



Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN
Secretaria de Educação à Distância – SEDIS
Laboratório de Inovação Tecnológica em Saúde - LAIS
Programa de Educação Permanente em Saúde da Família – PEP SUS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DA FAMÍLIA

**SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA SAÚDE DA UBS NOVA
ESPERANÇA, CIDADE LARANJAL DO JARI - AP: PLANO DE
INTERVENÇÃO PARA 2021**

OSCAR AMARAL JUNIOR

NATAL/RN
2020

SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DA SAÚDE DA UBS NOVA
ESPERANÇA, CIDADE LARANJAL DO JARI - AP: PLANO DE INTERVENÇÃO PARA
2021

OSCAR AMARAL JUNIOR

Trabalho de Conclusão apresentado ao
Programa de Educação Permanente em
Saúde da Família, como requisito parcial
para obtenção do título de Especialista
em Saúde da Família.

Orientador: DHYANINE MORAIS DE
LIMA

NATAL/RN
2020

A Deus, minha família e principalmente meus colegas de profissão que foram heróis e lutaram incansavelmente contra o inimigo, e foram a inspiração para a elaboração desse trabalho,
obrigado!

Aos meus pais que deram todo suporte e aos meus filhos que foram meus motivadores diários.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	PÁGINA 5
RELATO DA MICROINTERVENÇÃO	PÁGINA 6
CONSIDERAÇÕES FINAIS	PÁGINA 10
REFERÊNCIAS	PÁGINA 11

1. INTRODUÇÃO

O Município de Laranjal do Jari, está situado no Estado do Amapá, e segundo o IBGE a população estimada está em torno de 30.000 habitantes. A sua formação histórica reflete diretamente a habitação, nas margens do rio Jari, pelos trabalhadores que eram demitidos da empresa Jari celulose (produtora de celulose para papel) e por não possuírem estrutura econômica para retornar aos seus Estados de origem, construíram suas residências em palafitas, e formaram o "Beiradão", se tornando conhecido como a maior favela fluvial do mundo.

A Atenção Primária de Saúde do Município, conta com 7 Unidades Básicas de Saúde (UBS), para atender a demanda da cidade. A UBS que atua pelo PROGRAMA MAIS MÉDICOS PELO BRASIL está situada no bairro Nova Esperança e atende pelo mesmo nome do bairro, e consta de 2 (duas) equipes de Saúde da Família (eSF).

Para dar início aos atendimentos à pacientes que eram suspeitos de serem infectados pelo coronavírus, a UBS RUINALDO NASCIMENTO foi transformada e adaptada para ser a Unidade Referência, em abril de 2020. Foram escalados vários profissionais para atuarem no enfrentamento ao COVID -19, e no decorrer das atividades, muitos adoeceram fisicamente pela doença e outros chegaram a um estado de esgotamento mental.

A mudança repentina de vida, os plantões exaustivos devido a grande demanda no ápice da pandemia no Município, o crescente aumento dos casos e óbitos, levou alguns colaboradores da área da saúde a apresentarem sinais de esgotamento profissional, que começou a ter repercussão na vida pessoal.

Como a pandemia causada pelo coronavírus trouxe experiências negativas, principalmente para quem atuou e atua na linha de frente, criar um plano de intervenção que trará uma melhoria na saúde do trabalhador da saúde, é um projeto que está proposto para ter início em 2021, visando o bem estar e qualidade de vida daqueles que se empenharam exaustivamente pela saúde da população.

2. RELATO DE MICROINTERVENÇÃO

A partir de abril desse ano, foi possível identificar que com a mudança no estilo de vida devido a pandemia, muitas pessoas viram suas rotinas mudarem completamente com o intuito de evitar o alastramento do coronavírus pelo mundo. Infelizmente o não cumprimento do isolamento social e das medidas restritivas impostas contribuíram para que o SARS COV2 chegasse aos quatro cantos da terra.

