

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA
REDONDA CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO TRABALHO DE
CONCLUSÃO DE CURSO**

HIOLANDA SILVÉRIO GARANI

**A SÍNDROME DE BURNOUT EM NUTRICIONISTAS INSERIDOS NO
MERCADO DE TRABALHO**

VOLTA REDONDA – RJ 2020

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA
REDONDA CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

A SÍNDROME DE BURNOUT EM NUTRICIONISTAS INSERIDOS NO MERCADO DE TRABALHO

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao curso de Nutrição do
UniFOA, como requisito à obtenção do
título de Bacharel em Nutrição.

Acadêmica: Hiolanda Silvério Garani

Orientador: Prof. Me. Marcelo Augusto Mendes da Silva

FICHA CATALOGRÁFICA

Bibliotecária: Alice Tação Wagner - CRB 7/RJ 4316

G212s Garani, Hiolanda Silvério

A Síndrome de Burnout em nutricionistas inseridos no mercado de trabalho. / Hiolanda Silvério Garani. – Volta Redonda: UniFOA, 2020.

28 p. Il.

Orientador (a): Marcelo Augusto Mendes da Silva

FOLHA DE APROVAÇÃO

Trabalho de Conclusão de Curso intitulado:
**A SÍNDROME DE BURNOUT EM NUTRICIONISTAS INSERIDOS NO
MERCADO DE TRABALHO**

Elaborado por Hiolanda Silvério Garani, apresentado publicamente perante a Banca Avaliadora, como parte dos requisitos para conclusão do Curso de Nutrição.

Aprovada em 16 de Novembro de 2020 Banca
Avaliadora:

Professora Orientadora

Marcelo Augusto Mendes da Silva, Mestre, Centro Universitário de Volta
Redonda

Professor Avaliador

Mariana Ribeiro Costa Portugal, Doutora, Centro Universitário de Volta
Redonda

Professor Avaliador

Ana Lúcia Torres Devezas Souza, Mestre, Centro Universitário de Volta
Redonda

Gostaria de dedicar essa conquista à Deus, por ter permitido que eu tivesse determinação durante a realização deste trabalho, e que sempre iluminou

meu caminho durante a trajetória acadêmica.

AGRADECIMENTOS

O desenvolvimento deste trabalho dispôs da ajuda de diversas pessoas, dentre as quais agradeço.

Aos professores e em especial ao meu professor e orientador, pelos ensinamentos e conselhos para um melhor aprendizado, a qual permitiram que eu pudesse estar concluindo este trabalho.

A todos que colaboraram direta ou indiretamente para o desenvolvimento deste trabalho, enriquecendo o meu processo de aprendizagem.

A instituição de ensino UniFOA, pelo meu processo de formação profissional.

“Onde quer que você esteja, esteja por inteiro.”

Eckhart Tolle

RESUMO

O mundo do trabalho tem sofrido diversas transformações relacionadas às condições econômicas, legais, sócio-políticas, demográficas e inovação tecnológica. Tudo isso implica em novas demandas ao trabalhador, o que pode contribuir para o adoecimento mental, físico e social. Dentro deste contexto, destaca-se a síndrome de *Burnout* (SB) que se caracteriza como um conjunto de sintomatologia física e psicológica, sendo constituída por três dimensões relacionadas, mas independentes, sendo elas: Exaustão Emocional (EE), Despersonalização (DP) e a Diminuição da Realização Profissional (RP). Tem sido demonstrado em diversos estudos internacionais que a prevalência da SB em profissões da área de saúde varia de 50,0 a 74,0%. Este trabalho teve por objetivo, fazer uma avaliação preliminar da síndrome de *Burnout* em Nutricionistas inseridos no mercado de trabalho. Trata-se de uma pesquisa descritiva, exploratória e de caráter transversal, tendo sido realizada no período de agosto a setembro de 2020. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisas com Seres Humanos (CAAE 35955520.2.0000.5237) e contou com a participação de 76 nutricionistas de ambos os sexos, com média de idade de $36,7 \pm 11,4$ anos, sendo que 76,3% (n=58) do Estado do Rio de Janeiro, 17,1% (n=13) de Minas Gerais e 6,6% (n=5) de outros estados. Os voluntários responderam a um questionário eletrônico por meio do *Microsoft Forms* disponibilizado nas Redes Sociais. Tal questionário dividiu-se em duas partes: na primeira estavam descritas perguntas sobre as características sociodemográficas e na segunda, uma avaliação preliminar da Síndrome de *Burnout*, pelo Inventário de *Burnout* de Maslach (IBM) adaptado e validado para a cultura brasileira. Fez-se também a correlação de Pearson para avaliar a associação entre a SB e as três dimensões de estresse (EE, DP e RP). A faixa salarial de 2 a 3 salários mínimos foi a mais citada, correspondendo a 48,7% do total. Em relação a área de atuação, os resultados mostraram que Nutrição Clínica contribuiu com 46,8% total, Alimentação Coletiva com 27,3%, Saúde Coletiva (14,3%), Docência (6,5%) e Indústria de Alimentos (3,9%). No que se refere a avaliação preliminar dos níveis de *Burnout*, todos os entrevistados apresentaram pelo menos um grau de *Burnout*, sendo que a maioria (61,8%) apresentou *Burnout* moderado, enquanto que 27,6% (*Burnout* leve) e 10,6% (*Burnout* elevado). Observou-se ainda que o nível moderado de *Burnout* esteve predominante em todas as áreas de atuação, com exceção dos nutricionistas que trabalhavam em Alimentação Coletiva, sendo a forma mais leve da doença, foi a mais prevalente. Foi demonstrado também fortes correlações positivas entre as dimensões “Exaustão Emocional” ($r=0,8913$), “Despersonalização” ($r=0,7306$) e o escore total para *Burnout*. Contudo, não houve correlação entre a dimensão “Realização Profissional” e *Burnout* ($r=0,0298$). Conclui-se que a saúde mental dos Nutricionistas envolvidos no estudo pode estar comprometida devido à SB. Desta forma, outros trabalhos deverão ser realizados para que se possibilite implementar ações de prevenção e tratamento desta doença.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout; Esgotamento profissional; Nutricionistas.

