

Síndrome de burnout em acadêmicos de fisioterapia

Burnout among physical therapy students

Gustavo Christofoletti¹, Celita Salmaso Trelha², Rodrigo Martorelli Galera³, Marco André Feracin⁴

¹ Fisioterapeuta; Prof. Ms. do Depto. de Fisioterapia da UEG (Universidade Estadual de Goiás)

² Fisioterapeuta; doutoranda em Ciências da Saúde; Prof. Ms. do Depto. de Fisioterapia da UEL (Universidade Estadual de Londrina)

³ Fisioterapeuta; Especialista em Fisioterapia Cardiopulmonar

⁴ Fisioterapeuta; Especialista em Recursos Terapêuticos

ENDEREÇO PARA CORRESPONDÊNCIA

Gustavo Christofoletti
R. Hilário da Silva Miranda
118 Jd. Novo Chapadão
13070-034 Campinas SP
e-mail:
gustavo_physio@yahoo.com.br

Estudo desenvolvido no Depto. de Fisioterapia da UEL

APRESENTAÇÃO
jul. 2006

ACEITO PARA PUBLICAÇÃO
abr. 2007

RESUMO: *Burnout* refere-se a um fenômeno de desgaste profissional, facilmente observável em profissionais e acadêmicos que prestam assistência contínua. O objetivo deste estudo foi o de verificar a prevalência da síndrome de burnout em acadêmicos do 4º ano de Fisioterapia da Universidade Estadual de Londrina. Para a coleta de dados foi utilizado um questionário sociodemográfico e o Maslach Burnout Inventory, devidamente traduzido e validado para o Brasil. Os dados foram analisados estatisticamente. A amostra constituiu-se de 51 acadêmicos, sendo 40 mulheres e 11 homens, com idade entre 20 e 27 anos. Nos resultados do inventário de burnout foram encontrados escores moderados nos indicadores exaustão emocional e despersonalização, apontando sinais de estresse condizentes com a síndrome. No estágio, os alunos desenvolvem suas atividades em contato direto com pacientes e ficam submetidos às exigências da supervisão e avaliação docente. Além disso, lidam com várias situações da prática profissional para as quais não desenvolveram formas de enfrentamento adequadas.

DESCRIPTORES: Estafa profissional/epidemiologia; Estudantes; Fisioterapia; Qualidade de vida

ABSTRACT: Burnout refers to a professional phenomenon of wear out, clearly seen in professionals and students who continuously attend to or care for people. The aim of this study was to verify the prevalence of burnout syndrome among physical therapy graduating students at the State University of Londrina (PR, Brazil). Data were obtained by means of a sociodemographic questionnaire and the Maslach Burnout Inventory, duly translated and validated to Brazil. Data were statistically analysed. The sample was made up by 51 students (40 women and 11 men), aged 20-27 years old. The analysis of burnout inventory data showed moderate scores for emotional exhaustion and depersonalization, pointing to stress compatible to the burnout syndrome. In the last year of the course, students develop activities with patients and are submitted to professors supervision and valuation. Besides, they have to deal with practical situations which they have not developed adequate means of facing.

KEY WORDS: Burnout, professional/epidemiology; Physical therapy; Quality of life; Students

INTRODUÇÃO

Do latim *tripalium*, a palavra trabalho nasceu há séculos referindo-se às punições dos indivíduos que, ao perderem o direito à liberdade, eram submetidos a trabalho forçado. Passados séculos, o termo teve sua definição alterada, porém não em sua essência: a crescente exigência feita pela sociedade ao homem moderno faz com que este esteja em constante necessidade de aperfeiçoamento e concorrência, acarretando cargas de trabalho excessivas, tanto físicas quanto mentais^{1,2}.

O estresse, termo "roubado" da Física e usado pela primeira vez na área biológica em 1956 pelo canadense Selye, não necessariamente significa uma situação ruim ao organismo. O *eustresse* ou "estresse positivo" impele o indivíduo a realizar algo diante de um estímulo estressor. Em contrapartida, o *distresse* é caracterizado pela resposta negativa do indivíduo. Este último ocorre quando a resposta adaptativa é inadequada e pode gerar conseqüências indesejáveis e desagradáveis, inclusive doenças³.

