



SINTOMAS DA SÍNDROME DE BURNOUT EM SERVIDORES PÚBLICOS MUNICIPAIS DO SUL DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO: UM PROBLEMA DE GESTÃO PÚBLICA

DUTRA, Damaris Domingos¹
DOMINGOS, Rosilene Inês de Abreu²
GUZZO, Mauriceia Soares Pratissolli³

1 INTRODUÇÃO

O presente trabalho versa sobre a problemática da constatação dos sintomas da Síndrome de *Burnout* em servidores públicos municipais do sul do estado do Espírito Santo. Para tanto, vê-se que o objetivo geral é propor uma estratégia de prevenção da Síndrome de Burnout.

Segundo essa linha, tem-se dois principais objetivos específicos, qual seja, apontar os fatores desencadeadores da Síndrome de *Burnout* nos servidores públicos, e apontar a responsabilidade do Gestor Público na Síndrome de *Burnout* nos servidores públicos municipais.

A Síndrome de *Burnout* (SB), também chamada de síndrome do Esgotamento Profissional, é uma Síndrome Psicológica fomentada pela tensão emocional crônica vivenciada pelo trabalhador, descrita pela presença de exaustão emocional e baixa realização pessoal, podendo acometer profissionais cujo trabalho exige contato direto com o público (TIRONI et al. 2009).

Atualmente, percebe-se um crescimento preocupante dessa doença no âmbito do serviço público municipal. Destarte, tal abordagem é fundamental como forma de propagar

¹Aluna do curso de Gestão Pública do IFES - Instituto Federal do Espírito Santo, Polo UAB Campus Alegre. polouabalegre@gmail.com.

²Aluna do curso de Gestão Pública do IFES - Instituto Federal do Espírito Santo, Polo UAB Campus Alegre. polouabalegre@gmail.com.

³Professora e orientadora do curso de Gestão Pública do IFES - Instituto Federal do Espírito Santo, Campus Alegre. mauriceia.soares@ifes.edu.br

as formas de diminuição da Síndrome de *Burnout*, e assim, ter como proposta de intervenção a elaboração de uma estratégia para prevenção dessa doença nos servidores públicos.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 COMPREENDENDO A SÍNDROME DE *BURNOUT*

Hodiernamente, peregrina-se uma vasta apreensão em relação à saúde dos trabalhadores, pois, estes estão expostos a diversos fatores de estresse, cansaço físico e emocional derivado do ambiente de trabalho, que por sua vez, causam danos graves e, por várias vezes irreversíveis (ABREU *et al*, 2014).

Tem-se com definição, atualmente mais aceita embasada na perspectiva sociopsicológica, que a Síndrome de *Burnout* pode ser considerada uma resposta crônica aos estressores interpessoais sucedidos da situação laboral, uma vez que o ambiente de trabalho e sua organização podem ser responsáveis pelo sofrimento e desgaste que abordam os trabalhadores (CARDOSO *et al*, 2017).

Pode-se dizer então, que:

A Síndrome de Burnout ou Síndrome do Esgotamento Profissional é um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultante de situações de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade ou responsabilidade (BRASIL, 2023).

Uma doença ocupacional reconhecida pela Portaria n. 1339, de 18 de novembro de 1999, que instituiu a lista de Doenças relacionadas ao Trabalho, e incluiu a Sensação de Estar Acabado “Síndrome de Burn-Out”, “Síndrome do Esgotamento Profissional”, por meio do Código Internacional de Doenças, código Z73.0 (BRASIL, 1999).

Classificando-a como um transtorno mental e do comportamento relacionado ao trabalho, o Decreto n. 6.042, de 12 de fevereiro de 2007, que alterou o Regulamento da Previdência Social, aprovado pelo Decreto n. 3.048, de 06 de maio de 1999, em seu anexo II, que trata sobre agentes patogênicos causadores de doenças profissionais ou do trabalho, inseriu na lista B, a Síndrome de *Burnout*, no título sobre transtornos mentais e do comportamento relacionados com o trabalho (BRASIL, 2007).

