

# ARTIGO: AVALIAÇÃO DA SÍNDROME DE BURNOUT EM BOMBEIROS MILITARES.<sup>1</sup>

Pedro Henrique Pacheco da Silva Alves.<sup>2</sup>

## RESUMO

Contexto: A Síndrome de Burnout é um distúrbio psíquico de caráter depressivo, precedido de esgotamento físico e mental intenso consequente a prolongados níveis de estresse no trabalho e compreende exaustão emocional, distanciamento das relações pessoais e diminuição do sentimento de realização pessoal. Objetivo: Este artigo buscou Identificar a predisposição de Burnout em bombeiros militares do Rio Grande do Norte e as possíveis associações com variáveis sociodemográficas, laborais e fatores intrínsecos de cada participante da pesquisa, assim como realizar levantamento de possíveis fatores internos apontados como predisponentes, finalizando com correlações entre as possíveis consequências devido ao adoecimento. Métodos: Foi realizado levantamento quantitativo com amostra probabilística colhida com 93 Bombeiros Militares participantes. Para a coleta de dados, utilizou-se índice dado pelo Inventário Maslach de Burnout adaptado (MBI). Os resultados foram analisados por estatística descritiva dos dados (média, desvio padrão, mediana e porcentagens), pelo programa IBM SPSS® (Statistical Package for the Social Sciences) versão 22. Conclusão: A prevalência da Síndrome de Burnout em níveis gerais nos Bombeiros Militares ainda é incerta, mas este estudo mostra elevada propensão, variando de 87 a 93%, ao adoecimento por parte dos profissionais Bombeiros Militares do Rio Grande do Norte, sendo encontrado ainda que fatores como o regime de trabalho e carga horária de trabalho poderiam influenciar o adoecimento o qual pode trazer diversos tipos de repercussões que podem prejudicar o profissional em diversos níveis: individual (físico, mental, profissional e social), profissional (atendimento negligente e lento ao cliente, contato impessoal com colegas de trabalho e/ou pacientes/clientes) e organizacional (conflito com os membros da equipe, rotatividade, absenteísmo, diminuição da qualidade dos serviços).

**Palavras-chave:** Esgotamento profissional. Síndrome de Burnout. Bombeiro Militar. Estresse. Transtornos psiquiátricos por causa laboral. Doenças ocupacionais. Saúde e trabalho.

## INTRODUÇÃO

A Organização Mundial de Saúde define Saúde como o estado de bem estar físico, mental e social, total, e não apenas a ausência de doença ou incapacidade. Considerando a amplitude do conceito, deve-se ter uma preocupação com o ambiente laboral, uma vez que a maioria dos seres humanos passa grande parte de sua vida no ambiente de trabalho. Assim, considerando-se que saúde hoje, de acordo com o Ministério da Saúde (2011), pressupõe

---

<sup>1</sup> Artigo elaborado como Trabalho de conclusão do Curso de Medicina, realizado na Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN) e orientado pelo professor Francisco Edilson Leite Pinto Júnior, Médico, Doutor em Cirurgia.

<sup>2</sup> Graduando em Medicina, servidor do Corpo de Bombeiros Militar do Rio Grande do Norte, Pós-graduando em Direito Público, Bacharel em Segurança Pública e proteção contra incêndio e Pânico (UEPA), Graduando em Direito (UNP).

qualidade de vida e esta só pode existir dentro de um meio ambiente equilibrado, o que inclui o local de labor, acaba por surgir uma preocupação adicional com patologias ocupacionais de base psicossocial.

Dentre as patologias ocupacionais de base psicossocial nos chama a atenção a Síndrome de Burnout, a qual atinge trabalhadores em ambientes com grandes agentes estressores, acometendo-os de forma lenta e gradual, tornando-os incapacitados para o trabalho. De modo geral, o ambiente laboral, através da sua ambiência e clima organizacional, possui estímulos físicos (como, por exemplo: ruído, temperatura, tarefas repetitivas, entre outros) e psicossociais (medo de punições ou perda do emprego, desafio de uma promoção, conflitos interpessoais, competição com colegas, regras de trabalho contraditórias) que são postos como fatores de estresse. Além disso, algumas atividades profissionais podem apresentar particularidades que as tornam mais ou menos estressantes do que outras (RIOLLI & SAVICKI, 2012).

Atualmente, a definição mais aceita do Burnout é a fundamentada na perspectiva social-psicológica de Maslach e colaboradores, sendo esta constituída de três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal no trabalho. Profissionais que lidam com situações de emergência, por estarem vulneráveis a enfrentar eventos traumáticos, estão mais suscetíveis ao desenvolvimento de doenças mentais no trabalho (RIOLLI & SAVICKI, 2012; SILVA, LIMA, & CAIXETA, 2010).