Em meados da década de 1980, Delvaux classificou o *distresse* gerado pelo desgaste tanto físico como mental, que leva o trabalhador à exaustão em função do excessivo esforço para responder às constantes solicitações de energia, como *burnout*³. Na definição de Maslach e Jackson^{4,5}, *burnout* refere-se ao esgotamento nervoso e à despersonalização, comumente vistos nas situações em que os trabalhadores já não podem dar mais de si, afetivamente. Consiste numa situação de esgotamento da energia dos recursos emocionais próprios, uma experiência de estar emocionalmente esgotado, devido ao contato diário mantido com pessoas que devem atender como objeto de trabalho. A despersonalização pode ser definida como o desenvolvimento de sentimentos e atitudes negativas para as pessoas destinatárias do trabalho, que passam a ser vistas de forma "desumanizada", rotuladas negativamente, devido a um

endurecimento afetivo; e os profissionais ainda os responsabilizam de seus problemas⁶.

O *burnout* está estritamente ligado a profissionais de saúde que perdem interesse, empatia e o próprio respeito por seus pacientes⁷. Aspectos sociodemográficos como idade, sexo e estado civil são interligados ao aparecimento dessa síndrome. Em relação à idade, acredita-se que possa existir um período de sensibilização, ocorrido nos primeiros anos de carreira profissional, dado que seria o período em que ocorre a transição das expectativas idealistas para a prática cotidiana, aprendendo-se nesse tempo que tanto as recompensas pessoais, quanto as profissionais e as econômicas, não são as prometidas nem as esperadas. Quanto ao sexo, as mulheres seriam mais vulneráveis por razões que poderiam ser a dupla jornada de trabalho (prática profissional e tarefas familiares), assim como a eleição de determinadas especialidades profissionais delegadas exclusivamente às mulheres. No que se refere ao estado civil, embora mais associado às pessoas que não tenham parceiros estáveis, não há um acordo unânime sobre a incidência de *burnout*. No entanto, há indícios de que pessoas solteiras tenham maior cansaço emocional, menor realização pessoal e maior despersonalização do que aquelas que convivem com parceiros estáveis. Nessa sentida, a existência de filhos faz com que os profissionais passem a ser mais resistentes à síndrome devido à tendência de serem pessoas mais maduras e estáveis; a relação com a família faz com que tenham maior capacidade para afrontar problemas e conflitos pessoais^{7,8}.

É conhecida a relação entre *burnout* e sobrecarga de trabalho, entre profissionais que oferecem assistência aos pacientes: esse fator produziria uma redução na qualidade dos serviços prestados por esses trabalhadores. Também o salário aquém do esperado foi apontado como fator que afetaria o desenvolvimento de *burnout* nesses profissionais^{9,10}.

Vários estudos relatam a prevalência da síndrome de *burnout* em fisioterapeutas. Em um estudo com 417 profissionais, foi observada uma média semanal de 33±26 pacientes atendidos por terapeuta, equivalendo a um índice de 2±1,4 atendimentos por hora^{11,12}. Quando pesquisado o grau de satisfação profissional entre os fisioterapeutas responsáveis por analisarem a grade curricular dos cursos de fisioterapia criados nos Estados Unidos, por exemplo, foi observado um nível maior de estresse profissional nos fisioterapeutas com título de doutor em relação àqueles com título de mestre¹³.

Outros estudos encontraram uma alta incidência de *burnout* em fisioterapeutas empregados em hospitais. Para Brown¹⁴, esse índice ocorre devido à diferença de expectativa observada entre os fisioterapeutas e os administradores de hospitais. Para que tal fato seja amenizado, recomenda-se uma maior participação dos fisioterapeutas na administração hospitalar. O aparecimento dos sintomas de exaustão física e emocional não se restringe a profissionais formados¹⁵. Quando submetidos a cargas horárias elevadas e estressantes, o *burnout* também pode ser visto em acadêmicos de Fisioterapia.

Na Universidade Estadual de Londrina (UEL), os estágios supervisionados do Curso de Fisioterapia são organizados em cinco setores, todos localizados no Hospital Universitário Regional Norte do Paraná (HURNP). Os estágios supervisionados são: em condições musculoesqueléticas; em condições cardiopulmonares; em condições de ginecologia e obstetrícia; em condições de pediatria; e em condições neurológicas. Dentro de cada setor os estagiários são distribuídos em subsetores de enfermagem e ambulatório. É destinado o período de oito semanas em cada setor e, ao término deste, o estagiário avança para outro setor, predeterminado. Em especial, o único caso em que os acadêmicos realizam atividades nos dois subsetores é o do estágio supervisionado em condições cardiopulmonares. Além

disso são realizadas, em cada estágio, atividades acadêmicas como trabalho de conclusão, provas teóricas e práticas e apresentação de temas livres.

