



## SÍNDROME DE *BURNOUT*: COMO OS IMPACTOS INDIVIDUAIS AFETAM O COLETIVO

Ricardo Paes Fonseca<sup>1</sup>, Mariana Oliveira Quevedo<sup>1</sup>, Jussara do Nascimento Coutinho<sup>1</sup>, Alcione Oliveira dos Santos<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Acadêmico do curso de medicina do Centro Universitário Aparício Carvalho-FIMCA.

<sup>2</sup> Docente do curso de medicina do Centro Universitário Aparício Carvalho-FIMCA.

**Introdução.** A síndrome de *Burnout* (SB) é uma psicopatologia, que pode afetar o indivíduo em vários aspectos, como físico, mental, profissional e social. O termo “*Burnout*”, do inglês, significa “aquilo que deixou de funcionar por absoluta falta de energia”, o qual representa o estado dessa doença, que é caracterizada por um desgaste ao ponto de exaustão, relacionado, principalmente, ao trabalho. Essa síndrome é muito difundida em ambientes de grande tensão profissional e psicológica, como em grandes empresas, hospitais e ambientes acadêmicos, caracterizando, assim, um cenário de extrema sobrecarga e responsabilidade, propício ao esgotamento mental do indivíduo, típico dessa patologia. **Objetivos.** Elucidar as manifestações da síndrome de *Burnout* que interferem no desenvolvimento individual e coletivo. **Metodologia:** Esse trabalho consiste em uma revisão integrativa fundamentada em artigos científicos, a partir de plataformas de busca online, como: *Scielo*, *Pubmed*, ademais foram avaliadas publicações entre o período de 2010 a 2021, os trabalhos científicos foram ordenados de acordo com o ano de publicação, objetivos, resultados e conclusão. **Resultados.** Os principais sintomas da SB são a exaustão emocional e o distanciamento afetivo, sendo a exaustão emocional relacionada à solidão, à depressão, à raiva e ao aumento da suscetibilidade a outras doenças, como cefaleia, náuseas, tensão muscular, dores lombar ou cervical, como também distúrbios do sono. Nesse sentido, o distanciamento afetivo se correlaciona às interações interpessoais, nas quais o indivíduo se afasta de seu círculo social, demonstrando-se frustrado. Estes aspectos, em geral, levam a um comprometimento psicossocial, que pode abrir um leque de disfunções psicológicas, portanto sendo crucial conhecer os principais fatores que desencadeiam este quadro, como o excesso de horas de trabalho, de esforço físico e mental, de não realizações profissionais e de insatisfação pessoal, nos quais o desequilíbrio dessas situações culmina no estabelecimento dessa condição patológica. Sob esse prisma, essa doença, comumente, demanda o afastamento do enfermo de suas atividades laborais, tal fator pode prejudicar, também, o coletivo de diversas formas. **Conclusão.** Nesse ínterim, essa síndrome pode afetar qualquer pessoa cuja rotina é farta de grandes e exaustivas horas laborais, seja essa física ou mental, acarretando um comprometimento gradativo de sua função, culminando nessa grave psicopatologia, a qual seu conhecimento é pouco difundido, demandando melhor conhecimento desta, pela sociedade.

**Palavras-chave:** Síndrome de Burnout, exaustão, saúde mental.

**DOI:** <https://doi.org/10.37157/fimca.v8i3.415>