Como consequência, esses profissionais, além de expostos a altos níveis de estresse, também, convivem diariamente com riscos psicossociais, a saber: trabalho sob intenso clamor e necessidade de agilidade, imprevisibilidade do atendimento a ser prestado; e biológicos, como exposição a sangue contaminado, privação de sono por escala noturna de trabalho ou ciclos longos de trabalho-descanso (MURTA & TRÓCOLI, 2007) que têm se intensificado ao longo dos anos em razão do aumento considerável de chamadas para atendimento de emergências, o que, conseqüentemente, implica o aumento da carga de horas trabalhadas a cada turno de serviço e a diversificação da natureza das ocorrências, corroborando, ainda mais, os componentes emocionais que predisõem ao desgaste psicológico e físico.

Estudos descritivos apresentam como fatores estressores dessa profissão aspectos relacionados diretamente com a natureza de suas atividades laborais, como o contato direto com a morte, acidentes envolvendo colegas de trabalho, necessidade de alto controle de suas respostas emocionais, permanência constante em estado de alerta e a prestação de ajuda a pessoas com ferimentos sérios ou mesmo óbito; e, ainda, aspectos relacionados às condições e estrutura organizacional, como nível educacional, cargo, tempo no cargo, qualificação profissional, jornada de trabalho, tempo de trabalho na instituição, sobrecarga de trabalho, horas extras e possuir mais de um vínculo empregatício (SILVA, LIMA, & CAIXETA, 2010; SANTOS & PASSOS, 2010).

Surgem então os questionamentos sobre se existiria predisposição ao Burnout nos militares do CBMRN, assim como se existiriam relações entre carga-horária de trabalho e predisposição ao Burnout, quais profissionais apresentariam maior riscos e quais os motivos, se existiria alguma relação entre sexo, idade, estado civil e outros parâmetros do indivíduo e o possível adoecimento pelo Burnout.

Dessarte, considerando a já demonstrada escassez de estudos sobre o tema e tendo por vista o enquadramento como uma doença laboral cujas repercussões podem ser danosas de vários modos à sociedade e aos grupos de Bombeiros Militares, se torna imperioso o estudo criterioso do grupo ocupacional de militares do Corpo de Bombeiros do Rio Grande do Norte, para poder identificar a situação atual quanto à existência dessa doença, verificando possibilidade de correlações com as atividades desempenhadas, pois uma instituição que tem como missão a prestação de serviços de prevenção contra sinistro, proteção, socorro e salvamentos, atuando de forma integrada com os órgãos do Sistema de Defesa Social e sociedade, deve visar à melhoria da qualidade de vida e do exercício pleno da cidadania.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma pesquisa quantitativa com coleta sistemática de informações numéricas, utilizando procedimentos estatísticos, tendo como local de pesquisa as unidades do Corpo de Bombeiros Militar do RN, na capital (Natal) e no interior (Mossoró, Caicó, e Pau dos Ferros), no período de abril a julho de 2017.

A amostra caracterizou-se por profissionais que trabalham no Corpo de Bombeiros Militar do Rio Grande do Norte, com divisão operativa no efetivo entre oficiais e praças, administrativo e operacional. Uma vez que na instituição os oficiais desempenham além das funções administrativas as atividades operacionais, a divisão será realizada apenas para as praças entre: praça operacional e praça administrativa.

Os critérios de inclusão utilizados foram: Ser militar do CBMRN, em serviço ativo, atuando em unidades operacionais ou administrativas da instituição. E os de exclusão: Militares que estão com restrição ao serviço homologada pela Junta Policial Militar de Saúde (JPMS). Sendo que a amostra foi composta por todos aqueles que se dispuserem a participar, dentre os que, na época da coleta de dados, estejam trabalhando no Corpo de Bombeiros Militar do Rio Grande do Norte, sem restrição de participação quanto ao sexo ou idade.

A pesquisa foi respondida por 93 (noventa e três), profissionais integrantes do corpo de bombeiros do RN, no universo total de 460 militares aptos a participarem da pesquisa, de acordo com os critérios de inclusão e exclusão, de modo aleatório com amostra de conveniência, perfazendo 20,21% do universo de aptos a participarem da pesquisa e 50% do total de militares das unidades em que houve aplicação dos questionários.

Os dados foram coletados após o consentimento do comandante da instituição e dos participantes, e após aprovação do Comitê de ética em pesquisa (CEP) do HOSPITAL UNIVERSITÁRIO ONOFRE LOPES-HUOL/UFRN CAAE: 57926916.1.0000.5292.