2.1 FATORES DESENCADEADORES DA SÍNDROME DE *BURNOUT*

A Síndrome de *Burnout* é um retorno do estresse crônico, que vem afetando o desempenho de tarefas, relacionamento interpessoal, produtividade e até mesmo a qualidade de vida do trabalho, do indivíduo e da organização, devido a uma ampla jornada de trabalho em condições muitas vezes adversas (ABREU *et al*, 2014).

Neste sentido, ao analisar quais são os fatores desencadeadores da Síndrome de *Burnout*, percebe-se que o risco do advento desta é maior naquelas pessoas cuja profissão envolve cuidados com a saúde, educação e serviços humanos, bem como aqueles que vivem sob a iminência de mudanças forçadas na jornada de trabalho e declínio significativo na situação econômica (ABREU *et al*, 2014).

Segundo Codo (2006), a Síndrome de *Burnout* é percebida como um conceito multidimensional que abrange três componentes:

- Exaustão emocional – circunstância em que os trabalhadores sentem que não podem dar mais de si mesmos a nível afetivo.
- Despersonalização – aumento de sentimentos e atitudes negativas e de cinismo às pessoas destinatárias do trabalho.
- Ausência de envolvimento pessoal no trabalho – disposição a uma evolução negativa no trabalho, danificando a sua realização deste trabalho e do atendimento ao usuário deste serviço (CODO, 2006, *apud* ABREU, *et al*, 2014).

De acordo o Ministério da Saúde, fatores predispostos estão diretamente relacionados com o trabalho do que com os fatores pessoais. São estes: posicionamento conflitante, perda do domínio ou autonomia e falta de suporte social, além da ameaça de desemprego e insegurança social e econômica (ABREU *et al*, 2014).

Destarte, a principal causa da doença é justamente o excesso de trabalho.

2.2 SINTOMAS DA SÍNDROME DE *BURNOUT*

Os sintomas do *Burnout* podem ser de cunho psicossomático, psicológico e comportamental e em regra causam consequências negativas nos níveis individual, profissional e social. De um modo geral, os indivíduos com essa Síndrome apresentam-se emocional e fisicamente exaustos, e estão frequentemente irritados, ansiosos ou tristes (CARDOSO *et al*, 2017).

Nessa linha de pensamento, Cardoso (2017) *et al* afirmam que:

[...] as frustrações emocionais podem desencadear úlceras, insônia, dores de cabeça e hipertensão, além de abuso no uso do álcool e medicamentos, promovendo problemas familiares e conflitos sociais. Entre as consequências para as instituições, destacam-se elevado índice de absenteísmo, acidentes de trabalho, licença saúde, diminuição da qualidade de vida no trabalho e aumento de conflitos interpessoais (CARDOSO *et al*, 2017).

De acordo com o site do Governo do Brasil:

A Síndrome de *Burnout* envolve nervosismo, sofrimentos psicológicos e problemas físicos, como dor de barriga, cansaço excessivo e tonturas. O estresse e a falta de vontade de sair da cama ou de casa, quando constantes, podem indicar o início da doença. Os principais sinais e sintomas que podem indicar a Síndrome de *Burnout* são:

- Cansaço excessivo, físico e mental;
- Dor de cabeça frequente;
- Alterações no apetite;
- Insônia;
- Dificuldades de concentração;
- Sentimentos de fracasso e insegurança;
- Negatividade constante;
- Sentimentos de derrota e desesperança;
- Sentimentos de incompetência;
- Alterações repentinas de humor;
- Isolamento;
- Fadiga.
- Pressão alta.
- Dores musculares.
- Problemas gastrointestinais.
- Alteração nos batimentos cardíacos (BRASIL, 2023).

As pessoas passam muito tempo da vida em seu local de trabalho, o qual já não é mais caracterizado apenas como um meio de sobrevivência, mas elemento essencial de socialização e desenvolvimento de suas potencialidades psicossociais, como a autoestima, a satisfação pessoal e a própria identidade (MALLMANN *et al*, 2009).

