



## Trabalhos Científicos

**Título:** Síndrome De Burnout E O Pediatra

**Autores:** ROMANA REIS DA SILVA (UNIGRANRIO); LUCAS ANDRADE TELLES (UNIGRANRIO); GESSILDA BROSTEL ANDRADE TELLES (PREFEITURA MUNICIPAL ECOPORANGA); ANA PAULA ANDRADE TELLES ()

**Resumo:** Introdução A síndrome de burnout definida como uma condição de sofrimento psíquico relacionada ao trabalho. Quando fala-se em fadiga, as primeiras hipóteses que surgem estão relacionadas às doenças físicas, deixando um pouco de lado as hipóteses voltadas à saúde mental. Objetivo Atentar os pediatras aos sinais de esgotamento profissional. Métodos Trata-se de uma revisão da literatura realizada via online nas bases de dados: biblioteca virtual em saúde - BIREME e The Cochrane Library. Não foi estabelecido recorte de tempo de publicação. Resultados O burnout representa uma síndrome psicológica com estressores interpessoais crônicos no trabalho, caracterizada pela tríade: exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal. A exaustão emocional caracteriza-se por fadiga intensa e sensação de estar sendo exigido além de seus limites emocionais. A despersonalização caracteriza-se por distanciamento emocional e indiferença em relação ao trabalho ou aos usuários do serviço. A diminuição da realização pessoal se expressa como falta de perspectivas para o futuro, frustração e sentimentos de incompetência e fracasso. Também são comuns sintomas como insônia, ansiedade, dificuldade de concentração, alterações de apetite, irritabilidade e desânimo. É típica a história pessoal de grande envolvimento no trabalho, visto como prioridade de vida ou uma missão. Entretanto, os fatores relacionados à organização do trabalho (divisão do trabalho, duração das jornadas, remuneração e estrutura hierárquica) são considerados preponderantes na determinação da síndrome. Ainda, podem ocorrer alterações fisiológicas decorrentes do estresse, como: maior risco de infecções, alterações neuroendócrinas do eixo hipotalâmico-hipofisário-adrenal, hiperlipidemia, hiperglicemia, aumento do risco cardiovascular, de suicídio e transtornos ansiosos e depressivos, além de implicações socioeconômicas com absenteísmo, abandono de especialidade, queda de produtividade. Vale salientar que o abuso de álcool e drogas é comum nesses quadros. Conclusão Em suma, é fundamental refletir sobre organização do trabalho, estilo e ritmo de vida, visando sempre melhor qualidade de vida e satisfação pessoal.