el Trabajo: una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar*. Madrid: Ediciones Pirâmide.

internacionais, que vão desde a validação de seu instrumento para avaliar a síndrome até estudos aplicados sobre o tema.

Seu mais recente livro, publicado em 2005, traz um estudo completo sobre Burnout, indo desde aspectos conceituais até os avanços mais recentes na área em termos de intervenção. O livro está estruturado em seis capítulos. Inicialmente o autor discorre sobre a relevância e necessidade de estudar burnout, informando a respeito da origem do termo e o contexto onde essa patologia laboral se insere. Aborda os aspectos legais em diversos países, incluindo o Brasil. No segundo capítulo, contempla uma questão bastante discutida entre os estudiosos da síndrome, ou seja, sua delimitação conceitual e importância de se ter uma única linguagem para o entendimento da síndrome. Já há consenso de que a Síndrome de Burnout é uma experiência subjetiva de caráter negativo constituída de cognições, emoções e atitudes negativas com relação ao trabalho as pessoas as quais tem que se relacionar em função do mesmo. É uma resposta ao estresse laboral crônico.

Considerando a delimitação atual da síndrome, o autor apresenta os sintomas assim como as duas principais perspectivas da síndrome, a clínica e a psicossocial. A perspectiva clínica entende a SB como um estado atingido pelo sujeito como consequência do estresse no trabalho, e a psicossocial define Burnout como um processo desenvolvido pela interação das características do contexto de trabalho e as características pessoais do sujeito.

Nos dois capítulos seguintes são destacadas as variáveis relacionadas à síndrome, culturais, organizacionais, laborais e pessoais. O processo de desenvolvimento de burnout, seus principais modelos teóricos e a culpa, no sentido de vitimização, como variável psicossocial encerram essa seção.

No penúltimo capítulo, é exposta de forma explicativa a questão do diagnóstico e avaliação. Destaca a importância da entrevista associada ao instrumento para identificação da síndrome. Exemplos de casos enriquecem o texto, facilitando o entendimento das diversas facetas do fenômeno. O último capítulo é dedicado à prevenção e tratamento de burnout, onde são destacados os enfoques organizacional, grupal e individual. Nesses níveis, são apresentadas técnicas que capacitam o profissional a intervir, auxiliando trabalhadores e organização no manejo dos estressores do contexto laboral. Em todos os capítulos são apresentados resultados de estudos recentes realizados com várias categorias profissionais e delineamentos. Nesse sentido, o livro vai dirigido a todas as instâncias que, de alguma forma, podem estar relacionadas à síndrome. Isto é, organizações, empregadores, trabalhadores e profissionais de saúde. No campo da saúde, especialmente, o autor aborda a importância da síndrome devido a suas proporções epidemiológicas, o que passa de um fenômeno apenas verificável, para a categoria de um problema epidemiológico de saúde pública.

A obra alcança plenamente seus objetivos, cobrindo, de forma exaustiva, este importante tema, sendo a integração entre teoria, pesquisa e intervenção seu grande diferencial. Além disso, o leitor adquire uma nova perspectiva sobre Burnout, compreendendo essa patologia laboral como um fenômeno psicossocial.

Mary Sandra Carlotto é psicóloga; Mestre em Saúde Coletiva (ULBRA Canoas/RS); Doutora em Psicologia Social (USC/ES); professora do Curso de Psicologia da Universidade Luterana do Brasil (ULBRA Canoas/RS). **Sheila Gonçalves Câmara** é psicóloga, Mestre em Psicologia Social e da Personalidade; Doutora em Psicologia (PUCRS); professora do Curso de Psicologia e do PPGSC da Universidade Luterana do Brasil (ULBRA Canoas/RS).

Endereço para correspondência: mscarlotto@terra.com.br