Tendo em vista todos os sintomas que a Síndrome de *Burnout* causa no indivíduo, a exaustão emocional é a que apresenta índices mais elevados, gerando licenças de saúde e revelando as repercussões sociais do problema (MALLMANN *et al*, 2009).

3 METODOLOGIA

A metodologia utilizada no presente trabalho, para levantamento de dados acerca da problemática: “Sintomas da Síndrome de *Burnout* nos servidores públicos municipais”, se fez com artigos científicos de cunho acadêmicos, de portarias, decretos, leis, e informações retiradas de sites governamentais que abordam o assunto. Trata-se, então, de

uma pesquisa bibliográfica, bem como a pesquisa de campo para melhor fundamentar o objeto em estudo.

As técnicas de pesquisa adotadas no Trabalho Final de Curso incluem um estudo exploratório, de abordagem quali-quantitativa.

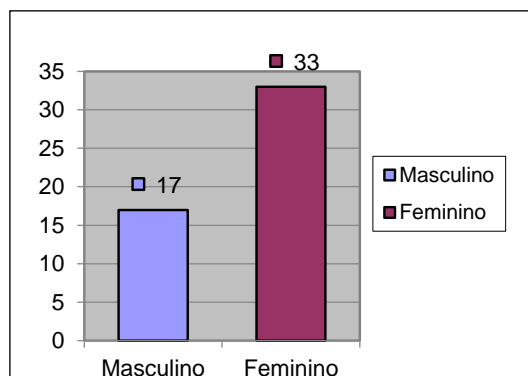
A pesquisa pautou-se na elaboração de um questionário-padrão com a presença de 06 (seis) perguntas objetivas, compostas de respostas pré-estabelecidas pelos autores. O público pesquisado deu-se por amostragem composta de 50 (cinquenta) indivíduos, direcionada aos servidores públicos da Prefeitura Municipal A do sul do estado do Espírito Santo.

Como instrumento para coleta dos dados foi elaborado, no *googleforms*, um questionário estruturado, o qual foi aplicado a amostra não probabilística e por conveniência composta por servidores públicos municipais. O questionário foi aplicado no mês de setembro de 2023, obtendo-se um retorno de 50 (cinquenta) respondentes. A análise de dados se deu por meio da estatística descritiva e análise de conteúdo.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

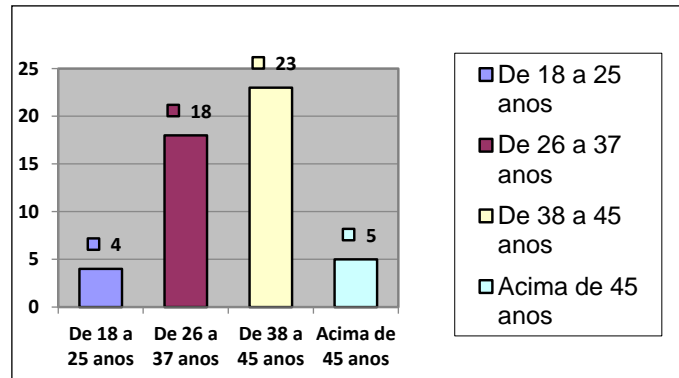
Dos 50 (cinquenta) respondentes, 33 (trinta e três) eram do sexo feminino e 17 (dezessete) do sexo masculino, e a idade ficou concentrada na faixa etária de 38 (trinta e oito) a 45 (quarenta e cinco) anos, veja-se por meio de gráficos:

Gráfico 1 - Sexo dos Respondentes



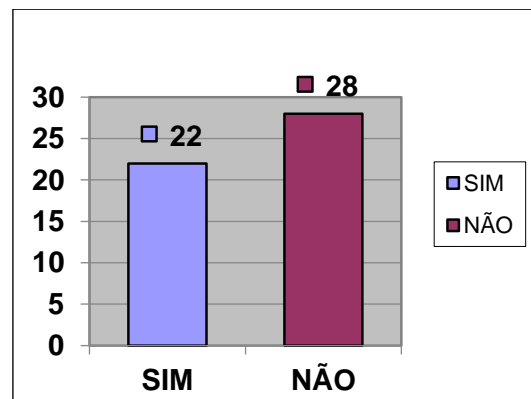
Fonte: Elaborado pelas autoras (2023).

