

ERGONOMIA E SÍNDROME DE BURNOUT: IMPACTOS NA SAÚDE DOS COLABORADORES EM UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE

Amanda Caetano Staphanato Soares¹
Amanda Silva Figueira¹
Valesca Espavier Ferreira¹
Nelson Coimbra Ribeiro Neto²

¹ Acadêmicas do Curso de Fisioterapia da Faculdade Multivix de Cachoeiro de Itapemirim-ES, amandafigueira2001@gmail.com; amandastaphanato@hotmail.com; valescaferreira@gmail.com

² Professor orientador: Mestre em Ensino de Ciências da Saúde e do Ambiente; MBA em Liderança e Gestão de Equipes; Especialista em Docência do Ensino Superior, em Fisioterapia Pneumofuncional e em Fisioterapia Traumato-ortopédica. Professor e Coordenador do Curso de Fisioterapia e Coordenador de Pesquisa e extensão da Faculdade Multivix e da Faculdade Brasileira de Cachoeiro de Itapemirim-ES, nelson.coimbra@multivix.edu.br

Data de submissão: 05/12/2024

Data de aprovação: 13/12/2024

RESUMO

Introdução: A hipertensão arterial é uma condição prevalente e multifatorial, com impacto significativo na saúde pública, sendo uma das principais causas de morte no Brasil, especialmente entre os idosos. **Objetivo:** abordar a importância da ergonomia para a saúde de colaboradores que atuam em Unidade Básica de Saúde. **Material e Métodos:** Trata-se de uma revisão bibliográfica integrativa, que descreve a importância da ergonomia para a saúde dos colaboradores que atuam em unidades básicas de saúde. **Discussão:** Dentre os estudos analisados, observou-se que os profissionais da atenção primária se sentem menos realizados profissionalmente em comparação aos da atenção terciária. **Considerações finais:** é fundamental destacar que a ergonomia representa um elemento essencial para o bem-estar físico e mental dos profissionais da saúde. Em um ambiente de intensa pressão e carga horária extensa, a aplicação de práticas ergonômicas ajuda a reduzir o risco de doenças ocupacionais e a Síndrome de Burnout, garantindo um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo.

Palavras-chave: ergonomia; saúde do trabalhador; síndrome de Bournout; unidade básica de saúde.

ABSTRACT

Introduction: Arterial hypertension is a prevalent and multifactorial condition, with a significant impact on public health, being one of the main causes of death in Brazil, especially among the elderly. **Objective:** to address the importance of ergonomics for the health of employees who work in Basic Health Units. **Material and Methods:** This is an integrative bibliographic review, which describes the importance of ergonomics for the health of employees who work in basic health units. **Discussion:** Among the studies analyzed, it was observed that primary care professionals feel less professionally fulfilled compared to those in tertiary care. **Final considerations:** it is essential to highlight that ergonomics represents an essential element for the physical and mental well-being of healthcare professionals. In an environment of intense pressure and long workload, the application of ergonomic practices helps to reduce the risk of occupational diseases and Burnout Syndrome, ensuring a healthier and more productive work environment.

Key-words: ergonomics; worker health; Bournout syndrome; basic health unit.

1 INTRODUÇÃO

A ergonomia é apontada como uma disciplina oriunda da associação de disciplinas como a psicologia, sociologia, anatomia, biomecânica, engenharia, fisioterapia, arquitetura e administração, em que seu objetivo básico é o aprimoramento das condições de trabalho por meio da adequação das características psicofisiológicas dos colaboradores às condições laborais (HAAS; GONÇALVES; OLIVEIRA, 2008).

Devido às dificuldades da ergonomia, esta foi fracionada em três grupos: ergonomia física, cognitiva e organizacional. A ergonomia é examinada perante diferentes contextos e abordagens de trabalho, e pode ser descrita de modo individual trazendo aprimoramento no ambiente de trabalho e nas particularidades de cada profissional (WOLF; PEREIRA; COSTA, 2020).

Nas Unidades Básicas de Saúde (UBS), onde os colaboradores enfrentam rotinas intensas e demandas físicas consideráveis, a aplicação de princípios ergonômicos torna-se ainda mais crucial. Ademais, segundo Kroemer e Grandjean (2001), um ambiente de trabalho apropriado pode precaver doenças ocupacionais e aumentar a eficiência do trabalhador.

Mediante a pressão para atender um grande volume de pacientes, lidar com problemas de infraestrutura e, em muitos casos, enfrentar dificuldades organizacionais, os profissionais da saúde, passam pelo esgotamento profissional. Análogo ao pensamento da psicóloga Christina Maslach, o estresse crônico do trabalho, foi dividido em três componentes: *Exaustão emocional, despersonalização e Perda da realização pessoal*. Por conta da sua nocividade à saúde mental dos colaboradores, a Síndrome de Burnout ligada a área da Saúde, vem sendo cada vez mais discutida (Maslach et al. 2001).

