

SÍNDROME DE BURNOUT EM ENFERMEIROS NA UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA: UMA REVISÃO NARRATIVA DA LITERATURA

José Genaro Benedito¹
Leandro Renê da Silva²
Mayara Cristina Soares Mendes³

Andréa Rosane Sousa Silva⁴

RESUMO

O estudo tem como objetivos diferenciar e conceituar o Estresse e a Síndrome de Burnout, assim como fazer o elo entre a causa e consequência e estabelecer a relação com o trabalho de enfermagem na unidade de terapia intensiva. Realizou-se um estudo bibliográfico para a compreensão do assunto, conhecendo as causas e consequências do esgotamento profissional. O estudo foi realizado com base na análise de interpretação de artigos. A Síndrome de Burnout é uma reação ao estresse causado pelo trabalho, havendo desgaste do profissional, resultando na perda da satisfação pelo trabalho. Enquanto que o estresse refere-se a um esgotamento pessoal. Atualmente é considerado um problema de saúde pública.

Palavras-chaves: Estresse. Burnout. Trabalho. Enfermagem.

ABSTRACT

The study aims to differentiate and conceptualize stress and burnout, and make the link between cause and effect and establish a relationship with the nursing work in the intensive care unit. We conducted a bibliographic study for understanding the subject, knowing the causes and consequences of burnout. The study was based on analysis interpretation of articles, theses and dissertations. Burnout syndrome is a response to work stress, with professional wear, resulting in the loss of satisfaction with the work. While stress refers to a personal breakdown. It is currently considered a public health problem.

Words-keys: Stress. Burnout. Job. Nursing.

¹José Genaro Benedito, Formando em Enfermagem na Faculdade Integrada de Pernambuco – FACIPE. e-mail: genak7@hotmail.com

²Leandro Renê da Silva, Formando em Enfermagem na Faculdade Integrada de Pernambuco – FACIPE. e-mail: leandrorene30@hotmail.com

³Mayara Cristina Soares Mendes, Formanda em Enfermagem na Faculdade Integrada de Pernambuco – FACIPE. e-mail: mayara.mendes17@yahoo.com.br

⁴Andréa Rosane Sousa Silva, Doutoranda em Enfermagem – UFPE, M^a. em Enfermagem em Promoção a Saúde – FENSG/PE, especialista em Enfermagem do Trabalho – IESC, coordenadora de estágio da Faculdade Integrada de Pernambuco – FACIPE. e-mail: profandrearosane@gmail.com

INTRODUÇÃO

O ofício sempre foi considerado uma atividade útil para qualquer ser humano e conforme a evolução das épocas e sociedades, o trabalho foi se tornando essencial para a inserção social e outras vertentes do homem: cultural, econômica, psíquica e para suas relações interpessoais. Sendo assim, para Silva (2001): *“o trabalho é uma atividade específica do homem que funciona como fonte de construção, satisfação, riqueza, bens materiais além de serviços que são utilizados em prol da sociedade humana”*.

No momento contemporâneo, as pessoas possuem uma rotina profissional muito agitada e desgastante, gerando um entorno competitivo e trazendo a tona uma patologia: o estresse.

Para Rodrigues (1997), o que define esse estresse é a situação emocional entre o profissional e o ambiente em que trabalha, sendo este, um lugar de medo e perigo que vem ameaçando o seu bem estar. Este conceito sobre tal expressão pode ser aplicado para questões biológicas, psico e social, no qual atualmente essa expressão vem sendo utilizada de maneira corriqueira pelas pessoas, resultando em interpretações positivas ou negativas sobre seu conceito e aplicabilidade.

Uma das consequências deste ritmo atual e tão freqüente é um estado de tensão emocional e estresse crônico provocado por condições inadequadas e desgastantes de trabalho. A síndrome de burnout é caracterizada por ser um ponto máximo de estresse profissional, pode ser encontrada em qualquer profissão, mas principalmente nos trabalhos em que tenha impacto direto com a vida de outras pessoas.

A enfermagem é uma área da saúde que possui muitos profissionais acometidos pela síndrome de burnout, “falando” especificamente no ambiente da unidade de terapia intensiva, os profissionais enfermeiros atuantes nesse setor tornam-se pessoas vulneráveis ao desenvolvimento do burnout, devido a diversos fatores: plantões exaustivos, procedimentos de alta complexidade, relação direta com o sofrimento do paciente e seus familiares, convívio rotineiro com a morte e alta exigência de habilidade técnica. (MURASSAKI; VERSA; INOUE; MELO; MATSUDA; 2011).