ABSTRACT

The world of work has undergone several transformations related to economic, legal, socio-political, demographic and technological innovation conditions. All of this implies new demands on the worker, which can contribute to mental, physical and social illness. Within this context, the Burnout syndrome (SB) stands out, which is characterized as a set of physical and psychological symptoms, consisting of three related but independent dimensions, namely: Emotional Exhaustion (EE), Depersonalization (DP) and the Decrease in Professional Achievement (PR). It has been shown in several international studies that the prevalence of BS in health professions ranges from 50.0 to 74.0%. This study aimed to make a preliminary assessment of Burnout syndrome in Nutritionists working in the labor market. This is a descriptive, exploratory and cross-sectional study, carried out from August to September 2020. This study was approved by the Ethics Committee for Research with Human Beings (CAAE 35955520.2.0000.5237) and involved the participation of 76 nutritionists of both sexes, with a mean age of 36.7 ± 11.4 years, 76.3% (n = 58) of the State of Rio de Janeiro, 17.1% (n = 13) of Minas Gerais and 6.6% (n = 5) from other states. The volunteers answered an electronic questionnaire through Microsoft Forms made available on Social Networks. This questionnaire was divided into two parts: in the first, questions about the sociodemographic characteristics were described and in the second, a preliminary assessment of the Burnout Syndrome, by the Maslach Burnout Inventory (IBM) adapted and validated for the Brazilian culture. Pearson's correlation was also performed to assess the association between BS and the three stress dimensions (EE, DP and PR). The salary range of 2 to 3 minimum wages was the most cited, corresponding to 48.7% of the total. Regarding the area of activity, the results showed that Clinical Nutrition contributed with 46.8% total, Collective Food with 27.3%, Collective Health (14.3%), Teaching (6.5%) and Food Industry (3.9%). Regarding the preliminary assessment of the levels of Burnout, all respondents had at least one degree of Burnout, with the majority (61.8%) having moderate Burnout, while 27.6% (Light Burnout) and 10, 6% (high burnout). It was also observed that the moderate level of Burnout was prevalent in all areas of activity, with the exception of nutritionists who worked in Collective Food, being the mildest form of the disease, it was the most prevalent. Strong positive correlations were also demonstrated between the dimensions "Emotional Exhaustion" ($r = 0.8913$), "Depersonalization" ($r = 0.7306$) and the total score for Burnout. However, there was no correlation between the dimension "Professional Achievement" and Burnout ($r = 0.0298$). It is concluded that the mental health of Nutritionists involved in the study may be compromised due to BS. In this way, other work should be carried out to make it possible to implement actions to prevent and treat this disease.

Keywords: Burnout syndrome; Professional exhaustion; Nutritionists.

LISTA DE QUADROS

Quadro 1	– Questionário de avaliação preliminar de Burnout.....	16
-----------------	--	----

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Dados sociodemográficos.....	18
--	----

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Valores percentuais dos níveis de Burnout encontrados nos participantes.....	19
Gráfico 2 – Valores percentuais dos níveis de Burnout presentes nos Nutricionistas quanto a área de atuação.....	19
Gráfico 3 – Valores percentuais dos níveis de Burnout em relação à modalidade de trabalho.....	21
Gráfico 4 – Correlação de Pearson entre a subescala “Exaustão Emocional” (EE) e Burnout.....	22
Gráfico 5 – Correlação de Pearson entre a subescala “Realização Profissional” (RP) e Burnout.....	23
Gráfico 6 – Correlação de Pearson entre a subescala “Despersonalização” e Burnout.....	23

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	13
2 MÉTODOS	15
3. RESULTADOS E DISCUSSÃO	17
3.1 Dados sociodemográficos	17
3.2 Avaliação preliminar dos níveis de Burnout	18
4. CONCLUSÃO	25
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	25

1. INTRODUÇÃO

A profissão de nutricionista foi se determinando em sociedade a partir da década de 40, em cursos de nutricionista-dietista, como eram determinados inicialmente e, com o passar dos anos, formaram-se as associações capacitadas pelo Brasil. A partir de 1980 o surgimento de revistas científicas no campo da alimentação e nutrição colaboraram para a evolução da Nutrição como ciência (NEGRI; AMESTOY; HECK, 2017).

De acordo com o Conselho Federal de Nutricionistas – CFN, 2018, as áreas de atuação são: Nutrição em Alimentação Coletiva; Nutrição Clínica; Nutrição em Esportes e Exercício Físico – Assistência Nutricional e Dietoterápica para Atletas e Desportistas; Nutrição em Saúde Coletiva – Assistência e Educação Nutricional Individual e Coletiva; Nutrição na Cadeia de Produção, na Indústria e no Comércio de Alimentos – atividades de desenvolvimento e produção e comércio de produtos relacionados à alimentação e à nutrição e Nutrição no Ensino, na Pesquisa e na Extensão (CFN, 2018).

