



24º Congresso de Stress da ISMA-BR  
(International Stress Management Association)

26º Fórum Internacional de Qualidade  
de Vida no Trabalho

16º Encontro Nacional de Qualidade  
de Vida na Segurança Pública

16º Encontro Nacional de Qualidade  
de Vida no Serviço Público



# SÍNDROME DE BURNOUT: DESAFIOS E TRANSFORMAÇÕES NAS ORGANIZAÇÕES À LUZ DA LEGISLAÇÃO BRASILEIRA

Fabíola Otelac; Márcia Cristina dos Reis; Miriam Therezinha Lona  
Universidade Anhembi Morumbi

## INTRODUÇÃO

Diante das transformações dos ambientes organizacionais, há demanda por novas competências profissionais para lidar com a necessidade de produção acelerada e eficiente. Esse cenário pode resultar em desgaste físico e emocional dos profissionais, potencialmente levando ao surgimento de doenças ocupacionais.

O Burnout, definido como um estado de exaustão física, mental e emocional causado por estresse no trabalho, começou a ser estudado a partir de 1970 nos Estados Unidos. Seu impacto negativo não se limita à vida profissional, afetando, ainda, a economia e a saúde pública.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) o incluiu na 11ª Revisão da Classificação Internacional das Doenças (CID-11) em 2022, como um fenômeno no contexto ocupacional, com três dimensões: sensação de esgotamento, aumento da distância mental do trabalho e eficácia profissional reduzida. A oficialização como "síndrome do esgotamento profissional" pela OMS teve implicações na legislação trabalhista, garantindo uma série de direitos aos trabalhadores diagnosticados com burnout, visando a proteção da saúde e bem-estar.

## MÉTODO E RESULTADOS

Buscando-se compreender o Burnout em relação às condições de trabalho observadas pelos profissionais, aplicou-se questionário, tendo 510 respondentes.

Destes, grande parte vivenciou sintomas de Burnout, incluindo tensão física (40%), estresse (43%), esgotamento mental (53%) e redução da eficácia profissional (46%). Além disso, 43% dos respondentes observaram pouco apoio da empresa em relação à saúde mental dos profissionais.

Itens avaliados na escala Likert	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	RM
<b>1ª dimensão</b>											
Tensão física, muscular e dores no corpo ao longo do dia de trabalho											6,42
Ao final da jornada laboral como percebe a exaustão física											7,41
Qual o nível de estresse na rotina de trabalho											6,83
Qual o nível de cansaço ao final do seu dia											7,68
<b>2ª dimensão</b>											
Com relação a irritabilidade na jornada laboral											6,15
Problema de concentração diante das tarefas diárias											6,79
Esgotamento mental ao final da jornada laboral											7,45
<b>3ª dimensão</b>											
Recorrência no acúmulo de tarefas											6,73
Quantidade de reuniões impacta na produtividade da rotina											5,65
Existe sobrecarga de trabalho											7,19

Fonte: autoria própria

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

De forma geral, os dados mostraram que as consequências para os profissionais são prejudiciais em diferentes níveis, da precarização do emprego a saúde pessoal. Portanto, as organizações precisam estar preparadas para prevenir, identificar e lidar com o Burnout.

Políticas públicas principiam a responsabilização das organizações na promoção do bem-estar em ambientes saudáveis, implementando políticas e práticas que favoreçam o suporte emocional e psicológico, uma vez que, profissionais saudáveis tendem a ser mais produtivos, criativos e comprometidos com os objetivos da organização.

## REFERÊNCIAS

- BRASIL. LEI Nº 14.831, DE 27 DE MARÇO DE 2024. Publicado em: 28/03/2024, Edição: 61, Seção: 1, Página: 1. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/lei-n-14.831-de-27-de-marco-de-2024-550880993>. Acesso em 01/04/2024.
- EDÚ-VALSANIA, S.; LAGUÍA, A.; MORIANO, J. A. Burnout: A Review of Theory and Measurement. *Int. Journal Environmental Res. Public Health* 2022, 19(3), 1780. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph19031780>.
- MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. Fundamentos da Metodologia Científica. São Paulo: Editora Atlas, 2003.
- PÊGO, F. P. L.; PÊGO, D. R. Síndrome de Burnout. *Revista brasileira de medicina do trabalho*; 14(2): 171-176, maio-ago. 2016. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1833>. Acesso em 01/04/2024.