Para esses autores existem alguns fatores particulares a essa síndrome: exaustão emocional, tensão, e a falta de autoestima no que tange a realização profissional; são alguns dos pontos relevantes para o desencadeamento desse esgotamento. Os profissionais da enfermagem na UTI lidam diretamente com esses pontos e por isso são alvos dessa doença, os mesmos em sua maioria, possuem longas jornadas de trabalho, serviços de alta responsabilidade, pouco reconhecimento de terceiros e a baixa remuneração, a partir daí esse profissional encontra-se danificado em seu aspecto físico e emocional, gerando uma grande frustração e baixa estima, pontos cruciais para o aparecimento da síndrome do esgotamento profissional. São tidos por diversas vezes como pessoas desumanas ou frias pela forma de agir para com os outros no ambiente em que desempenham seu trabalho; pois possuem sentimentos de baixa realização profissional e falta de autoestima. Não se sentem competentes e, portanto não sentem prazer no exercer de suas funções. (BATISTA; CARLOTO; COUTINHO, 2011).

Houve uma pesquisa que foi realizada por FOGAÇA; CARVALHO; CÍTERO; MARTINS (2008), a mesma possui dados de pesquisa realizada por OEHLER; DAVIDSON; STARR; LEE,(1991), foi encontrada porcentagem de 24% de exaustão, 7% de despersonalização e 32% de falta de realização profissional. Para os autores estes fatores tiveram grande relevância para o desenvolvimento de burnout.

Um diagnóstico acertado e correto da síndrome tem uma extrema importância, da mesma forma que seus fatores desencadeantes para redução de danos e eficácia do tratamento, para tanto, faz-se necessário que os profissionais relacionados com a saúde do trabalhador conheçam sobre a síndrome.

Dessa forma, este trabalho visa analisar as evidências da literatura brasileira sobre a síndrome de burnout em enfermeiros de UTI.

METODOLOGIA

O estudo trata-se de um artigo narrativo da literatura que teve como objetivo recolher publicações com informações para descrever a respeito da Síndrome de Burnout, enfatizando principalmente os sintomas que afetam os

profissionais de enfermagem de Unidades de Terapias Intensivas (UTI), permitindo a quem ler, certo conhecimento sobre a temática abordada em tempo mínimo, podendo ser facilmente identificada pela temporalidade que se apresenta no presente de casos já ocorridos com possibilidades de melhoria em histórias futuras.

As fontes foram sendo colecionadas entre o período de março a novembro de 2016, foram recolhidas informações que abrangeu desde os anos de 1997 - 2000 até os dias atuais, através de uma pesquisa bibliográfica de artigos científicos e eletrônicos através de sites de portais acadêmicos ou sites oficiais, como por exemplo, o site BVS (Biblioteca Virtual de Saúde) entre outros.

Nas pesquisas foram buscadas informações a respeito do estresse no trabalho, profissional da área de saúde, o conceito da síndrome de burnout, como ela se alastra, suas características e consequências.

Narrou-se de forma aplicada o conceito da síndrome por vários autores, alertando e listando os fatores que mais desencadeiam tal estresse intenso, a começar pelos pequenos sinais assim como sua problemática e uma possível solução.

A SÍNDROME DE BURNOUT: PANORAMA CONCEITUAL

Pesquisadores estrangeiros utilizaram o termo *Burnout* para indicar o esgotamento psicológico em relação ao trabalho. Foi traduzido para o português, *Burn* (queima) e *out* (para fora), significando perder o fogo, perder a energia. Na origem inglesa denomina-se como aquilo que deixou de funcionar por absoluta falta de energia, ou seja, burnout é quando o indivíduo chega ao seu limite, se esgotou, não possuindo mais êxito em seu desempenho físico e/ou mental (TRIGO et al, 2007).

Foi utilizado o termo Burnout,primeiramente, em 1974, por Freudenberg que descreveu ser um sentimento de fracasso e exaustão ocasionado por um desgaste excessivo, observado como sofrimento existente entre os profissionais que estão ali trabalhando diretamente com pacientes dependentes de substâncias químicas. Esses profissionais alegavam que já na conseguiam ver seus pacientes como pessoas que necessitavam de cuidados especiais,

pois os mesmos não se desvinculavam das drogas. Devido o estresse e toda exaustão, por diversas vezes desejavam não ter que ir ao trabalho fazer a mesma coisa. Por não conseguirem êxito no que estavam exercendo, sentiam sensação de incapacidade por não conseguirem modificar a situação, sentiam-se frustrados. (Murofuse, 2005).

