



## **CURSO DE ATUALIZAÇÃO**

Gestão das Condições de Trabalho e Saúde  
dos Trabalhadores da Saúde

**Síndrome de *Burnout* entre Médicos Residentes  
do Hospital das Clínicas UFMG**

**Marco Aurélio Rocha Santos**

**Belo Horizonte  
Agosto, 2012**

## 1. PROBLEMA E JUSTIFICATIVA

A residência médica constitui uma modalidade de ensino de pós-graduação considerada a especialização médica. É um período muito estressante na formação do médico, uma vez que esse está sob constante pressão. Muitas vezes, em virtude disso, os médicos apresentam cansaço, fadiga e medo de cometer erros. Esse período, marcado por intenso desenvolvimento pessoal, exige mudança de estilo de vida, o que muitas vezes acarreta sonolência diurna e *burnout*, levando ao prejuízo da saúde física e mental do médico e, em última análise, ao prejuízo também de sua qualidade de vida.

Conforme indicado por Lima *et al.*<sup>1</sup> (2007), os médicos residentes podem estar mais susceptíveis à síndrome de *burnout*. Essa síndrome, segundo por Maslach<sup>2</sup>, é definida como uma reação cumulativa a estressores ocupacionais contínuos que se caracteriza por cronicidade, ruptura da adaptação, desenvolvimento de atitudes negativas e comportamentos de redução da realização pessoal no trabalho.

Na área médica, o *burnout* está relacionado a esgotamento físico e mental, falta de energia, contato frio e impessoal com pacientes, atitudes de cinismo, ironia e indiferença, insatisfação com o trabalho, baixa autoestima, desmotivação e desejo de abandonar o cargo. Plantões, longa jornada de trabalho, equipe despreparada, exposição constante a risco, pressão do tempo e urgências, convivência com o sofrimento e a morte podem ser considerados eventos desencadeadores dessa síndrome.

O *burnout* é considerado uma doença ocupacional que se apresenta com despersonalização, exaustão emocional e baixa realização pessoal que afetam o desempenho profissional<sup>3</sup>.

Asaiag *et al.* (2010)<sup>4</sup> reportam que residentes em Hospital Universitário apresentam estresse profissional com alto nível de exaustão emocional e de despersonalização, e moderado nível de realização pessoal.

Os médicos residentes em muitos casos têm uma carga horária de trabalho superior ao estipulado pelo Ministério da Educação, que regulamenta a residência médica no Brasil contribuindo para a síndrome de *burnout*.

## 2. OBJETIVOS

Identificar e propor mudanças nas práticas educacionais e de trabalho a que se submetem os residentes no Hospital das clínicas de UFMG, instituição essa que oferece programas de residência médica em diversas especialidades.

## 3. PLANO DE AÇÃO

Definição da população com: identificação dos gêneros, das idades, do ano em curso de residência e da especialidade; identificação da carga horária de trabalho da residência médica, carga de atividade extracurricular, carga horária de trabalho do médico fora do ambiente de ensino; avaliação da exaustão emocional, despersonalização e realização profissional.

Levantamento, na Comissão de Residência Médica da Instituição, de todas as especialidades médicas que possuem programas de residência médica e a obtenção dos números de residentes dos diversos anos de estágio.

Submissão do projeto ao Comitê de Ensino e Pesquisa da Instituição.

Elaboração de termo de consentimento livre e esclarecido para participação voluntária nas avaliações para a identificação e quantificação da Síndrome de *Burnout*.

Aplicação do inventário de burnout de Maslach<sup>5</sup>.

O burnout será avaliado pelos critérios de Maslach nas dimensões exaustão emocional (alto  $\geq 27$ ; médio 19 a 26; baixo  $< 19$ ), despersonalização (alto  $\geq 10$ ; médio 6 a 9; baixo  $< 6$ ) e realização pessoal (alto  $\leq 33$ ; médio 34 a 39; baixo  $\geq 40$ ).

Os escores destes três domínios são obtidos por meio da soma das respostas de cada afirmação que compõe o domínio. Na sequência, será feita a comparação dos valores com os pontos de corte.