A Síndrome de Burnout (SB) que de acordo com Campos et al (2015) foi descrita por Maslach e Jackson (1981) como um conjunto de sintomatologia física e psicológica, sendo constituída por três dimensões relacionadas, mas independentes sendo elas: a) **Exaustão Emocional** que se relaciona com a sensação de esgotamento físico e mental e ao sentimento de falta de energia e entusiasmo; b) **Despersonalização** que refere-se às mudanças na atitude do trabalhador, originando um contato frio e impessoal com seus clientes ou usuários de seu serviço; c) **Diminuição da realização profissional** que vai associar-se ao sentimento de insatisfação quanto às atividades laborais realizadas, com sentimento de insuficiência, baixa autoestima, fracasso profissional e desmotivação com o trabalho.

Segundo Neves, Oliveira e Alves (2014) a SB passou a ser considerada como doença do trabalho em 1999. Todavia, em 2001 o Ministério da Saúde incluiu o Burnout na relação de doenças ocupacionais classificando-a como um transtorno mental e do comportamento relacionado ao trabalho: CID-10 código Z73.

Quando o esgotamento físico excede os níveis adaptativos, e passam para uma condição um pouco mais avançada, surgem um amontoado de sintomas psíquicos, físicos e comportamentais, que influenciam diretamente na sua aptidão laboral, designada Síndrome de Burnout (ZOMER; GOMES, 2017).

A Síndrome de Burnout é uma das doenças que remete os profissionais de saúde e traz para si resultados negativos tanto a nível individual e coletivo quanto no ambiente familiar e social. De maneira geral, pode-se definir esta síndrome tal como sendo um transtorno adaptativo ao estresse crônico relacionado às demandas e exigências laborais. Frequentemente o seu desenvolvimento é enganoso e geralmente despercebido pelo indivíduo, com sintomatologia múltipla, predominando o cansaço emocional. Atualmente, a Síndrome de Burnout é vista como um problema de saúde pública, uma vez que sua ocorrência tem aumentado significativamente nos últimos anos em muitos países, sobretudo no Brasil. Manifesta-se com consequências na saúde física e mental dos empregados, afetando a qualidade de vida no ambiente de trabalho (NASCIMENTO et al., 2017; BRITO et al., 2019).

Destaca-se ainda que os profissionais de saúde são susceptíveis a desenvolver tal síndrome, visto que cotidianamente lidam com intensas emoções, dentre elas: sofrimento, medo, morte, sexualidade, desta forma, tornam-se vulneráveis a um elevado grau de estresse, bem como a uma crescente exaustão física e psicológica (SILVEIRA et al, 2015)

Dada a relevância e consequências relacionadas, o presente estudo teve como objetivo de verificar a presença e níveis da síndrome de Burnout em Nutricionistas inseridos no mercado de trabalho.

2 MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa descritiva, exploratória e de caráter transversal, foi realizada no período de agosto a setembro de 2020.

Este estudo teve a participação de 76 nutricionistas de diversas localidades do país, que responderam a um questionário eletrônico por meio do *Microsoft Forms* disponibilizado no Facebook, Instagram e WhatsApp. O questionário utilizado foi dividido em duas partes: sendo que na primeira parte estavam descritas perguntas sobre as características sociodemográficas dos participantes, e na segunda, uma avaliação preliminar da síndrome de *Burnout*, pelo Inventário de Burnout de Maslach (IBM) adaptado e validado para a cultura brasileira, conforme citado por Hoppen et Al (2017).

O IBM avalia a subescala EE (questões de 1 a 9) para sentimentos de sobrecarga emocional e esgotamento por seu trabalho. A subescala DP (questões de 10 a 17) mede uma resposta insensível e impessoal para os destinatários de um serviço, cuidado ou tratamento. A subescala RP (questões de 18 a 22) avalia os sentimentos de competência e realização em trabalhar com as pessoas.

A ausência de Burnout é indicada pela pontuação de zero a 20, possível Burnout de 21 a 40, Burnout leve de 41 a 60, Burnout moderado de 61 a 80, e de 81 a 100 pontos o nível de Burnout é elevado. O questionário para a avaliação preliminar de Burnout e que foi utilizado neste estudo, pode ser observado no quadro 1.

Foram considerados como critérios de inclusão, nutricionistas de ambos os sexos que estejam exercendo a profissão e que responderam adequadamente as questões.

Utilizou-se para a análise estatística o Microsoft Excel para a análise de correlação de Pearson que foi escolhida para avaliar a associação entre *Burnout* e as três dimensões de estresse. Os dados foram expressos como média \pm desvio padrão.

Este trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em pesquisas com seres Humanos (CAAE 35955520.2.0000.5237).

Quadro 1. Questionário de avaliação preliminar de Burnout

Considerar que: Nunca = 1 ; Anualmente = 2; Mensalmente =3; Semanalmente = 4; Diariamente = 5					
Subescala EE – Sobrecarga emocional e esgotamento					
Perguntas	1	2	3	4	5
Eu sinto mal-estar por causa do meu trabalho					
Sinto que estou no meu limite emocional					
Sinto-me excessivamente exausto ao final da minha jornada de trabalho					
Sinto-me bastante frustrado por causa do meu trabalho					
Sinto-me esgotado(a) emocionalmente por causa do meu trabalho					
Sinto que estou trabalhando demais na minha profissão					
Trabalhar diretamente com pessoas tem me causado muito estresse					
O trabalhar com pessoas todo o dia é realmente um esforço para mim					
Levanto-me cansado(a) e sem disposição para outro dia de trabalho					
Subescala DP - Despersonalização					
Perguntas	1	2	3	4	5
Sinto-me cheio de energia					
Sinto-me estimulado após trabalhar ao lado do leito do meu paciente					
Eu consigo criar facilmente um ambiente relaxante para os meus pacientes					
Sinto que estou influenciando positivamente a vida das outras pessoas através do meu trabalho					
Lido de forma eficaz com os problemas dos meus pacientes					
Posso facilmente entender como meus pacientes se sentem acerca das coisas que acontecem					
No meu trabalho, eu lido de uma forma muito calma com os problemas emocionais					
No trabalho que desempenho, eu tenho realizado muitas coisas válidas					
Subescala RP - Realização profissional					
Perguntas	1	2	3	4	5
Sinto que os pacientes me culpam por alguns de seus problemas					
Sinto que trato alguns dos meus pacientes como se fossem “objetos” impessoais					
Desde que comecei esse trabalho sinto-me mais insensível para com as pessoas					
Não me importo de forma significativa com que acontece com meus pacientes					
Aborreço-me que o tipo de trabalho que realizo me pressione bastante emocionalmente					
Total de pontos					