Para a coleta de dados, foram utilizados três instrumentos, sendo: Uma ficha de identificação contendo perguntas sobre o sexo, estado civil, data de nascimento, idade, grau de escolaridade, cargo, tempo no cargo, setor de trabalho, horário de trabalho, tempo no setor e na instituição; um questionário rápido a respeito dos problemas institucionais que mais desmotivam o servidor; e o Inventário Maslach de *Burnout adaptado* (MBI), criado por Maslach e Jackson, tratando-se de “um questionário de auto-informe para ser respondido através de uma escala do tipo *Likert* de 7 pontos, indo de ‘0’ como ‘nunca’ a ‘6’ como ‘todos os dias’. De seus 22 itens, 9 são relativos à dimensão *Exaustão Emocional* (EE), 5 à *Despersonalização* (DE) e 8 à *Realização Profissional* (RP). Considera-se em *Burnout* uma pessoa que revele altas pontuações em EE e DE, associada a baixos valores em RP” (Benevides-Pereira, 2002).

Este estudo apresenta as seguintes variáveis independentes: Idade, sexo, estado civil, tempo de serviço, escolaridade, unidade em que atua, tipo de serviço que realiza, carga horária semanal de trabalho, regime de trabalho, posto ou graduação. E como variável dependente o índice dado pelo Inventário Maslach de *Burnout adaptado* (MBI).

De acordo com Sousa (2008), na dimensão Exaustão Emocional, o nível de *Burnout* pode ser considerado elevado quando forem apresentados valores acima de 27 pontos. Valores entre 19 e 26 pontos indica níveis médios de *Burnout* e valores abaixo de 19 pontos corresponde a um baixo nível de *Burnout*. Na dimensão Despersonalização, as pontuações superiores a 10 indicam níveis altos, de 6 a 9 pontos indicam níveis médios e pontuações inferiores a 6 indicam um nível baixo de *Burnout*. Já na dimensão Realização Pessoal, pontuações acima ou iguais a 40 significa um baixo nível de *Burnout*, pontuações entre 34 e 39 significam um médio nível e pontuações abaixo ou iguais a 33 são indicadoras de um alto nível de *Burnout*, funcionando opostamente às outras duas dimensões.

Os resultados foram analisados por estatística descritiva dos dados (média, desvio padrão, mediana e porcentagens), pelo programa IBM SPSS®( Statistical Package for the Social Sciences) versão 22, e apresentados sob a forma de tabelas e gráficos. Os níveis foram analisados pela soma dos escores referentes às dimensões de *Burnout* para a população estudada. Como o *Burnout* reflete alto nível em suas dimensões, foi necessário classificar os escores de cada dimensão em nível baixo/moderado ou alto.

## **RESULTADOS**

Quanto ao perfil dos participantes, houve predomínio de bombeiros militares do sexo masculino, idade entre 31 a 45 anos e casados (n=77; 82,80%). A maior parte dos indivíduos possuía curso de graduação (n=74; 58,26%), possuíam filhos (n=65; 69,96%), trabalha mais que 40 horas/semana (n= 49, 52,7%), e trabalhavam por escalas de plantão (n= 62; 66,70%). Quanto ao tempo de trabalho na instituição a maioria (82,7%) possui entre 6 e 20 anos de serviço. Tem-se ainda que dos participantes da pesquisa a maioria era constituída de praças 92,7% (Soldado, Cabo, Sargento e subtenente) e 7,5% de oficiais, exclusivamente no posto de capitão se dispuseram á participar da pesquisa.

A tabela abaixo mostra a distribuição das unidades militares em que trabalham os participantes desta pesquisa.

**Tabela 1 – Unidade de trabalho no CBMRN**

Unidade de trabalho	Quantidade	Percentual
SERTEN (Atividade de fiscalização) - Capital	20	21,5
2º GB (Interior - Mossoró, Caicó, Pau dos Ferros)	22	23,7
GBS (Busca e Salvamento) - Capital	35	37,6
SIDAM (Defesa Ambiental) - Capital	16	17,2
<b>Total</b>	<b>93</b>	<b>100,0</b>

A tabela abaixo mostra a distribuição de regimes de trabalho dos militares que participaram da pesquisa.