Este estudo teve como objetivo verificar a frequência da síndrome de *burnout* em acadêmicos do 4º ano do Curso de Fisioterapia da UEL, que desenvolvem estágio supervisionado no HURNP.

METODOLOGIA

Foi realizado um estudo de delineamento transversal. Participaram desta pesquisa estagiários do 4º ano (turma 40) do Curso de Fisioterapia da UEL, que tinha à época 62 alunos-estagiários. Um questionário para coleta de dados sociodemográficos, com breve explicação sobre a pesquisa, foi distribuído a todos os acadêmicos, dos quais 10 não o preencheram ou devolveram e um foi excluído por preenchimento inadequado, configurando uma perda de 17,7%. O estudo foi pois realizado com 51 acadêmicos.

Para a coleta de dados foi utilizado o Inventário de *burnout* de Maslach (MBI, *Maslach Burnout Inventory*). Trata-se de um questionário com 22 itens onde o sujeito indica seu grau de concordância com o enunciado de cada um, em uma escala do tipo Likert de sete pontos (de totalmente de acordo a totalmente em desacordo). Os 22 itens distribuem-se em três blocos que avaliam desgaste emocional, despersonalização e satisfação profissional. Em cada bloco, conforme o escore obtido, o respondente é classificado como apresentando baixo, médio ou alto nível do aspecto em questão. Tal instrumento foi traduzido e validado para a língua portuguesa pelo Núcleo de Estudos e Pesquisas Avançadas de *Burnout*, sediado na Universidade Estadual de Maringá¹⁵. Um questionário sociodemográfico elaborado pelos pesquisadores foi utilizado para caracterização da amostra.

Para o tratamento estatístico dos dados, utilizou-se o programa Epi-info® 6,04. Os testes U-Mann Whitney e

Kruskal-Wallis foram aplicados para analisar algumas relações entre as variáveis sociodemográficas e a síndrome de *burnout*.

Este estudo foi submetido à apreciação da Comissão de Bioética do HURNP, que emitiu parecer favorável. Os participantes assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido, com base na resolução 196/96 do Ministério da Saúde.

RESULTADOS

A amostra estudada constituiu-se de 51 acadêmicos (11 homens e 40 mulheres) com idade média de $22,20 \pm 1,54$ anos. Em termos do estado civil, teve-se 1 indivíduo casado (2%) e 50 solteiros (98%). Nenhum dos avaliados tinha filhos.

No parâmetro religião houve uma predominância de 41 católicos (80,4%). As demais religiões apresentaram certo equilíbrio, com as seguintes distribuições: 4 evangélicos (7,8%), 1 kardecista (2,0%), 3 espíritas (5,9%) e 2 protestantes (4,0%). Do total, 24 indivíduos (47%) não se consideravam praticantes da religião apontada. Todos os entrevistados indicaram não possuir vínculos empregatícios regulares.

Em relação à opção apontada na inscrição para os concursos vestibulares, 32 indivíduos (62,7%) relataram ter escolhido como primeira opção o curso de Fisioterapia, restando 19 indivíduos (37,3%) que optaram por outros cursos como primeira opção. A

distribuição em relação ao tempo de curso pré-vestibular preparatório foi a seguinte: 10 indivíduos (19,6%) não fizeram curso preparatório; 5 (9,8%) fizeram curso preparatório por um período de 6 meses; 23 (45,2%) fizeram por um período de 1 ano; e 13 (25,5%) por mais de um ano. Vários tinham se submetido aos exames vestibulares mais de uma vez. A média de vestibulares prestados foi de $3,8 \pm 0,5$.

Considerando o fator moradia, 26 indivíduos (51%) moravam com a família; 22 (43,1%) moravam em "república" (com outros estudantes); e 3 (5,9%) moravam sozinhos. Em relação à prática regular de exercício físico, apenas 17 indivíduos (33,3%) apontaram realizar tal atividade; destes, 8 faziam musculação, 4 caminhada e/ou corrida, 2 disseram ir à academia por outro motivo, e outros 3 faziam ginástica, natação e exercícios com bicicleta.

Em relação às atividades culturais, 26 participantes (51%) relataram realizar tais atividades, em sua maioria consistindo em ir a teatro e cinema. O restante, 25 indivíduos (49%), não participam de atividades culturais regulares. Da amostra total, 84,3% dos sujeitos relataram sentir "medo" ou incerteza em relação ao futuro.