A Síndrome de Burnout segue dois ramos de conceituação e abrangência: a clínica e a psicossocial. A perspectiva clínica apresenta a Síndrome de Burnout como um esgotamento, decepção e a perda de interesse pela atividade de trabalho. A segunda perspectiva abrange a síndrome de Burnout como sendo o processo de características que abrange o local de trabalho e todas suas peculiaridades, ou seja, suas características pessoais, pois o esgotamento de um leva ao outro (Gil-Monte e Peiró, 1997).

Para GIL-MONTE (2002), entre as denominações propostas a mais recomendável é a Síndrome de Burnout e enumera algumas razões para isso. São elas:

- A partir da sua denominação já indica que se trata de um fenômeno que integra um fenômeno de sintomas;
- Informa da necessidade de compreender e avaliar os sintomas para realizar um diagnóstico adequado;
- Desvia o foco de atenção para o trabalho e não para o trabalhador evitando a estigmatizar o trabalhador;
- Permite a diferenciação entre outros fenômenos psicológicos que aparecem por condições de trabalho como estresse ocupacional, fadiga, ansiedade dentre outros.

Foram definidos três aspectos da síndrome por Maslach, Schaufeli e Leiter (2001) são elas: Exaustão emocional, que é caracterizada pela falta de energia; Despersonalização, que caracteriza por tratar pessoas, sejam elas clientes ou colegas como objetos e a diminuição da realização pessoal no trabalho, que é a forma das pessoas sentirem-se infelizes com o seu desenvolvimento profissional.

Maslach, Schaufeli e Leiter (2001) abordam que o processo de trabalho em UTI é de bastante complexidade, pois abrange aspectos relacionados com

as relações pessoais e a comunicação estritamente profissional, pacientes e familiares, passando pela qualidade no cuidado. Aquele que exerce a função de enfermagem precisa, necessariamente, manter, sempre, a tranquilidade do ambiente por mais difícil que algumas situações possam ser, se esforçando para controlar ao familiar nos momentos difíceis vivenciado pela pessoa do paciente. (DE OLIVEIRA E SPIRI WC, 2011).

Por ser a UTI um ambiente tenso e complexo, os enfermeiros tem uma maior responsabilidade em todas as tarefas que executam além das rotinas diárias. O estresse tem repercussões em níveis tanto individual como social e organizacional, manifesto por absentismo, redução de motivação e satisfação no trabalho, o aumento do número de acidentes de trabalho e do aumento dos erros no desempenho. (RODRIGUES VM E FERREIRA AS, 2011).

Uma parte dos profissionais de enfermagem são usuários de drogas psicotrópicas, tendo como as mais consumidas o cloxazolam e diazepam, usadas sem o devido controle e sem prescrição. A facilidade de ter o acesso aos profissionais de enfermagem possibilita o uso. O desgaste físico e psíquico que ocorre e, as várias cobranças do trabalho e a família podem levar para o desenvolvimento dos profissionais com substâncias psicoativas. Uns com mais predisposição psicoativas do que outros. (DIAS J, 2011).

Mesmo com algumas questões divergentes, todas encontram alguns elementos comuns: quais seja a exaustão mental e emocional, a fadiga, depressão, sentimentos e comportamentos negativos além da diminuição no desempenho das atividades desempenhadas pelo profissional. Os sintomas da síndrome de burnout estão relacionados estritamente ao trabalho e o ambiente em que se exerce.

O ESTRESSE E O PROFISSIONAL DE ENFERMAGEM

Para Dorsch Healy e McKay (2000) a carga que carrega o profissional de enfermagem é o fator mais estressante de suas atividades, sem falar em todos os conflitos internos existentes entre a equipe e a falta de apoio do profissional.

Martins (2000) avalia o estresse no trabalho quando no ambiente em que se trabalha é visto como uma ameaça àquele que o exerce, recaindo sobre

seu mundo profissional, surgindo demandas e atividades maiores do que a sua capacidade consegue enfrentar.

Para Spooner-Lane (2004) os primeiros estudos que deram ênfase a investigar o burnout em profissionais de enfermagem observaram que a síndrome estava bem relacionada com o tempo em que os enfermeiros passam com os doentes, assim como a intensidade das exigências emocionais destes, além do cuidar de doentes com mau prognóstico.