**Tabela 2 - Regime de Trabalho**

Regime de trabalho	Quantidade	Percentual
Escala 12h X 36h (Atividade Operacional)	2	2,2
Praia 12h X 60h (Guarda Vidas)	19	20,4
Escala 24h X 72h (Atividade Operacional)	41	44,1
Expediente 30h - 40h (administrativo)	23	24,7
Expediente + Escala > 30h	8	8,6
<b>Total</b>	<b>93</b>	<b>100,0</b>

Quanto aos índices encontrados temos que os resultados apurados com a aplicação do questionário de Burnout indicam que 46,3% dos participantes apresentavam alto nível de exaustão emocional (EE) e 40,95% apresentavam níveis médios do referido indicador. O gráfico 1 mostra a os resultados apurados com a aplicação do questionário de Burnout demonstrando grande desvio do gráfico em direção aos níveis médio e alto de exaustão emocional. Encontrou-se ainda que 84% dos participantes apresentavam alto nível de despersonalização (DE) e 13% apresentavam níveis médios do referido indicador. O gráfico 2 mostra os resultados apurados com a aplicação do questionário de Burnout demonstrando grande desvio gráfico em direção aos níveis médio e alto de despersonalização.

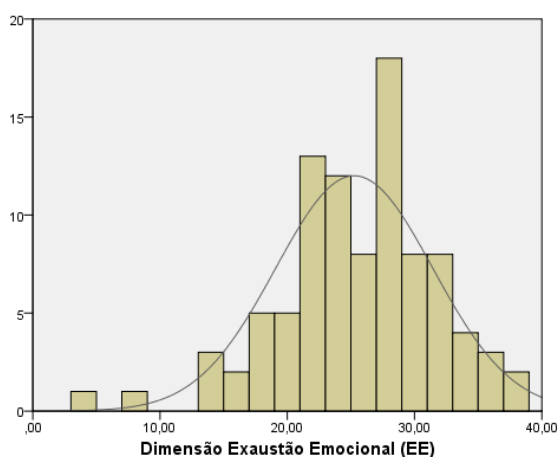


Figura 1 – Exaustão emocional

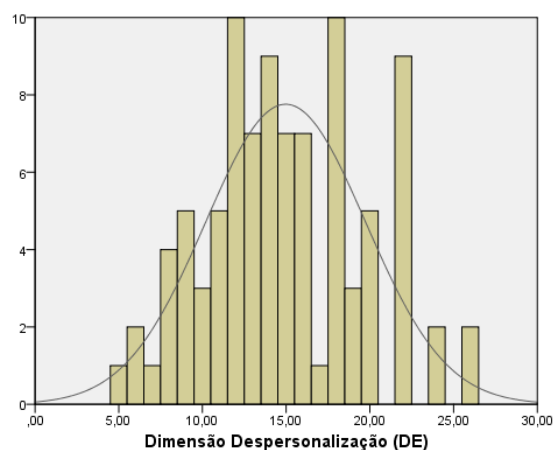


Figura 2 - Despersonalização

Quanto ao terceiro item na análise de Burnout tem-se que os resultados apurados indicam que 100% dos participantes apresentavam alto nível de realização pessoal (RP).

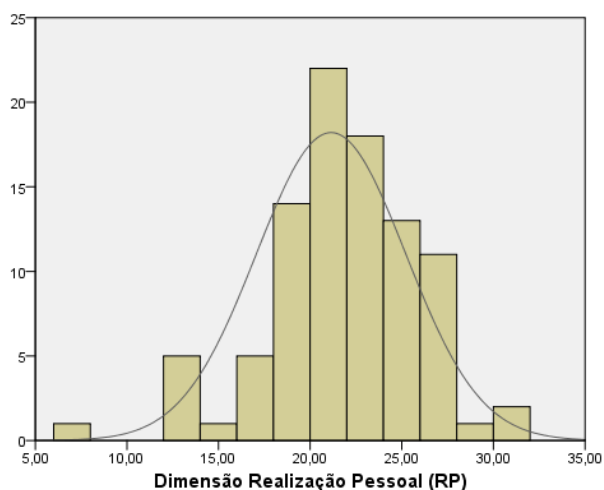


Figura 3 – Realização pessoal

O gráfico abaixo correlaciona os resultados apurados com a aplicação do questionário de Burnout quanto aos níveis de exaustão emocional e despersonalização demonstrando forte desvio superior com propensão para o alto nível dos dois indicadores.