Em Laranjal do Jari, município do Estado do Amapá, onde atuo pelo Programa Mais Médicos pelo Brasil, com uma proporção de aproximadamente 30 mil habitantes, houve um aumento acelerado dos pacientes infectados pelo vírus em um curto período de tempo, mesmo havendo campanhas de conscientização, barreiras na entrada da cidade e na hidroviária por profissionais da saúde que faziam o monitoramento dos sinais vitais, porém, essas medidas não foram suficientes para o alastramento do vírus pelo município, chegando a causar um congestionamento do sistema de saúde durante o pico da pandemia que ocorreu no mês de maio devido ao grande número de casos para a região (De 3.546 pessoas infectadas, 42 foram a óbito, de acordo com o boletim epidemiológico do município no dia 24.07.2020) (Comitê Médico de Enfrentamento à Covid -19 – AP, 2020).

O atendimento dos casos suspeitos, confirmados e o acompanhamento domiciliar dos pacientes com diagnóstico da COVID-19 ficou sob a responsabilidade da Atenção Primária de Saúde (APS) do município, que transformou uma unidade básica de saúde existente (UBS RUINALDO NASCIMENTO) em unidade para atendimento dos pacientes com sintomas respiratórios leves e moderados. Os pacientes com sintomas graves eram admitidos na Unidade de Pronto Atendimento (UPA) do município, que foi transformada em CENTRO DE COVID para cuidados intensivos.

Com essas mudanças bruscas e repentinas, os profissionais da área da saúde tiveram que se readaptar de uma maneira rápida ao atendimento ao público (baseado na classificação de risco de Manchester), as mudanças constantes de protocolos de tratamento, aumento das horas de trabalho, fluxo intenso de pacientes e também ao novo estilo de vida pessoal de isolamento social.

Devido a essa mudança profissional, social e pessoal, e também as perdas de familiares, amigos e conhecidos por complicações ocasionadas pela COVID-19, muitos profissionais com o decorrer dos meses começaram a apresentar quadros de exaustão física e mental, ansiedade, irritabilidade constante, dificuldade de concentração, insônia, apatia pelo trabalho, perda total da motivação e distúrbios gastrointestinais, sinais similares aos que poderiam indicar a síndrome de Burnout ou também chamada de Esgotamento Profissional. Nesse quadro, já se pode falar em uma espécie de despersonalização, uma vez que a pessoa age de formas diferentes que se torna “outra pessoa”, marcada por sinais de depressão, desesperança e

exaustão, ou seja, uma espécie de colapso físico e mental (Dr. LÉO KAHN, 2016).

Essa síndrome não é classificada como doença ou uma condição de saúde, mas um fenômeno ocupacional, sendo caracterizada por três dimensões: sentimentos de exaustão ou esgotamento de energia; aumento do distanciamento mental do próprio trabalho, ou sentimentos de negativismo ou cinismo relacionados ao próprio trabalho; e redução da eficácia profissional (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2019).

O tratamento da Síndrome de Burnout é feito basicamente com psicoterapia, mas também pode ser utilizado medicamentos (antidepressivos e/ou ansiolíticos) a depender do quadro (MATEUS REIS, 2019). Alguns autores afirmam que pessoas com a Síndrome Burnout passaria por estágios que vão desde uma necessidade de autoafirmação profissional, passando por estágios comuns de intensificação da dedicação ao trabalho que, levada a consequências extremas, resultaria no esgotamento característico da síndrome.

Diante daqueles achados observados em uma breve entrevista com profissionais da UBS NOVA ESPERANÇA que atuaram por um breve período e nos que ainda atuam diretamente no enfrentamento do coronavírus no município (UBS RUINALDO E CENTRO DE COVID), como médicos, enfermeiros e técnicos de enfermagem, surgiu o interesse em realizar um plano de intervenção nesse grupo citado, com o intuito de detectar os sinais precoces da Síndrome de Burnout e encaminhar para equipe multidisciplinar ou serviço especializado se houver sinais que podem prejudicar o colaborador ou piora do quadro no decorrer do acompanhamento, pois alguns profissionais além de apresentar quadros de esgotamento profissional, também apresentam histórico de depressão e ansiedade, o que poderia reaparecer ou piorar o quadro pré-existente, pois a saúde mental tem grande influência sob a saúde física.