Batista (2006) dizia que a falta de funcionários é fator bem considerável de estresse entre os profissionais de enfermagem, repercutindo na qualidade do cuidado que se deve ter com os pacientes, sendo meio de confronto entre os enfermeiros, os próprios pacientes e até mesmo os familiares; a supervisão que se exerce nas unidades de emergências não é eficiente para melhoria do ambiente de trabalho.

Nas palavras de Ferreira (2009) ele afirma que cabe então a esta ciência, a cronobiologia, explicar questões relativas à tolerância ao trabalho. Ocorre que nos serviços de saúde, o descaso e a falta de interesse existente com a saúde física e mental do profissional que atua nessas instituições aparecem com frequência e diversas formas.

Já Ferrareze (2006), afirma que muitos relatos de que a enfermagem é uma profissão estressante e cansativa, devido à toda uma responsabilidade pela vida do ser humano e a aproximação com pacientes onde o sofrimento é quase inevitável, exigindo muita dedicação para o desempenho de suas funções, aumentando cada vez mais a probabilidade de ocorrência de desgastes físicos e psicológicos intensos.

As manifestações do estresse vêm provocando reações, que em excesso, podem levar a um grande desequilíbrio no organismo. Ele desencadeia processos fisiológicos, para que tenha capacidade de adequar-se às novas situações que o profissional está enfrentando ou já enfrentou. (SILVA, 2008).

A Síndrome de Burnout se diferencia do famoso Estresse. O burnout tem como características certas atitudes e condutas negativas, enquanto o estresse apresenta-se também com aspectos positivos e/ou negativos, como uma carga pessoal que atinge a vida do indivíduo, mas não está necessariamente ligado ao exercer do seu trabalho (Mendes, 2002).

No entender de Mendes (2002) o Estresse não necessariamente leva ao Burnout, pois existem muitos diversos fatores que implicam em todo o processo: condições ambientais agressoras, personalidade e percepção subjetiva do sujeito, além da capacidade de enfrentamento. A pessoa cuja fadiga é acentuada por excesso de carga de trabalho pode não apresentar Burnout, pois pode não apresentar a despersonalização e a falta de realização pessoal.

O Ministério da Saúde (2004) afirma que as questões que envolvem e implicam na saúde do trabalhador devem ser aliadas para além do processo relativo a trabalho, considerando os fatores que o refletem e das condições de vida dos trabalhadores em geral, visando uma total abordagem do indivíduo.

No Brasil, foram realizados estudos com profissionais da área de enfermagem e identificaram fatores negativos semelhantes: sobrecarga de trabalho, dificuldade em determinar os diversos tipos de papéis, problemas nas relações interpessoais, carga emocional, recursos inadequados e falta de poder de decisão e de reconhecimento (REINHARDT, 2009).

Fatores como a sobrecarga de trabalho e acúmulo de diferentes funções, a desorganização do ambiente de trabalho, assim como insatisfações com a função executada e salários inadequados ou inferiores ao mercado, podem ocasionar doenças relacionadas ao trabalho, físicas e/ou mentais. (SAMPAIO & MARIN, 2004).

A SÍNDROME DE BURNOUT NOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM NA UTI

As unidades de terapia intensiva (UTI) surgiram com o passar dos anos e, no dia a dia, com todo desenvolvimento tecnológico, para ajudar a atender os cuidados especiais que a situação de alguns pacientes exige. Estão ali para receber e atender pacientes em estados graves e que necessitam de atendimento médico e de enfermagem ininterruptos (CHAVES; MASSAROLLO, 2009).

O barulho ou ruído tecnológico existente no âmbito da UTI se encontra bem acima dos níveis que regulamenta a NR (Normas Regulamentares), sendo um meio capaz de afetar a saúde de todos envolvidos, devido a exposição e

aproximação, o tempo de exposição também influenciam bastante, a exigência da tarefa em ter que estão sempre alerta, fatores que ajudam a aumentar a carga psíquica negativamente como cansaço e irritação. (DE OLIVEIRA E LISBOA MT, 2009).

O estresse está interligado a vários fatores, um deles é a qualidade do sono, ou seja, quanto maior o nível de estresse ocupacional nos plantões dos enfermeiros, maiores são as chances de desencadear a síndrome de burnout diante da qualidade de sono que terá o profissional (DA ROCHA MC E MARTINO MM, 2010).