Fonte: Hoppen et al (2017) (adaptado)

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 Dados sociodemográficos

Com relação aos gêneros dos participantes da presente pesquisa, a maioria se apresentou como sexo feminino (82,9%) e os outros (17,1%) do sexo masculino. As localidades de trabalho apresentadas foram: Rio de Janeiro (76,3%), Minas Gerais (17,1%) e outros estados (6,6%).

No que diz respeito à renda dos participantes, 48,7% responderam que recebem de 2 a 3 salários mínimos. Já 13,1%, 6,6%, 5,3%, 2,6% e 1,3% dos entrevistados responderam que ganham, respectivamente 1, mais de 10, 4 a 5, 5 a 6 e 6 a 7 salários mínimos. Salienta-se ainda que 17,1% optaram por não responder esta pergunta.

Em relação a área de atuação, os resultados em sua grande maioria foram nutrição clínica (46,8%), alimentação coletiva (27,3%), saúde coletiva (14,3%), docência (6,5%) e indústria de alimentos (3,9%).

Em relação à modalidade de trabalho atual dos profissionais, presencial (44,7%), maior parte do tempo presencial (29%), maior parte do tempo em *Home office* (14,5%) e Home office (11,8%), conforme apresentado na tabela 1.

Aguiar e Silva (2017) afirmam que são poucos os estudos que envolvem as condições sociais, de trabalho e principalmente de saúde do profissional nutricionista. Sendo assim, fica evidente a relevância e importância de novas investigações que demonstrem a situação dos nutricionistas nas diferentes inserções no mercado de trabalho, enfatizando a desigualdade que tem marcado o trabalho no Brasil, fator importante que traz impacto na saúde e na qualidade de vida e de trabalho desses profissionais.

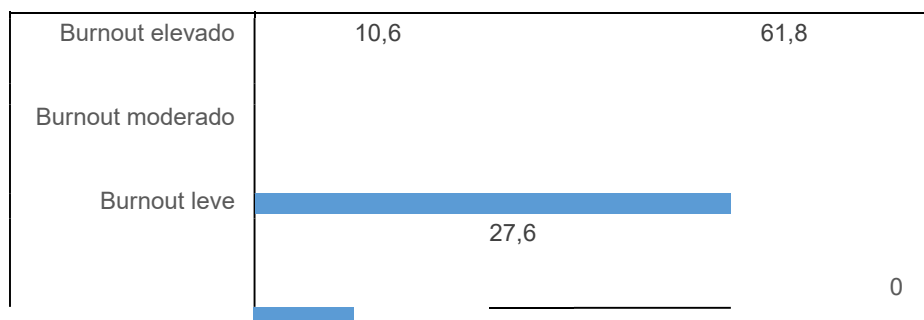
Tabela 1: Dados sociodemográficos

Variável	n	%
Número de participantes	76	100
Sexo	n	%
Masculino	13	17,1
Feminino	63	82,9
Média de idade (anos)	36,7±11,4	---
Localidade (UF)	n	%

Rio de Janeiro	58	76,3
Minas Gerais	13	17,1
Outros estados	5	6,6
Renda	n	%
1 salário mínimo	10	13,1
2 a 3 salários mínimos	37	48,7
4 a 5 salários mínimos	4	5,3
5 a 6 salários mínimos	2	2,6
6 a 7 salários mínimos	1	1,3
8 a 9 salários mínimos	4	5,3
Acima de 10 salários mínimos	5	6,6
Não responderam	13	17,1
Área de atuação	n	%
Alimentação coletiva	27,3	21
Docência	6,5	5
Indústria de alimentos	3,9	3
Nutrição Clínica	46,8	36
Saúde Coletiva	14,3	11
Modalidade de trabalho	n	%
Home office	9	11,8
Presencial	34	44,7
Maior parte do tempo em Home Office	11	14,5
Maior parte do tempo presencial	22	29

3.2 Avaliação preliminar dos níveis de Burnout

No que se refere a avaliação preliminar dos níveis de Burnout do presente estudo, todos os entrevistados apresentaram pelo menos um grau de Burnout, sendo que a maioria (61,8%) apresentou Burnout moderado, enquanto que (27,6%) Burnout leve e (10,6%) Burnout elevado, conforme mostrado no gráfico 1.