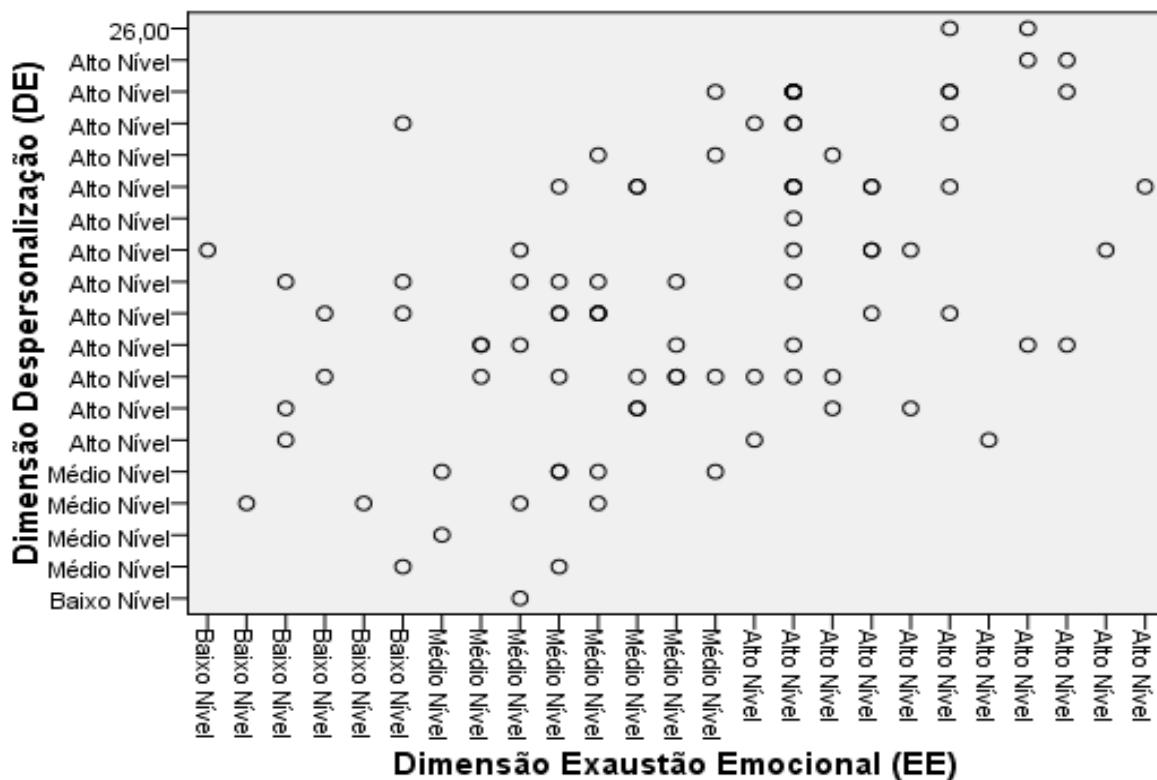


Figura 4 – Correlação EE X DE

Quando analisado o regime de trabalho versus resultados apurados com a aplicação do questionário de Burnout, quanto aos níveis de exaustão emocional, indicou-se que a escala de 24 horas de trabalho por 72 horas de descanso apresenta maiores índices de exaustão emocional.

De acordo com o gráfico abaixo temos a correlação entre os níveis de exaustão emocional, regime de trabalho e fatores desmotivantes para o trabalho, sendo percebido neste gráfico que a burocracia e excesso de normas prepondera na análise, conforme resposta dos profissionais em regime de 24 horas de trabalho por 72 horas de folga. Já os menores índices foram encontrados nos militares que atuam na escala de 12 horas de serviço alternada por 36 horas de descanso, demonstrando uma possível relação com a quantidade de horas ininterruptas trabalhadas.