Certo é que na UTI é tudo mais delicado e complexo. Há uma maior atenção pelo estado dos pacientes que ali estão e conseqüentemente uma maior carga de tensão para os profissionais que ali executam suas atividades de enfermagem. A predisposição para desenvolver a síndrome de burnout é bem acentuada.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No presente estudo foi verificado que o estresse é o sintoma desencadeante da Síndrome de Burnout causado na profissão de enfermagem, principalmente aos que trabalham nas unidades de terapia intensiva (UTI). Considerando a situação que resulta o Estresse e a Síndrome de Burnout é necessário compreender o assunto visando à saúde e o bem-estar dos profissionais.

Em sendo a UTI (Unidade de Terapia Intensiva) observada e conceituada como um dos ambientes mais pesados e traumatizantes do hospital faz-se necessária à criação de medidas que minimizem a exposição ao estresse do local, prevenindo assim, a síndrome de burnout, através da implantação de opções alternativas que favoreçam a boa saúde mental não só dos profissionais de enfermagem, mas dos acompanhantes e dos próprios pacientes. As medidas que muito poderiam ajudar seriam uma boa gerencia de equipe, salas de vídeo, salas para reflexão, para descanso, leitura, massagem, oração, confraternização, copas, entre outros.

Uma aplicação de atividades de lazer no ambiente de trabalho poderá favorecer a distração, o descanso mental, a recreação e o entretenimento,

como meio de refazimento ou carregamento das energias desgastadas, como forma de alívio de tensões, dando contribuição para a saúde individual e de toda equipe de trabalho, favorecendo assim, para uma melhoria significativa na qualidade do trabalho exercido. (Pereira, 1997).

Atribuir cores no ambiente podem ajudar bastante alterando a comunicação, algumas atitudes, além de alegrar ambientes, a cor tanto pode tranquilizar, diminuindo o estresse, como podem aumentar a vitalidade e a energia desgastadas. Cada pessoa em sua individualidade sofre um tipo de influência das cores de acordo com suas necessidades, sejam elas pacientes ou enfermeiros. (Lacy, 2000).

As cores influenciam e ajudam muito no sistema psicológico das pessoas, sejam elas profissionais ou pacientes.

A síndrome de Burnout, então estudada, poderia ser prevenida evitando-se a monotonia dos profissionais de enfermagem, melhorando as condições físicas de trabalho, os plantões são extensos e cansativos. A atividade é de muita responsabilidade. Investir no aperfeiçoamento profissional, a implantação de ambientes que possam possibilitar o reequilíbrio das energias para que os profissionais consigam executar sua função com excelência, a leveza e que favoreça algum tipo de distração são maneiras positivas de prevenção.

Assim, conclui-se que o profissional de enfermagem em UTI está exposto a diversos fatores que afetam diretamente sua saúde e seu profissionalismo. A tensão, o estresse, o estado de alerta, o ambiente de trabalho em si, predispõem em alguns um estresse em maior intensidade causando ao profissional de enfermagem aversão ao que exerce.

Partindo desse pressuposto, é necessário e de muita importância compreender melhor a problemática da síndrome e burnout que abrange os profissionais e buscar na legislação trabalhista ressaltando as questões da saúde do profissional de enfermagem (DIAS, 2010).

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BATISTA, K. M.; BIANCHI, E. R. F. *Estresse do enfermeiro em unidade de emergência*. Rev. Latino-Am. Enfermagem, Ribeirão Preto, v. 14, n. 4, 2006.

CHAVES, Adriano Aparecido Bezerra; MASSAROLLO, Maria Cristina Komatsu Braga. *Percepção de enfermeiros sobre dilemas éticos relacionados a pacientes terminais em unidades de terapia intensiva*. Rev.esc. enferm. USP vol. 43 no. 1 São Paulo Mar. 2009.

DA ROCHA MC E MARTINO MM. *O estresse e a qualidade de sono do enfermeiro nos diferentes turnos hospitalares*. Rev Esc Enferm USP. 2010; 44(2): 280 – 4.

DIAS, T. L. *Acidentes de Trabalho Relacionados aos Profissionais de Enfermagem de Unidades de Saúde da Família no Recife/PE*. 2010

DIAS J, De Araújo C, Martins ER, Clos Ac, Francisco MT e Sampaio CE. *Fatores predisponentes ao uso próprio de psicotrópicos por profissionais de enfermagem*. Ver Enferm UERJ. 2011; 19(3): 445-51.