Gráfico 2 – Faixa etária dos Respondentes



Fonte: Elaborado pelas autoras (2023).

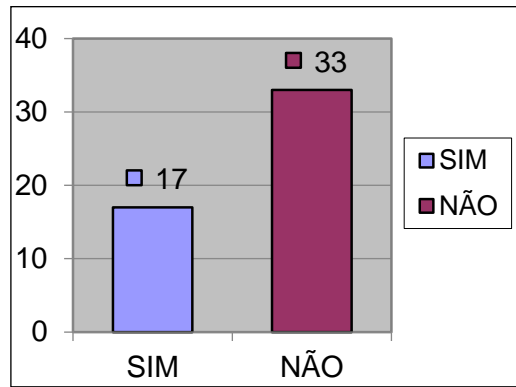
O Gráfico 03 foi o resultado das respostas apresentadas à pergunta número 03 (três), que fora sobre o conhecimento da doença. 22 (vinte e dois) conheciam a doença e 28 (vinte e oito) não. Isso comprovou o desconhecimento sobre essa doença por parte dos servidores que participaram da pesquisa.

Gráfico 3 – Conhecimento sobre a doença Síndrome de *Burnout*

Fonte: Elaborado pelas autoras (2023).

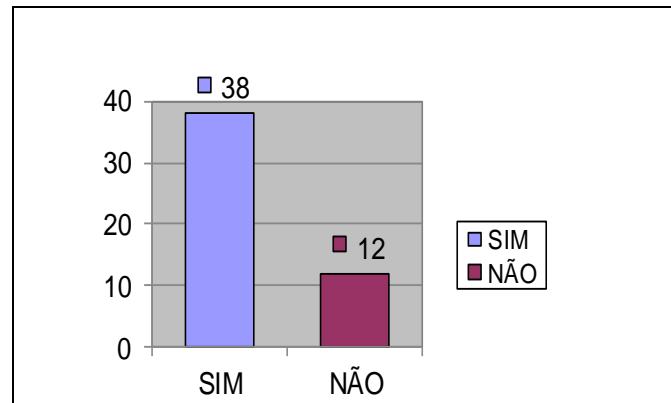
Os Gráficos 04 e 05 correspondem, respectivamente, às perguntas número 04 (quatro) e 05 (cinco). Ficou demonstrado que há uma carência dos servidores sobre o conhecimento dessa doença e, após falado quais eram os principais sintomas da Síndrome de *Burnout*, eles identificaram em si algum ou alguns deles.

Gráfico 4 – Conhecimento sobre os sintomas da doença Síndrome de *Burnout*



Fonte: Elaborado pelas autoras (2023).

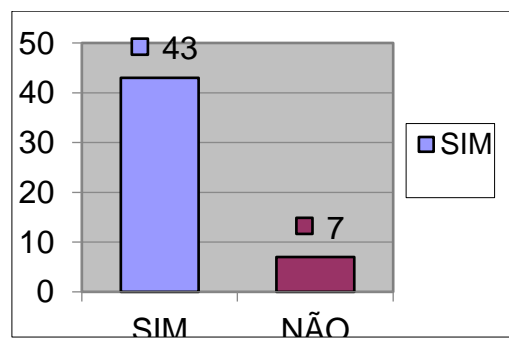
Gráfico 5 – Identificação dos sintomas da doença Síndrome de *Burnout* nos Respondentes



Fonte: Elaborado pelas autoras (2023).