Como supracitado existe muita a pressão e sobrecarga aos profissionais da UBS (Unidade Básica de Saúde) que atuam na linha de frente, ocasionando sintomas de cansaço excessivo, dor de cabeça frequente, alterações no apetite, insônia, dificuldades de concentração e melancolia. Esses fatores podem afetar seriamente o desempenho dos profissionais e a qualidade do atendimento prestado à comunidade.

Além disso, a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2001) enfatiza que "A saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doenças". Portanto, promover um ambiente ergonômico não apenas melhora a saúde física dos colaboradores, como também contribui para seu bem-estar psicológico.

Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo abordar a importância da ergonomia para a saúde de colaboradores que atuam em Unidade Básica de Saúde, pois as condições de trabalho podem influenciar diretamente a qualidade do atendimento prestado à população e a satisfação dos profissionais de saúde.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão bibliográfica integrativa, que descreve a importância da ergonomia para a saúde dos colaboradores que atuam em unidades básicas de saúde. Considerando esse item, a pesquisa teve a seguinte pergunta norteadora: Qual a importância da ergonomia para a saúde física e mental dos colaboradores que atuam nas unidades básicas e saúde?

Para responder à pergunta norteadora, as seguintes fases foram realizadas: identificação de estudos que pudessem responder à questão, seleção dos estudos, extração de dados e descrição dos achados. Para compor a amostra dos estudos selecionados, foram eleitos prioritariamente estudos que abordavam a síndrome de Burnout e sua relação com a ergonomia em atuantes da atenção primária.

Eram passíveis de serem incluídos estudos: em português e inglês, do século atual, que respondessem à pergunta norteadora e que possuíssem a versão completa disponível nas plataformas de pesquisa bibliográfica. Foram excluídos os artigos que durante a etapa de seleção ou extração de dados não apresentassem os quesitos anteriormente apresentados.

As etapas de identificação, seleção e extração dos dados foi realizada entre os meses de setembro a novembro de 2024, utilizando-se das bases de dados Pubmed, PEDro, Scielo, utilizando-se dos seguintes descritores controlados: (Ergonomic) AND (Human Engineering OR Human Factors Engineering OR Human Factors) AND (Engineering) OR (Human Factors) AND (Ergonomics OR Cognitive Ergonomics OR Cognitive) AND (Ergonomic OR Ergonomic, Cognitive) OR (Ergonomics, Cognitive OR Engineering Psychology) OR (Psychology, Engineering OR Organizational Ergonomics) OR (Ergonomic, Organizational OR Ergonomics, Organizational) OR (Organizational Ergonomic OR Visual Ergonomics) OR (Ergonomics, Visual OR Ergonomic, Visual) OR (Visual Ergonomic OR Ergonomic Assessment) OR (Ergonomic Assessments OR Physical Ergonomics) OR (Ergonomic, Physical OR Ergonomics, Physical) OR (Physical Ergonomic) AND (Health Centers) AND (Health).

Após a seleção e extração dos dados, seguiu-se para a análise e descrição dos resultados de modo qualitativo.

3 DISCUSSÃO

Silva, et al. (2015), realizaram um estudo transversal no município de Aracajú cujo objetivo foi analisar a prevalência da Síndrome de Burnout e os fatores associados a esta, em profissionais atuantes na Rede de Atenção Primária, no qual médicos, enfermeiros, cirurgião dentista e assistente social participaram do estudo. Como resultado, observou-se que a prevalência da Síndrome de Burnout variou entre 6,7% e 10,8%. Os fatores associados incluíram idade mais jovem, carga horária excessiva e insatisfação no trabalho. Além disso, concluiu-se que não houve diferenças significativas entre as categorias avaliadas, e a maioria dos profissionais não apresenta a síndrome. No entanto, 54,1% deles estão em risco elevado ou moderado de desenvolvê-la, o que indica um processo de adoecimento que compromete o bem-estar dos profissionais de nível superior da Rede de Atenção Primária.

Por outro lado, Silveira, Câmara e Amazarray (2014) conduziram um estudo observacional analítico transversal na cidade de Porto Alegre, em que 217 profissionais de saúde participaram do mesmo, dentre eles, agentes comunitários de saúde, enfermeiros, médicos, nutricionistas, odontólogos, técnicos de enfermagem e técnicos em saúde bucal, com a finalidade de identificar a predominância e as causas da Síndrome de Burnout (SB). Para a realização do estudo, foi empregado um questionário sociodemográfico e laboral, o CESQT (que avalia a Síndrome de Burnout nos perfis 1 - sem culpa - e 2 - com culpa) e o SRQ-20 (que avalia Transtornos Mentais Comuns - TMC). Além disso, a análise dos dados incluiu estatísticas descritivas, teste de Qui-quadrado e análises de regressão linear simples e múltipla. Como consequência, constatou-se que 18% dos profissionais apresentaram o perfil 1 da SB e 11% o perfil 2. Os preditores para o perfil 1 incluíram a presença de TMC, cansaço, maior tempo de profissão, não ter filhos, trabalhar exclusivamente e residir em Porto Alegre, além de atuar em UBS. Os preditores para o perfil 2 foram semelhantes, com exceção das variáveis relacionadas à cidade e ao tipo de unidade. Diante disso, concluiu-se que a elevada prevalência de SB na amostra fomenta a necessidade de que as instituições de saúde na atenção básica implementem ações de prevenção e promoção da saúde para seus trabalhadores.