Dorsch, F. Hacker, H. Stapf, K. H. *Dicionário de Psicologia Dorsch*. Petrópolis: Vozes, 2001.

De Oliveira E e Spiri WC. *O significado do processo de trabalho de cuidar para o enfermeiro da UTI*. Cienc Cuid Saúde. 2011; 10 (3): 482-489.

De Oliveira E Lisboa MT. *Exposição ao ruído tecnológico em CTI: estratégias coletivas de defesa dos trabalhadores de enfermagem*. Esc Anna Nery Ver Enferm. 009; 13 (1): 24-30.

FERRAREZE, M. V. G.; FERREIRA, V.; CARVALHO, A. M. P. *Percepção do estresse entre enfermeiros que atuam em Terapia Intensiva*. Acta paul. enferm, São Paulo, v. 19, n. 3, set. 2006.

FERREIRA, L. R. C.; DE MARTINO, M. M. F. *Stress no cotidiano da equipe de enfermagem e sua correlação com o cronótipo*. Estud. psicol. (Campinas), Campinas, v. 26, n. 1, Mar. 2009.

GIL-MONTE, P. & Peiró, J. M. (1997). *Desgaste psíquico em el trabajos: el Síndrome de Quemarse*. Madrid: Editorial Síntesis.

GIL-MONTE, P.R. *Influencia Del género sobre El proceso Del desarrollo Del síndrome que de quemarse por El trabajo (burnout) en profisionales de enfermería*. *Psicologia em Estudo*, Maringá, V.7, n.1, p3-10, 2002.

LACY, M.L. *O poder das cores no equilíbrio dos ambientes*. 2 ed. São Paulo: Ed. Pensamento, 2000.

Maslach, C.; Schaufeli, W.B. & Leiter, M. P. (2001). Job Burnout. *Annual Review Psychology*, 52, 397-422.

MARTINS, L. M. M. *Agentes estressores no trabalho e sugestões para amenizá-los: opiniões de enfermeiros de pós-graduação*. Rev. Esc. Enferm. USP, v. 34, n. 1, São Paulo, Mar. 2000.

MENDES, F. M. P. *Incidência de Burnout em Professores Universitários*. 2002.f.147. Dissertação (Mestrado em Engenharia da Produção). UFSC. Florianópolis.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. *Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde*. Brasília: Ministério da Saúde; OPAS/OMS, 2001.

Murofuse NT, Abranches SS, Napoleão AA. *Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem*. Rev. Latino-am. Enfermagem 2005.

PEREIRA, M.E.R.; BUENO, S.M.V. Lazer – *Um caminho para aliviar as tensões no ambiente de trabalho em UTI: Uma concepção da equipe de enfermagem*. Rev. Latino-am. Enfermagem – Ribeirão Preto, 1997.

Rodrigues VM e Ferreira AS. *Fatores geradores de estresse de enfermeiros de unidades de terapia intensiva*. Rev. Latino – Am Enferm. 2011.

REINHARDT, E. L.; FISCHER, F. M. *Barreiras às intervenções relacionadas à saúde do trabalhador do setor saúde no Brasil*. Rev Panam Salud Publica, Washington, v. 25, n. 5, May 2009. Disponível em: http://www.producao.usp.br/bitstream/handle/BDPI/14222/art_REINHARDT_Barreiras_as_intervencoes_relacionadas_a_saude_do_2009.pdf?sequence=1 Acesso em outubro de 2016.

SAMPAIO, M. M. F.; MARIN, A. J. *Precarização do trabalho docente e seus efeitos sobre as práticas curriculares*. Educ. Soc., Campinas, vol. 25, n. 89, p. 1203-1225, Set./Dez. 2004.

SILVA, F. P. P. *Burnout: um desafio à saúde do trabalhador*. Psi - Revista de Psicologia Social e Institucional, v. 2, n. 1, junho 2000.

SALIBA, Tuffi Messias. *Curso Básico de Segurança e Higiene Ocupacional*. São Paulo: LTR, 2004.

SCHAUFELI, W., ENZMANN, D. *The burnout companion to study and practice: a critical analysis*. London: Taylor & Francis. 1998.

SPOONER-LANE, R. *The influence of work stress and work support on burnout in public hospital nurses*. Queensland: University of Technology, 2004. (Doutorado).

TRIGO, T. R., TENG, C. T., HALLAK, J. E. C. *Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos*. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 34(5), 223-233. 2007.