A análise da qualidade de vida do residente será feita por meio do WHOQOL — abreviado, idealizado pela Organização Mundial de Saúde, aplicado na sua versão em português<sup>6</sup>.

Avaliação dos resultados do inventário de *burnout* de Maslach e do WHOQOL, definindo a prevalência da Síndrome de *burnout* na amostra.

Correlacionar os resultados dos inventários com as diversas especialidades, com o tempo de residência médica e com a carga horária de atividades curriculares e extracurriculares.

Esclarecimento individual dos resultados para cada residente informando a ocorrência da síndrome.

Comunicação dos resultados para o representante dos residentes perante a Comissão de Residência Médica, para os coordenadores de cada programa de residência médica, para a Comissão de Residência Médica e para os gestores administrativos e diretoria clínica.

Agendamento de mesa de negociação entre os representantes dos médicos residentes e demais representantes institucionais para discussão em conjunto dos resultados e apresentação de propostas de intervenção.

Definição em conjunto da forma de tratamento daqueles indivíduos diagnosticados com a síndrome e a sua prevenção de recorrência.

#### 4. CRONOGRAMA

Item	AÇÕES	MESES															
		2013										2014					
		M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	J	F	M	A	M	J
01	Definição da população de estudo	x															
02	Levantamento dos programas de residência		x														
03	Elaboração e confecção de questionários			x													
04	Submissão do projeto ao Comitê de Ensino e Pesquisa				x	x											
05	Elaboração de termo de consentimento livre e esclarecido				x	x											
06	Aplicação do inventário de <i>burnout</i> de Maslach e análise da qualidade de vida -WHOQOL						x	x	x								
07	Avaliação dos resultados									x	x						
08	Esclarecimento individual dos resultados											x	x				
09	Comunicação dos resultados													x			
10	Mesa de														x	x	x

	negociação																
11	Proposta de intervenção																x
12	Acompanhamento da intervenção																x

## 5. INVESTIMENTO

Material de consumo		
Papel A4 (02 pcts com 500 folhas)	R\$ 15,00	R\$ 30,00
Cartuchos HP 1120 (02 unid.)	R\$ 90,00	R\$ 180,00
Pastas plásticas (25 unid)	R\$ 3,00	R\$ 9,00
Caneta	R\$ 3,00	R\$ 9,00
TOTAL		R\$ 228,00

## 6. AVALIAÇÃO

O processo de acompanhamento e avaliação das ações propostas será feito pelos Representantes dos médicos residentes, pela comissão de residência médica, pelos coordenadores de clínicas e gestores administrativos. Essa equipe irá compor a mesa de negociação adequando as atividades exercidas para que haja um ensino de qualidade e, assim, permita a formação de um profissional capacitado e preparado na assistência médica preservando sua integridade física e emocional.

## 7. REFERÊNCIAS

1. Lima FD, Buunk AP, Araújo MJB, Chaves JGM, Muniz DLO, Queiroz LB. Síndrome de Burnout em residentes da Universidade Federal de Uberlândia - 2004. Rev Bras Educ Méd. 2007;31(2):137-46.
2. Maslach C. Entendendo o burnout In: Rossi AM, Perrewé PL, Sauter SL, organizadores. Stress e qualidade de vida no trabalho: perspectivas atuais da saúde ocupacional. São Paulo: Atlas; 2005. p.41-55.
3. Pereira AMTB. Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2002.
4. Asaiag PE, Perotta B, Martins MA, Tempiski P. Avaliação da qualidade de vida, sonolência diurna e burnout em médicos residentes. Rev Bras Educ Med. 2010;34(3).
5. Maslach C, Jackson S, Leiter MP. Maslach burnout inventory manual. 3a ed. Califórnia, USA: Consulting Psychologists Press; 1996.
6. Fleck MP, Leal OF, Louzada S, Xavier M, Chachamovich E, Vieira G, et al. Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação da Qualidade de Vida da OMS (WHOQOL-100). Rev Bras Psiquiatr.. 1999;21(1):19-28.