O Gráfico 06 (seis) corresponde à pergunta número 06 (seis) do questionário. Nota-se que 43 (quarenta e três) respondentes achavam que a Síndrome de *Burnout* era um problema de Gestão Pública, mas outros 07 (sete) não.

Gráfico 6 – Aumento da doença Síndrome de *Burnout* no serviço público ser um problema de Gestão Pública



Fonte: Elaborado pelas autoras (2023).

Com o resultado da pesquisa, notou-se que os sintomas eram evidentes no âmbito do serviço público municipal do sul do estado do Espírito Santo, e que a Síndrome de *Burnout* é um problema de gestão pública.

4.1 PROPOSTA DE INTERVENÇÃO

O objetivo da elaboração do questionário foi evidenciar se os servidores têm os sintomas da Síndrome de *Burnout* e, por meio disso, traçar estratégias para reversão e prevenção da Síndrome, e com isso, alertar o gestor público sobre a ocorrência da dessa doença e assim, executar medidas a fim de evitá-la, para que haja uma melhoria na saúde dos servidores públicos municipais do sul do estado do Espírito Santo, e consequentemente, no serviço público.

O QUE	QUEM	ONDE	POR QUE	QUANDO	COMO
Elaborar um programa para desenvolvimento do relacionamento interpessoal no ambiente interno.	Gestor Público Municipal + Secretário Municipal de Administração em conjunto com o Setor de Recursos Humanos.	Prefeitura Municipal A do sul do estado do Espírito Santo	Para proporcionar aos servidores públicos municipais um ambiente socialmente agradável.	Início: 1º/01/2024 Término: sem previsão	Realizar reuniões e eventos com os servidores, trazendo técnicas para gerenciamento de conflitos e atendimento centrado no servidor público.
Criar um ambiente de trabalho saudável.	Gestor Público Municipal + Secretário Municipal de Administração	Prefeitura Municipal A do sul do estado do Espírito Santo	Para proporcionar um ambiente de trabalho que contribua positivamente com a saúde mental do servidor.	Início: 1º/01/2024 Término: sem previsão	Designar lideranças qualificadas que saibam promover o bem-estar no setor público incorporando ações simples de inclusão, diversidade e de apoio à saúde mental no cotidiano dos funcionários
Implantar um programa de valorização do servidor público municipal.	Gestor Público Municipal + Secretário Municipal de Administração	Prefeitura Municipal A do sul do estado do Espírito Santo	Para valorizar o servidor quanto ao seu trabalho.	Início: 1º/01/2024 Término: sem previsão	Atualizar o Plano de Cargos e Salários, e prever formas de reconhecimento de talentos, potencialidades e promoção por mérito, que incentivem o cumprimento

					de metas, gerando atração ao funcionalismo público.
--	--	--	--	--	---

5 CONCLUSÃO

Para realizar o presente estudo sobre a Síndrome de *Burnout* em servidores públicos municipais do sul do estado do Espírito Santo, foi necessário estabelecer critérios de pesquisa bibliográfica e de campo. Optou-se pela utilização de gênero e idade, onde foi possível identificar que a maioria dos respondentes desconhecia sobre a doença, o que exigiu a explicação sobre a mesma.

Verificou-se que após a explanação sobre o *Burnout* a maioria dos respondentes identificou em si alguns dos sintomas, bem como o entendimento majoritário sobre a grande responsabilidade que a administração pública possui para a redução dessa realidade que cada vez mais vem se demonstrando dentro do serviço público.

Pôde-se observar que o servidor público tem consciência da importância do seu desempenho na construção e manutenção de uma sociedade funcional e justa. Entretanto, não estão imunes aos desafios emocionais e mentais que enfrentam em seu cotidiano de trabalho. A Síndrome de *Burnout*, caracterizada por exaustão física e emocional, cinismo e uma sensação de ineficácia no trabalho, tornou-se uma preocupação crescente no serviço público, visto que a apatia causada no profissional afeta o desenvolvimento e a agilidade do serviço público.