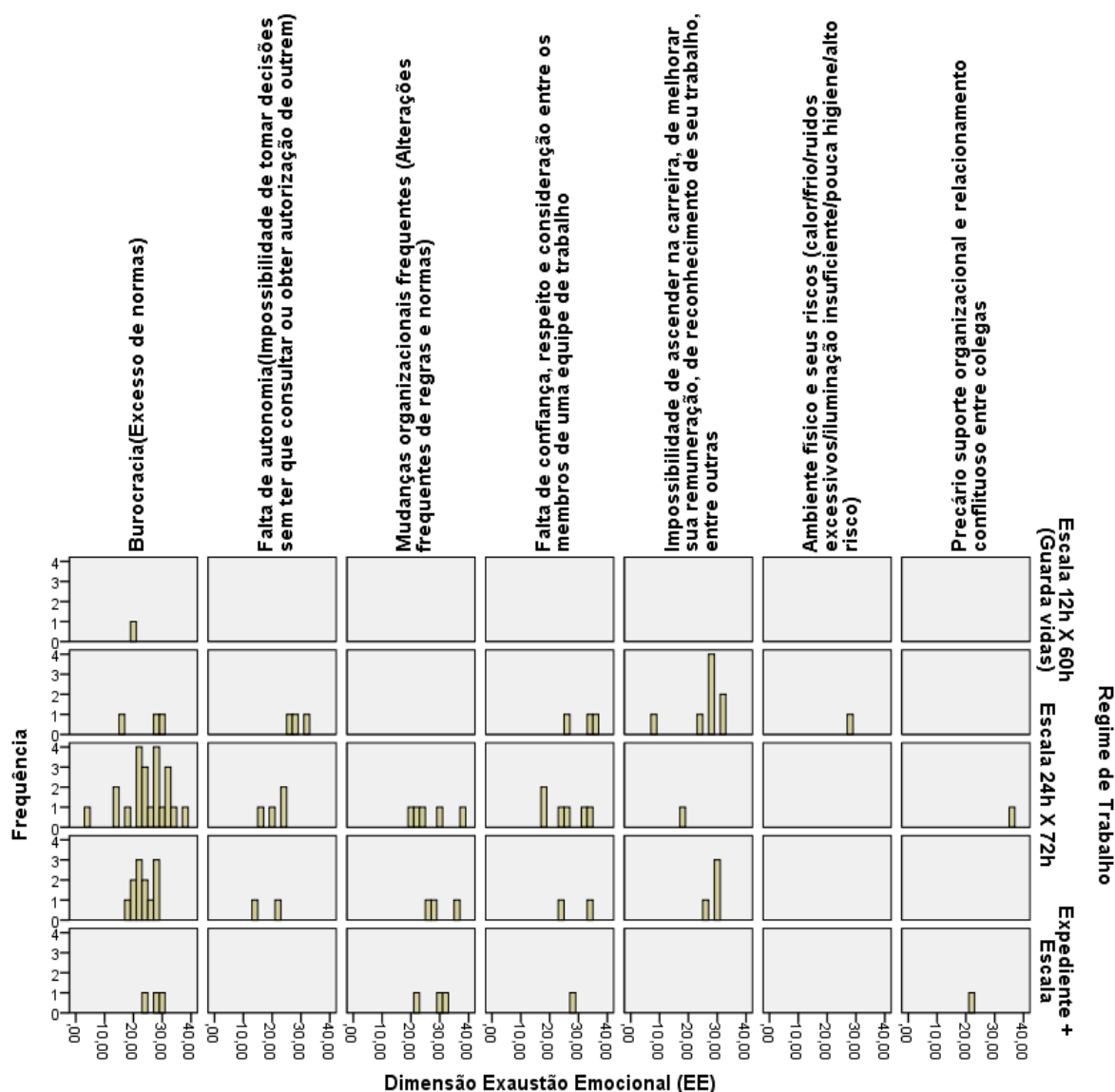


Figura 5 – EE X CAUSAS APONTADAS X REGIME DE TRABALHO

De acordo com a tabela seguinte, temos que dos participantes da pesquisa, quando questionados sobre os fatores que desmotivam para o trabalho, 36,6% apontam para sentimentos de injustiça e de iniquidade nas relações laborais, 18,3% apontam para o precário suporte organizacional e relacionamento conflituoso entre colegas, e 17,2% apontam para a impossibilidade de ascender na carreira, de melhorar sua remuneração, de reconhecimento de seu trabalho, e 11,8% apontam a falta de confiança, respeito e consideração entre os membros de uma equipe de trabalho como possíveis causas da despersonalização e da exaustão emocional, dentre outras.

<b>Tabela 3 - O que os desmotiva no trabalho?</b>	Percentual
Mudanças organizacionais frequentes (Alterações frequentes de regras e normas).	2,2
Falta de confiança, respeito e consideração entre os membros de uma equipe de trabalho.	11,8
Impossibilidade de ascender na carreira, de melhorar sua remuneração, de reconhecimento de seu trabalho, entre outras.	17,2
Ambiente físico e seus riscos (calor/frio/ruídos excessivos/iluminação insuficiente/pouca higiene/alto risco).	9,7
Precário suporte organizacional e relacionamento conflituoso entre colegas.	18,3
Sobrecarga de trabalho.	4,3
Sentimentos de injustiça e de iniquidade nas relações laborais.	36,6
<b>Total</b>	<b>100</b>

Quando analisadas as correlações entre o regime de trabalho versus as dimensões analisadas no questionário de Burnout, os quais sejam exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal, foram apresentados maiores índices para os militares que atuam no serviço de guarda-vidas na praia, em segundo lugar aparecem os militares que atuam no expediente diário e concorrem adicionalmente às escalas de serviço operacional de 24 horas.