Cuidar do estado de saúde do trabalhador que atua diretamente na saúde do Brasil é tão importante quanto cuidar da saúde de um usuário que busca atendimento, pois a responsabilidade em diagnosticar, tratar e reabilitar pode acarretar sobrecargas emocionais que podem refletir na atuação do profissional.

TABELA 1: PLANO DE INTERVENÇÃO PARA 2021.

OBJETIVOS	METAS	AÇÕES	RECURSOS NECESSÁRIOS	P]
		- Semanalmente será realizado uma entrevista de aproximadamente 30 minutos com os integrantes da		

1	Objetivo	<p>Detectar sinais da síndrome de Burnout em profissionais da UBS NOVA ESPERANÇA que atuaram/atuam na linha de frente do enfrentamento ao coronavírus no município de Laranjal do Jari – AP.</p>	<p>Evitar a exaustão física e mental da equipe da saúde ocasionada pelo trabalho, além do agravamento da depressão e ansiedade pré-existente.</p>	<p>equipe que atua nas unidades de saúde que atendem pacientes com suspeitas e confirmados da COVID -19 (médicos, enfermeiros e técnicos de enfermagem), contendo perguntas que refletem o estado de saúde físico e mental atual, os sentimentos e relacionados ao trabalho, a expectativa para o futuro e um momento para o paciente falar sobre assuntos de seu interesse.</p>	<p>Uma sala de consultório, que contenha uma mesa, uma cadeira e um sofá.</p> <p>O estipula meses que acompa com profissi com iní 04.01.2 04.04.2</p>
				<p>- Realizar alongamento da musculatura antes de iniciar o trabalho e ao termino das atividades laborais, e orientação persistente sobre a importância do</p>	

repouso.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A COVID – 19 é uma doença que apresenta uma repercussão negativa no organismo humano, principalmente no psicológico. Muitos pacientes temem pela sua vida e pelas sequelas, e através desses pensamentos a ansiedade e o pânico se instala.

Com os profissionais da área da saúde se observou que as repercussões são maiores, pois além do cuidado com o paciente e o cuidado de si, o acometimento da saúde pelo vírus, houve as sobrecargas de trabalho, a adaptação ao novo que foi inesperada, as demandas que aumentaram drasticamente, as perdas de familiares e conhecidos, as condições de trabalho inadequadas, a falta de um tratamento específico e as expectativas, influenciou que sinais da síndrome de Burnout começassem a aparecer.

A experiência adquirida nesse período de atuação no enfrentamento ao coronavírus no centro de COVID - 19 do município de Laranjal do Jari, mostrou o quanto os profissionais da área da saúde apresentam a saúde mental fragilizada, o que se agravou durante a pandemia trazendo prejuízos a saúde física e no comportamento.

Por causa dessa mudança comportamental, que pode ser refletida no trabalho e na vida pessoal do profissional da saúde, decidi criar um plano de intervenção para 2021 baseado na saúde mental do trabalhador que atua diretamente com pacientes acometidos pelo coronavírus, para detectar precocemente sinais de exaustão que podem indicar esgotamento profissional.

A pandemia que estamos vivendo atualmente é uma realidade cheia de incertezas, e cuidar daqueles que estão diretamente expostos é necessário, para evitar desistência de profissionais por desgaste emocional.

4. REFERÊNCIAS

Kahn, L. (06 de Janeiro de 2018). *Síndrome de Burnout*. Fonte: drleokahn: <https://www.drleokahn.com/post/2018/01/06/s%C3%ADndrome-de-burnout>

Valadares Melo, P., de Lima Chucre, A. C., Muniz Franco, M. T., & da Silva Almeida, P. (2020). *ENFRENTAMENTO DA COVID - 19 NA ATENÇÃO PRIMÁRIA*. Macapá - AP.

Neves, Ú. (09 de Agosto de 2019). *Síndrome de Burnout entra na lista de doenças da OMS*. Fonte: Portal PEBMED: <https://pebmed.com.br/sindrome-de-burnout-entra-na-lista-de-doencas-da-oms/>

Millan, Luiz Roberto. (2007). A síndrome de Burnout: realidade ou ficção?. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 53(1), 5. <https://doi.org/10.1590/S0104-42302007000100004>