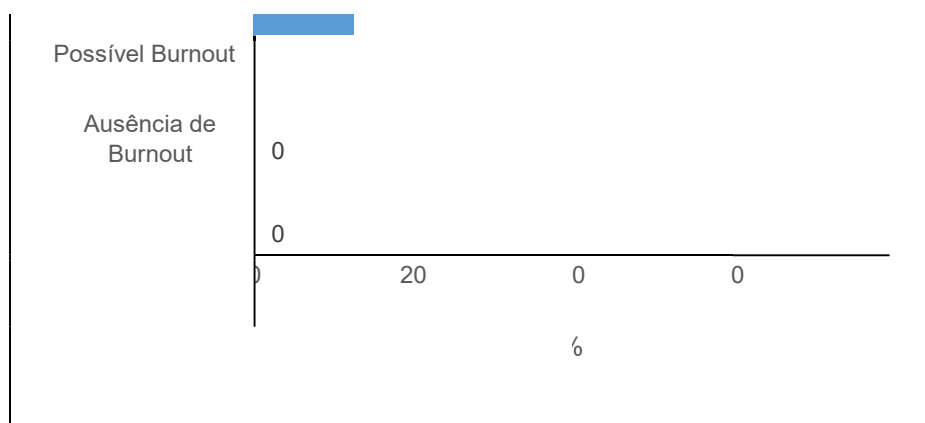


Gráfico 1: Valores percentuais dos níveis de Burnout encontrados nos participantes

No que diz respeito aos valores percentuais dos níveis de Burnout presentes nos Nutricionistas quanto a área de atuação, na área de saúde coletiva em sua maioria apresentou níveis moderados (66,7%), níveis elevados (25%) e níveis leve (8,3%), em nutrição clínica em sua maioria apresentou níveis moderados (61,1%), níveis leves (36,1%) e níveis elevados (2,8%), na indústria de alimentos todos os profissionais apresentaram níveis moderados (100%), na Docência em sua grande maioria apresentou níveis moderados (80%), e níveis leves (20%) e em saúde coletiva, na sua maioria apresentou níveis leves (53,1%), níveis moderados (31,2%) e níveis elevados (15,7%), esses dados são apresentados no gráfico 2.

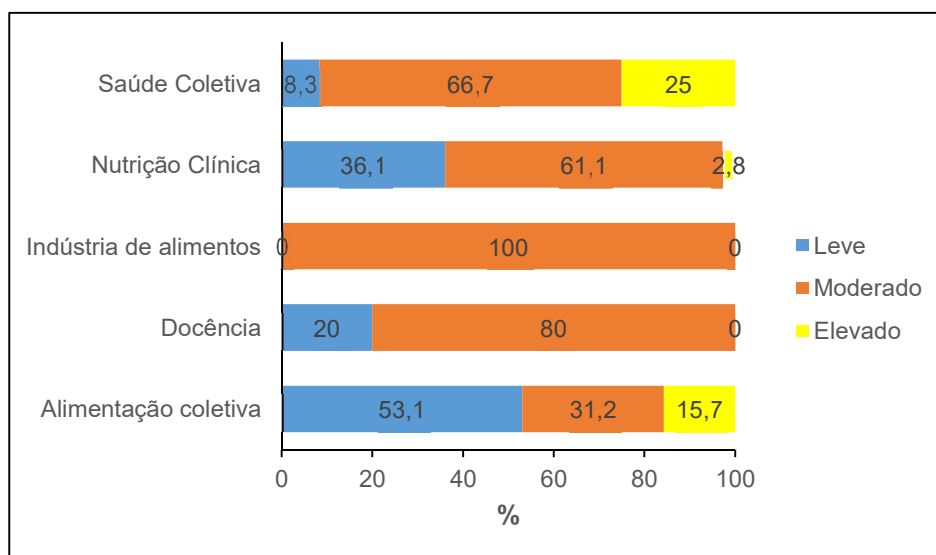


Gráfico 2: Valores percentuais dos níveis de Burnout presentes nos Nutricionistas quanto a área de atuação

Com o objetivo de descrever a ocorrência de Burnout, suas dimensões de comprometimento e a associação com características sociodemográficas entre

176 profissionais da residência multiprofissional dos hospitais da rede pública de uma capital do Centro-oeste Brasileiro, Oliveira, et al (2020) constataram que a frequência de Burnout foi maior biomédicos e Terapeutas ocupacionais, ambos com 100%, seguidos por 90% dos nutricionistas, 87,5% dos farmacêuticos. 87,5% de fisioterapeutas, 84,6% dos enfermeiros, 80% dos fonoaudiólogos e 75% dos psicólogos. É importante salientar que o Burnout foi encontrado em 84,3% dos participantes do estudo.

Gingras et al (2010) avaliaram a prevalência de burnout em nutricionistas em Ontário, Canadá. Os resultados mostraram que 57% dos nutricionistas tiveram resultados indicadores de níveis moderados a elevados de burnout.

Objetivando avaliar o grau de predisposição ao desenvolvimento de burnout pelos profissionais de Dietética e Nutrição de Portugal, Gala (2015) constatou, após avaliar 177 profissionais, que existe uma maior predisposição para o desenvolvimento de Burnout em profissionais que possuem carga horária excessiva e se sentem injustiçados com relação às diversas condições de trabalho. Este autor conclui também que a intervenção direcionada para a relação entre o indivíduo e o ambiente de trabalho deve obedecer uma abordagem organizacional que permita identificar situações de burnout e desenvolver um plano de ação adequado para a prevenção e tratamento.

Um estudo realizado por Hoppen (2017), apontou um número expressivo de Burnout elevado e moderado entre os intensivistas de outras nacionalidades, assim como de outros estudos brasileiros, que apresentaram conformidades de Burnout importante próximas ou até mais elevada que 50%.

Um outro estudo realizado por Dutra et al. (2018), afirmou que a exaustão emocional tem sido descrita como principal no desenvolvimento de Burnout entre profissionais de saúde, o que de certa forma inclui os profissionais de Nutrição. Em outro estudo realizado por Meghini, Paz e Lauert (2011), afirma que sobrecarga profissional tem sido uma das variáveis mais apontadas como predisponentes para síndrome de Burnout.