## **DISCUSSÃO**

A Despersonalização representa a eliminação da singularidade do “outro” na relação interpessoal. Os resultados deste estudo sinalizam um nível médio/elevado de Despersonalização, sendo que já se percebe alguma presença de nível alto, situação considerada crítica, uma vez que os bombeiros lidam constantemente com pessoas e têm a árdua tarefa de protegê-las para manter a segurança. Essa despersonalização denota a presença de atitudes negativas do profissional no relacionamento com os usuários dos seus serviços, tais como a insensibilidade, indiferença, falta de preocupação (TAMAYO *et al*, 2006).

Em pesquisa sobre Indicadores de transtornos de estresse pós-traumático (TEPT) em bombeiros militares, Moura (2013), cita que a profissão de Bombeiro Militar, dentre as funções de segurança pública, é aquela cujo risco de desenvolvimento de transtorno do estresse pós-traumático tem uma relevância alta, visto que lida com situação estressante constantemente, o que pode acarretar intenso sofrimento psíquico ao trabalhador. Ainda para Moura (2013), tais profissionais, em meio ao seu trabalho, muitas vezes sujeitos às várias situações de interação e limitações institucionais, tornam-se alvo de estresse crônico.

Do mesmo modo, os profissionais do corpo de bombeiros também correm maior risco de desenvolver depressão e transtorno de estresse pós-traumático, embora o ânimo destes profissionais seja geralmente bem mais elevado do que em outros grupos profissionais. Outra característica que contribui para o surgimento de sintomas de estresse entre os bombeiros é a alternância entre longos períodos de relativa inatividade e situações de alarme com momentos de extrema atividade como, por exemplo, os resgates (GUIDOTTI, 1992).

Em estudo sobre prevalência de estresse pós-traumático em equipes de resgate, Almeida (2012) afirma a prevalência de aproximadamente 35%, sendo que a análise dos resultados indicou que as condições de trabalho dos profissionais envolvidos em situações de urgência, emergência e desastre estão associadas ao TEPT, tanto em aspectos organizacionais quanto em características do evento traumático vivenciado no contexto ocupacional, demonstrando assim a necessidade do estabelecimento de relações saudáveis no ambiente laboral, uma vez que foi demonstrada forte correlação entre TEPT e Burnout.

Mais recentemente, em Avaliação dos riscos psicossociais relacionados ao trabalho no Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal, Campos, Santos e Alencar (2014) dizem que os maiores fatores de risco se deviam à falta de recursos humanos, acarretando sobrecarga de trabalho, falta de flexibilidade das normas e de autonomia para realização das tarefas, à pequena participação dos funcionários nas decisões. Além de espaço físico inadequado, predominando um estilo de gestão com valorização da hierarquia, e com grande importância das regras e da existência de forte controle no trabalho.

Ainda para Campos, Santos e Alencar (2014) os Bombeiros gostam do que fazem e se identificam com as tarefas, não havendo relato de falta de reconhecimento entre os colegas de trabalho, mas relatam a existência da falta de reconhecimento por parte da instituição e das

instâncias superiores, afirmando ainda que as interferências políticas na Organização causam descontentamentos por parte dos militares.

Para Melo (2014), os Profissionais que lidam com situações de emergência, entre eles, o bombeiro, estão expostos a cenários caracterizados por imprevisibilidade e violência. Em virtude de seu recorrente contato com elementos potencialmente traumáticos, esses profissionais tornam-se suscetíveis ao desenvolvimento de sintomas psicológicos, como o estresse no trabalho e a Síndrome de Burnout, com aumento em seus gastos (tempo, dinheiro) com a conseqüente rotatividade de funcionários acometidos pelo Burnout, assim como com o absenteísmo destes, enfraquecendo o interesse de alguns membros da equipe de saúde por práticas inovadoras, contribuindo como fator impeditivo na disseminação de condutas baseadas em evidência “[...] os indivíduos que estão neste processo de desgaste estão sujeitos a largar o emprego, tanto psicológica (Presenteísmo) quanto fisicamente (Absenteísmo)”.

Quando se trata de psicopatologia e condições de trabalho, Monteiro et al. (2013) apresenta trabalho cujos resultados indicaram necessidades de melhorias no salário, equipamentos e treinamento. A valorização pessoal e diálogo com superiores foram citados como pontos positivos, sendo ainda encontradas correlações entre Burnout e consumo de álcool e depressão, sugerindo um desgaste emocional associado à atividade profissional e a necessidade de apoio psicológico. Esse estudo também mostra que fatores culturais, como trabalho por turnos e relação da equipe podem criar microclimas organizacionais que influenciam nos níveis de estresse e no aumento do risco cardiovascular.