O desconhecimento dos respondentes sobre essa doença evidenciou a importância de informar aos servidores sobre a Síndrome de *Burnout*, e apontar possíveis soluções estratégicas, no intuito de se evitar a propagação da doença e seus sintomas no serviço público.

Em última análise, foi possível considerar que a Síndrome de *Burnout* entre servidores públicos não é apenas um problema individual, mas uma questão que afeta a sociedade como um todo, tendo em vista que quando os profissionais do serviço público enfrentam exaustão e desengajamento, a qualidade dos serviços prestados ao cidadão pode ser comprometida.

Portanto, é imprescindível que as lideranças governamentais adotem medidas proativas em atenção ao bem-estar dos servidores públicos e, conseqüentemente os previnam contra o *Burnout*, promovendo um ambiente de trabalho saudável, que beneficiará

os servidores públicos, mas também contribuirá para uma administração pública mais eficaz e responsiva às necessidades da população, garantindo assim a base para uma sociedade democrática.

Logo, pode-se concluir com o presente estudo que, o aumento da doença Síndrome de *Burnout* é um problema de Gestão Pública, parte principalmente dos gestores públicos, visto que, o poder de propiciar as mudanças, e a busca por possíveis estratégias dependem de deliberação das lideranças governamentais, que possuem sob sua direção a máquina pública, e todo o seu capital humano que a cada nova gestão, espera ansiosamente por um olhar que valorize o seu trabalho e sua dedicação no serviço público.

Ainda há muito a ser discutido para se avançar na discussão sobre o tema, mas um passo importante foi iniciado para que se possa buscar ainda mais interesse em se aprofundar no assunto e propiciar estratégias tanto pelo gestor público como também pelo maior atingido que é próprio servidor público municipal.

REFERÊNCIAS

ABREU, Simone Aparecida *et al.* **Determinação dos Sinais e Sintomas da Síndrome de Burnout através dos Profissionais da saúde da Santa Casa de Caridade de Alfenas Nossa Senhora do Perpétuo Socorro.** Revista da Universidade Vale do Rio Verde, Três Corações, v. 13, n. 1, p. 204-238, 2015. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.5892/ruvrd.v13i1.1953.g2004>>. Acesso em 10 de ago. 2023.

BRASIL. **Portaria nº 1339, de 18 de novembro de 1999.** Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/1999/prt1339_18_11_1999.html>. Acesso em 10 de ago. 2023.

_____. Decreto nº 6.042, de 12 de fevereiro de 2007. **Altera o Regulamento da Previdência Social, aprovado pelo Decreto no 3.048, de 6 de maio de 1999, disciplina a aplicação, acompanhamento e avaliação do Fator Acidentário de Prevenção - FAP e do Nexo Técnico Epidemiológico, e dá outras providências.** Disponível em: <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2007/decreto/d6042.htm>. Acesso em 10 de ago. 2023.

_____. **GOVERNO FEDERAL.** Síndrome de Burnout. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-de-burnout>>. Acesso em 10 de ago. 2023.

CARDOSO, Hugo Ferrarief *al.* **Síndrome de Burnout: análise da literatura nacional entre 2006 e 2015.** Rev. Psicol. Organ. Trab. Brasília, v. 17, n. 2, p. 121-128, jun. 2017. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572017000200007&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 10 de ago. 2023.

MALLMANN, Clarice Schoenardieet *al.* **Fatores associados à Síndrome de Burnout em funcionários públicos municipais.** Psicologia: Teoria e Prática – 2009, 11(2):69-82. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ptp/v11n2/v11n2a06.pdf>>. Acesso em 10 de ago. 2023.

TIRONI, M. O. S. et al. **Trabalho e síndrome da estafa profissional (Síndrome de Burnout) em médicos intensivistas de Salvador.** Rev. Assoc. Med. Bras., São Paulo, v. 55, n. 6, p. 656-662, 2009. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-42302009000600009>>. Acesso em 10 de ago. 2023.