Os resultados dos itens exaustão emocional, despersonalização e satisfação ou realização profissional do MBI encontram-se descritos na Tabela 1.

Tabela 1 Distribuição dos sujeitos segundo a classificação obtida nos blocos do MBI

Bloco do MBI	Nível	n	%
Exaustão emocional	Alto	16	31
	Médio	32	63
	Baixo	3	6
Despersonalização	Alto	12	24
	Médio	39	76
	Baixo	-	-
Satisfação profissional	Alto	-	-
	Médio	28	55
	Baixo	23	45

MBI = Inventário de *burnout* de Maslach

Na busca de relações entre as variáveis sociodemográficas e o desempenho no inventário, por meio do teste U-Mann Whitney, foi possível constatar uma interferência das seguintes variáveis sobre o item “despersonalização” do inventário de *burnout*: a) opção apontada para os concursos vestibulares; b) participação em atividades culturais regulares; e c) incertezas em relação ao futuro. Segundo análises do teste Kruskal-Wallis, os itens “moradia” e “prática de atividades físicas” exerceram influência na exaustão emocional dos sujeitos. As demais variáveis (religião, sexo e tempo de curso pré-vestibular) não interferiram nos escores do MBI. Os valores obtidos por meio desses testes encontram-se descritos na Tabela 2.

Tabela 2 Interferência de variáveis sociodemográficas sobre os sinais de *burnout*

Variáveis sociodemográficas	Escore	p-valor
1ª opção no vestibular	UMW =118,5	0,002
Participação em atividades culturais	UMW =129,0	0,007
Incertezas em relação ao futuro	UMW =168,0	0,040
Prática de atividades físicas	KW =11,8	0,003
Tipo de moradia	KW =6,69	0,035

UMW: U-Mann Whitney; KW: Kruskal-Wallis

Considerando as perdas amostrais, o teste U-Mann Whitney apontou não haver diferença significativa ($p > 0,05$) em relação ao sexo e à idade dos sujeitos que preencheram e daqueles que não preencheram os questionários.

DISCUSSÃO

Os resultados encontrados indicam uma proporção significativa de acadêmicos do Curso de Fisioterapia com sinais de estresse, condizentes com a síndrome de *burnout*.

A média da idade encontrada ($22,2 \pm 1,5$) sugere uma relação importante dessa variável com a síndrome de *burnout*. A idade é um dos principais fatores responsáveis pelo esgotamento. Na medida em que os anos vão se passando, o indivíduo vai adquirindo mais segurança em suas tarefas rotineiras e, com isso, torna-se menos vulnerável à tensão do trabalho^{14,15}.

A alta incidência de mulheres na amostra analisada (78,4%) parece concordar com a afirmação feita por Martinez¹⁰, de que o gênero feminino teria maior predisposição à exaustão emocional. Entretanto, embora no presente estudo as mulheres tenham obtido escores superiores aos dos homens nos itens “despersonalização” e “exaustão emocional”, tal diferença não foi significativa ($p > 0,05$).

Pelos resultados obtidos, mostram-se relevantes ao aparecimento da síndrome de *burnout* em acadêmicos do 4º ano de Fisioterapia da UEL as seguintes variáveis: opção primeira escolha no concurso vestibular, mo-

radia, prática regular de atividades físicas, prática regular de atividades culturais e preocupações referentes ao futuro.

O fato de 37,3% dos agora acadêmicos não terem escolhido Fisioterapia como sua primeira opção, por ocasião do vestibular, já revela certo desinteresse pela carreira; assim, o nível de estresse físico e mental pode estar relacionado à frustração profissional e pessoal. Esse sentimento de fracasso e insucesso conduz o indivíduo a alterações de comportamento frente ao trabalho, como baixos níveis de rendimento e falta de entusiasmo, insatisfação no trabalho e aumento nos índices de absentismo¹⁵.

Uma das formas de prevenir o aparecimento da síndrome de *burnout* é pelo apoio recebido de familiares e amigos. A alta incidência de acadêmicos que moram longe da família (49%) é um fator que pode justificar os altos índices de exaustão emocional. A prática regular de atividades físicas, culturais e de lazer pode prevenir o aparecimento da síndrome, na medida em que propiciaria uma “fuga” do indivíduo em relação ao estresse cotidiano do ambiente de trabalho. No presente estudo, embora o delineamento transversal impossibilite comprovação efetiva dos benefícios das atividades físicas, culturais e de lazer na prevenção da síndrome, pode-se inferir que houve uma associação positiva da prática de tais atividades a índices moderados de *burnout*.