Barros et al. (2017) realizaram um estudo descritivo com abordagem quantitativa no município de Patos – PB a fim de verificar e comparar a prevalência da Síndrome de Burnout em enfermeiros que atuam na atenção primária à saúde e na terciária. Participaram do estudo 29 enfermeiros da atenção primária e 49 da terciária. Para a coleta de dados, foi utilizado um questionário destinado à identificação do perfil social e demográfico da amostra, além do Inventário de Burnout de Maslach (MBI) para avaliar a incidência da síndrome. Os dados foram armazenados e analisados com o auxílio do Statistical Package for the Social Sciences, empregando-se estatísticas descritivas. Além disso, a confiabilidade ou consistência interna dos fatores da escala de Burnout foi verificada por meio do coeficiente Alfa de Cronbach.

Em consequência, concluiu-se que cerca de 64,1% da amostra apresenta baixa exaustão emocional, 52,6% têm média realização profissional e 85,9% apresentam baixa despersonalização. Ademais, não foram identificadas diferenças estatisticamente significativas ao comparar os profissionais de enfermagem afetados pelo Burnout na atenção primária e terciária. No entanto, observou-se que os

profissionais da atenção primária se sentem menos realizados profissionalmente em comparação aos da atenção terciária. Dessa forma, os resultados da pesquisa demonstraram ser relevantes, especialmente ao se considerar a importância de cuidar da saúde dos profissionais por meio da busca de estratégias para promover seu bem-estar.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Concluindo o estudo sobre a importância da ergonomia para a saúde de colaboradores em Unidades Básicas de Saúde, é fundamental destacar que a ergonomia representa um elemento essencial para o bem-estar físico e mental dos profissionais da saúde. Em um ambiente de intensa pressão e carga horária extensa, a aplicação de práticas ergonômicas ajuda a reduzir o risco de doenças ocupacionais e a Síndrome de Burnout, garantindo um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo.

Dada a importância do cuidado com os profissionais que lidam diretamente com a saúde da população, a ergonomia surge não apenas como uma necessidade física, mas também como um suporte psicológico, capaz de mitigar o estresse e contribuir para a realização profissional.

Por fim, promover condições ergonômicas adequadas nas Unidades Básicas de Saúde reflete um investimento na qualidade do atendimento à comunidade e no bem-estar dos trabalhadores, evidenciando o valor de práticas preventivas e promotoras de saúde no ambiente laboral; o que implica na realização de pesquisas aplicadas nesta população de trabalhadores a fim de correlacionar as variáveis pertinentes a seu esgotamento e sua ergonomia no ambiente de trabalho de Unidades Básicas de saúde.

5. REFERÊNCIAS

BARROS, Hanna Roberta Pereira et al. Síndrome de Burnout entre enfermeiros da atenção primária e terciária: um estudo comparativo. *Arquivos de Ciências da Saúde*, v.24, n.1, p.23-8, 2017.

HAAS, E.; GONÇALVES, R.; OLIVEIRA, M. Fundamentos de Ergonomia: psicofisiologia e saúde ocupacional. *Revista Ergonomia Aplicada*, v.15, n.2, p.56-65, 2008.

KROEMER, K. H. E.; GRANDJEAN, E. *Manual de Ergonomia: adaptando o trabalho ao homem*. Porto Alegre: Bookman. Cap.10, 2001.

Organização Mundial da Saúde (OMS). Carta de Ottawa para a promoção da saúde. Genebra: OMS, 2001.

SILVA, Salvyana Carla Palmeira Sarmento et al. A síndrome de Burnout em profissionais da Rede de Atenção Primária à Saúde de Aracaju, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, v.20, n.10, p.3011-20, 2015.

SILVEIRA, M. L.; CÂMARA, G. A.; AMAZARRAY, M. R. Predominância e fatores associados à Síndrome de Burnout em profissionais da saúde. *Revista de Saúde Pública*, v.44, n.1, p.123-34, 2014.

WOLF, C. S.; PEREIRA, T. L.; COSTA, J. M. Ergonomia: conceitos e aplicações no ambiente de trabalho. *Revista Gestão e Saúde Ocupacional*, v.5, n.1, p.25-39, 2020.