Observa-se no gráfico 3 os valores percentuais dos níveis de Burnout em relação à modalidade de trabalho, os profissionais que atuam a maior parte do tempo de forma presencial, apresentaram em sua maioria níveis moderados (63,6%), seguido de níveis leves (27,3%), níveis elevados (9,1%), os

profissionais que responderam atuar a maior parte do tempo em Home office, apresentaram níveis moderados (55,5%), níveis leves (44,5%), os que atuam de forma presencial, apresentaram níveis moderados (61,8%), níveis leves (23,5%), níveis elevados (14,7%), aqueles que atuam apenas em Home office, apresentaram níveis moderados (54,5%), níveis elevados (27,4%) e níveis leves (18,2%).

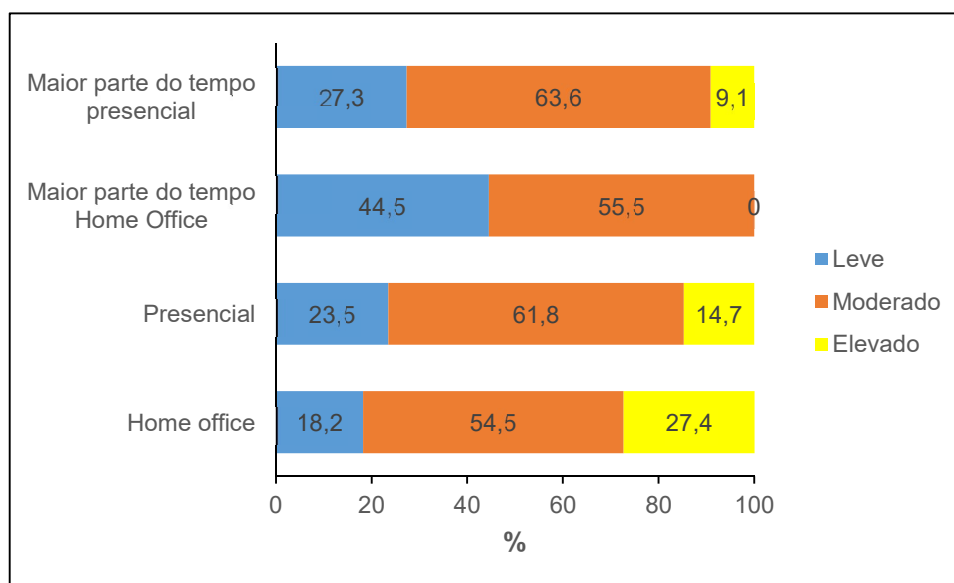


Gráfico 3: Valores percentuais dos Níveis de Burnout em relação à modalidade de trabalho

Nascimento e Creado (2020) relatam que foi editado em 22/03/2020, a Medida Provisória n° 927, que estabeleceu diversas diretrizes trabalhistas para o enfrentamento do estado de calamidade pública e da emergência de saúde pública decorrente do coronavírus (COVID-19), o que impôs alterações substanciais nos termos legislativos até então vigentes sobre a modalidade de trabalho. Os autores ressaltam ainda que, o stress ocasionado pela situação da jornada estafante e com poucas desconexões para repouso traz à baila outros dois problemas, a saber, a síndrome do esgotamento profissional e o dano existencial trabalhista.

Sobre a correlação de Pearson entre a subescala “Exaustão Emocional” (EE) e Burnout, o presente estudo apresentou uma correlação positiva considerada forte para síndrome ($r= 0,8913$), havendo uma alta interferência na pontuação geral da subescala (EE), conforme os dados descritos no gráfico 4.

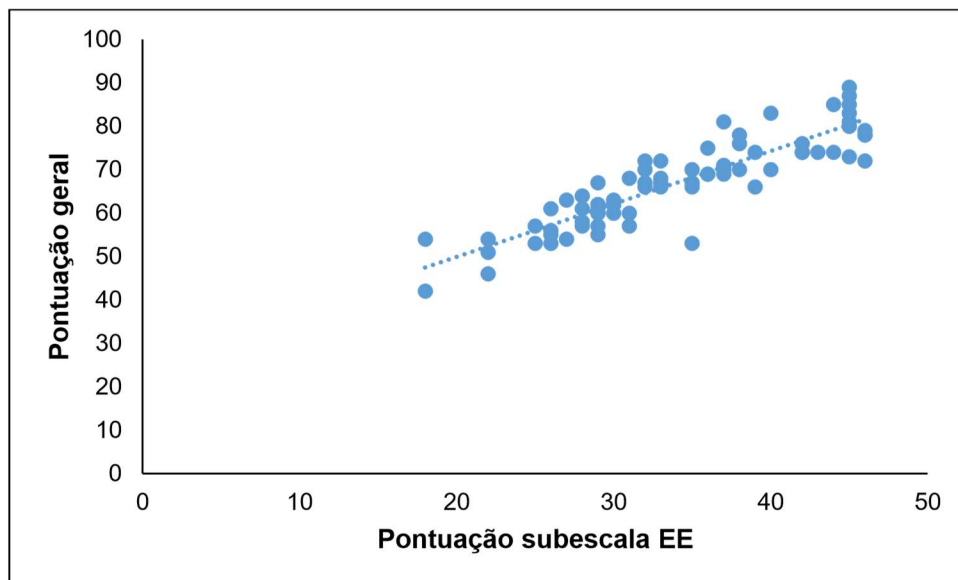


Gráfico 4: Correlação de Pearson entre a subescala “Exaustão Emocional” (EE) e Burnout

Quando se observa a dimensão “Realização Profissional” (RP) e Burnout, constata-se que não houve correlação ($r= 0,0298$), que pode vir a apontar que muito dos profissionais se sentem realizados mesmo diante do esgotamento profissional da síndrome de Burnout, dados apresentados no gráfico 5. Por outro lado, quando se avalia a subescala de “Despersonalização e Burnout” (gráfico 6) nota-se correlação positiva forte ($r= 0,7306$) na pontuação total da subescala (RP).