Por fim, outro fator responsável pelo aparecimento do estresse físico e mental em acadêmicos de fisioterapia é a incerteza frente ao futuro. Silva¹¹ diz haver estreita relação entre qualidade de vida e a síndrome de *burnout*. A qualidade de vida é um conceito amplo e, assim, deve englobar aspectos subjetivos (sentimentos, percepção, bem-estar e satisfação) e objetivos (recursos materiais disponíveis, salário e carreira) dos indivíduos. O próprio fato de os participantes deste estudo estarem ainda concluindo sua graduação justifica a incerteza quanto a sua futura inserção no mercado de trabalho.

CONCLUSÃO

Este estudo observou que acadêmicos do 4º ano do Curso de Fisioterapia da UEL apresentaram sinais condizentes com a síndrome de *burnout*, tendo obtido escores moderados nos indicadores de exaustão emocional e despersonalização. No estágio, os alunos desenvolvem suas atividades em contato direto com pacientes e ficam submetidos às exigências da supervisão e avaliação docente. Além disso, os acadêmicos lidam com várias situações da prática profissional e não desenvolveram formas de enfrentamento adequadas. Diante dos índices apresentados, faz-se necessária a elaboração e implantação de estratégias para amenizar a carga de trabalho e evitar agravos físicos e mentais.

REFERÊNCIAS

- 1 Kushnir T, Levhar C, Cohen AH. Are burnout levels increasing? The experience of Israeli primary care physicians. *Isr Med Ass J.* 2004;6(8):413-5.
- 2 Melamed S, Shiron A, Toker S, Berlinear S, Shapira I. Burnout and risk of cardiovascular disease: evidence, possible causal paths and promising research directions. *Psychol Bull.* 2006;123(2):327-53.
- 3 Delvaux N, Razavi D, Farvacques C. Cancer care: a stress for health professionals. *Soc Sci Med.* 1998;27(2):159-66.
- 4 Maslach C, Jackson SE. The measurement of experienced burnout. *J Occup Ther.* 1981;2:99-113.
- 5 Maslach C, Jackson SE. *Maslach Burnout Inventory: manual.* Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press; 1986.
- 6 van-Rhenen W, Blonk RW, van-der-Klink JJ, van-Dijk FJ, Schaufeli WB. The effect of a cognitive and a physical stress reducing programme on psychological complaints. *Int Arch Occup Environ Health.* 2005;78(2):139-48.
- 7 Piemont RL. A longitudinal analysis of burnout in the care setting: the role of personal dispositions. *J Pers Assess.* 1993;61(3):457-73.
- 8 Albaladejo R, Villanueva R, Ortega P, Astasio P, Calle ME, Dominguez V. Síndrome de burnout en el personal de enfermería de un hospital de Madrid. *Rev Esp Salud Publ.* 2004;78(4):505-16.
- 9 Rosenberg T, Pace M. Burnout among mental health professionals: special considerations for the marriage and family therapist. *J Marital Fam Ther.* 2006;32(1):87-99.
- 10 Martinez, JCA. Aspectos epidemiológicos del síndrome de burnout en personal sanitario. *Rev Esp Salud Publ.* 1997;71(3):293-303.
- 11 Silva FPP. Um desafio à saúde do trabalhador. *PSI Rev Psicol Social Institucional (Londrina).* 2000;2(1). [citado 20 maio 2004]. Disponível em: <http://www.3.uel.br/ccs/psicologia/revista/textpv2n15.html>.
- 12 Hayes AB. Job burnout in physical therapy. In: *Physical Therapy'98: scientific meeting and exposition of the APTA's annual conference.* Orlando, FL: APTA; 1998. p.338-9.
- 13 Harris MJ, Fogel M, Blacconiere M. Job satisfaction among coordinators of clinical education in physical therapy. *Phys Ther.* 1987;67(6):958-63.
- 14 Brown GD. Changing health care environments: implications for physical therapy research, education, and practice. *Phys Ther.* 1986;66(8):242-5.
- 15 Amorim C, Oliveira GD, Alvarenga GM. Síndrome de burnout em acadêmicos de Fisioterapia: um estudo preliminar. *Fisioter Mov.* 2000;13(1):129-36.