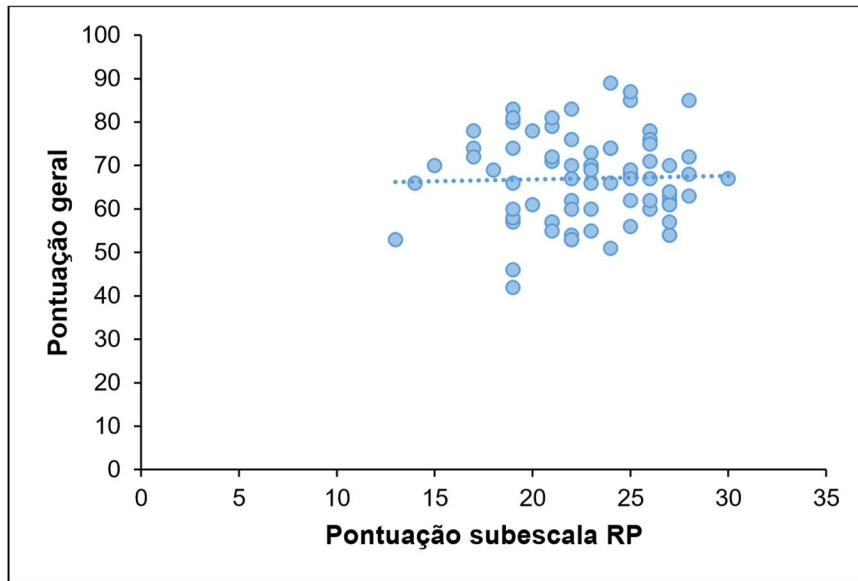


Gráfico 5: Correlação de Pearson entre a subescala “Realização Profissional” (RP) e Burnout

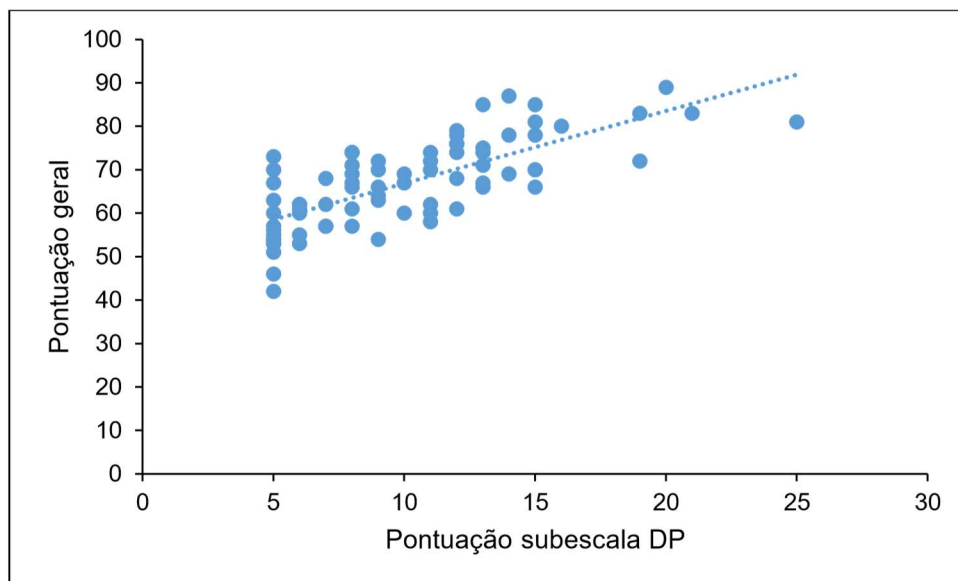


Gráfico 6: Correlação de Pearson entre a subescala “Despersonalização” e Burnout

Trigo et al. (2007) demonstraram que existe um sentimento de baixa realização profissional e uma baixa abjuração com o trabalho, uma sensação de que “muito pouco tem sido alcançado e o que é realizado não tem valor”.

De acordo com Millan (2007), na despersonalização existe um afastamento emocional e uma indiferença diante do sofrimento alheio, com um

aniquilamento da habilidade de empatia, o que faz com que o paciente seja tratado como um objeto, no tamanho do comprometimento da realização pessoal o indivíduo sente-se incapaz, desapontado, infeliz e com baixa autoestima. Já no estudo de Meneghini, Paz e Lauert (2011), o profissional ao estar insatisfeito com seu trabalho e sua dinâmica profissional, não atende as exigências do trabalho e, geralmente, encontra-se com irritabilidade e depressão, gerando conflitos em seu ambiente de trabalho como uma forma de enfrentar essa situação estressante.

De acordo com Gomes e Salado (2008), a atividade do nutricionista tem se estendido consideravelmente nos últimos anos, e esses especialistas são cada vez mais exigidos em diversos campo de atuação. Contudo, junto a essa conquista de espaço no mercado, os profissionais dessa área constantemente concentram cargos e são levados a sobrecarga, fadiga e exaustão, que são sintomas muito comuns entre os profissionais da saúde.

Amador (2013), afirma que o tratamento para a Síndrome de *Burnout* deve ser multiprofissional assim como qualquer doença. O profissional com essa síndrome deve ser acompanhado no plano terapêutico, médico e farmacológico. Após a realização do tratamento, deve-se trabalhar a sua inserção e reinserção no mercado de trabalho e na sua vida social, melhorando assim a qualidade de vida desse indivíduo.

4. CONCLUSÃO

O estudo presente apontou indicadores fortes e importantes para síndrome de Burnout em profissionais da área de Nutrição, mostrando que os trabalhadores apontam dificuldades em relação ao trabalho realizado, o que pode impactar diretamente na saúde emocional e mental desses profissionais. Salienta-se ainda que as dimensões Esgotamento Emocional e Despersonalização exerceram uma correlação forte para que esses resultados fossem tão expressivos.

Por outro lado, a dimensão Realização Profissional não apresentou uma correlação com o surgimento da Síndrome de Burnout. Sendo assim, pode-se interpretar que boa parte dos nutricionistas entrevistados se sentem realizados com a sua atividade profissional, apesar de todas as situações de estresse que podem estar envolvidas.

Conclui-se também que os trabalhos sendo realizados tanto na forma presencial, quanto em *home office* geram estresse e podem contribuir para o surgimento de Burnout.

É importante destacar a quantidade escassa de publicações referentes ao esgotamento profissional em nutricionistas, o que reforça a necessidade de que novos artigos como este venham a ser publicados com mais frequência para que se possa gerar mais ações no intuito de se prevenir, diagnosticar tratar esta síndrome e suas complicações.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGUIAR, OB et al. Características socioeconômicas, do trabalho e de saúde de nutricionistas de hospitais municipais do Rio de Janeiro. **O mundo da saúde**. v. 41, n. 1, p. 57-67, 2017.

AMADOR, JC et al. Síndrome de Burnout em Profissionais de Enfermagem. **Revista OMNIA Saúde**. v. 10, 2013.

BRAGA DS, et al. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem. **Revista do Programa de Pós-Graduação em Humanidades, Culturas e Artes – UNIGRANRIO**. v. 1, n. 17, 2018.

BRITO TB, et al. Síndrome de Burnout: Estratégias de prevenção e tratamento nos profissionais de enfermagem. **Revista UNINGÁ**. v. 56, n. S2, p. 113-122, jan./mar, 2019.

CAMPOS, I. C. M. et al. Fatores Sociodemográficos e Ocupacionais Associados à Síndrome de *Burnout* em Profissionais de Enfermagem. **Psicologia Reflexão e Crítica**, Porto Alegre (RS), v.28, n.4, p.764-771. 2015

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS – CFN. **Resolução CFN nº 600, de 25 de fevereiro de 2018**. Dispõe sobre a definição das áreas de atuação do nutricionista e suas atribuições, indica parâmetros numéricos mínimos de referência, por área de atuação, para a efetividade dos serviços prestados à sociedade e dá outras providências. 2018. Disponível em <https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/resolucoes/Res_600_2018.htm >. Acesso em 25/03/2020.

DUTRA, HS et al. Burnout entre profissionais de enfermagem em hospitais no Brasil. **Revista Cuidarte**. v. 10, n. 1, p.1-13, 2019.

GALA, MO. **Avaliação do risco de desenvolvimento de Burnout nos dietistas/nutricionistas em Portugal mediante a análise de seis áreas da vida no trabalho**. 2015. 98p. Dissertação (Mestrado em Gestão em Serviços de Saúde) - Departamento de Métodos Quantitativos para Gestão e Economia, Instituto Universitário de Lisboa, 2015.

GINGRAS, J; JONGE, L. A.; PURDY, N. Prevalence of dietitian burnout. **Journal of Human Nutrition and Dietetics**, v.23 n. 238-243. 2010.

HOPPEN, CM. Alta prevalência de síndrome de Burnout em médicos intensivistas da cidade de Porto Alegre. **Revista Brasileira Terapia Intensiva**. v. 29, n. 1, p. 115-120, 2017.

MENEGHINI, F et al. Fatores ocupacionais associados aos componentes da síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem. **Texto Contexto Enfermagem**. v. 20, n. 2, p. 225-33, 2011.

MILLAN, LR. A síndrome de Burnout: Realidade ou Ficção. **Rev Assoc Med Bras**. v. 53, n. 1, p. 1-12, 2007.

NASCIMENTO CP, et al. Síndrome de Burnout em fisioterapeutas intensivistas. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**. v. 7, n. 2, p.188-198, 2017.

NEGRI ST, et al. Reflexões sobre a história da nutrição: Do florescimento da profissão ao contexto atual da formação. **Revista Contexto & Saúde**. v. 17, n. 32, 2017.

NEVES, VF et al. Síndrome de Burnout: Impacto da Satisfação no Trabalho e da Percepção de Suporte Organizacional. **Psico**, Porto Alegre, PUCRS, v. 45, n. 1, p. 45-54, jan-mar. 2014.

OLIVEIRA, RF, et al. Fatores associados a ocorrência da síndrome de Burnout entre estudantes de residências multiprofissionais. **Revista Brasileira de Educação Física**. v. 44, n. 2, p. 1-5, 2020.

SILVA ACG, et al. Síndrome de Burnout como problema em evidência nas equipes de enfermagem. **Revista Brasileira Interdisciplinar de Saúde**. v. 1, n. 4, p. 102-8, 2019.

SILVEIRA, ALP, ET AL. Síndrome de Burnout: consequências e implicações de uma realidade cada vez mais prevalente na vida dos profissionais de saúde. **Ver Bras Med Trab.** v. 14, n. 3, p. 275-84, 2016.

TRIGO, TR et al. Síndrome de Burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Revista Psiquiatria Clínica.** v. 34, n. 5, p. 223-233, 2007.

ZOMER FB, et al. Síndrome de Burnout e estratégias de enfrentamento em profissionais de saúde: Uma revisão não sistemática. **Revista de Iniciação Científica,** v. 15, n. 1, 2017.