As pressões na saúde mental mundial estão se intensificando. De acordo com as Nações Unidas, o mundo será mais velho, mais populoso e mais pobre aproximadamente em 2050. Como as condições ao seu redor criam tensão (estresse) e ansiedade, mais pessoas serão suscetíveis a transtornos mentais. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), “nossa saúde mental tem um impacto opressivo em nossas habilidades para funcionar e participar na sociedade. Temos de começar a colocar mais de nossos recursos a favor da saúde mental”.

Conforme os estudos analisados podemos deduzir que o Burnout como um fator de redução de produtividade laboral encontra-se ainda associado a maiores níveis de absenteísmo no trabalho, maior nível de adoecimento laboral, aumento do risco cardiovascular, Síndromes coronarianas agudas, Doença arterial coronariana, Hipertensão arterial sistêmica, Diabetes mellitus, Síndrome metabólica, arritmias, e aumento do risco de morte súbita, assim como

doenças psiquiátricas como Transtorno de ansiedade generalizada, depressão, Transtorno do estresse pós-traumático, além de outras patologias podendo desencadear doenças auto-imunes, além da simulação de outras patologias para encobrir o esgotamento com o ambiente de trabalho.

Ações como revisão salarial, redimensionamento de Recursos Humanos, melhorias no local de trabalho; segurança jurídica nas ações, Programa de atenção aos profissionais: programas de saúde e capacitações, diminuição da carga horária de trabalho semanal, melhoria da qualidade de vida do profissional e principalmente a Humanização na instituição, podem contribuir positivamente na redução dos níveis de stress e escores de Burnout.

## **CONCLUSÕES**

Considerando-se os profissionais respondentes do MBI para a escala de Exaustão Emocional, constatou-se neste estudo um grande número de Bombeiros Militares com alto nível de exaustão emocional, considerado o fator mais importante na análise da Síndrome de Burnout, o que indica que há um processo de Burnout em andamento. Essa dimensão quando elevada é acompanhada por sintomas físicos e psíquicos, sendo considerado o processo inicial para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout. (VASQUES-MENEZES 2005). De acordo com os resultados obtidos foi possível confirmar os estudos de Saraiva et al. (2006), que dizem que o profissional do Corpo de Bombeiros está sujeito a desenvolver a síndrome de burnout, com elevada propensão ao adoecimento, demonstrado pelos altos níveis de exaustão emocional e despersonalização.

Os resultados da dimensão Exaustão Emocional mostram que a maior parte dos participantes do presente estudo apresenta sintomas significativos de sensação de esgotamento físico ou mental, sentindo que se chegou ao seu limite, como descreve Vieira et al. (2006). Os resultados da Despersonalização, que mostram que os participantes deste estudo apresentaram altos níveis desta dimensão, querem dizer que os profissionais do Corpo de Bombeiros podem estar apresentando uma alteração em sua personalidade, onde estes podem agir com certa indiferença e frieza com relação à seus colegas de trabalho, às pessoas as quais atendem e até mesmo as pessoas com quem convivem (família, amigos, entre outros). Tal fato confirma as colocações de Baptista et al. (2006), que dizem que profissionais que são expostos a situações

que lhes exigem um alto grau de controle de suas respostas emocionais, como é o caso dos bombeiros, os leva a um alto grau de estresse, pois têm que mascarar suas emoções, substituindo-as por outras expressões mais adequadas para sua profissão, o que é uma característica da despersonalização.

Os resultados da dimensão Realizações Pessoais mostram que estes profissionais apresentam uma elevada realização pessoal, o que pode constatar que as atividades por eles desenvolvidas podem estar causando certa satisfação. Talvez isto esteja acontecendo devido ao fato de que a profissão de bombeiro é uma profissão em que, na maioria das vezes, os trabalhadores veem um resultado ao final de seu trabalho. Estes profissionais participam de situações nas quais, ao se chegar ao local de socorro podem interferir positivamente no auxílio às vítimas.

De acordo com os resultados dos cruzamentos das dimensões da síndrome com as variáveis como sexo, idade e estado civil, não apareceram níveis de associação significativos estatisticamente. No caso das mulheres, não é possível confirmar pelo fato da amostra de mulheres nesta pesquisa ser pequena ou inexistente, não confirmando os relatos de Sousa (2012), que dizem que indivíduos mais jovens mostram elevados níveis nas três dimensões da síndrome de burnout, assim como os dados que dizem que mulheres e homens solteiros parecem estar mais susceptíveis a desenvolver o burnout.

Diferenças encontradas nos índices quando se compara a carga horária de trabalho e o regime de trabalho nos indicam que há interferência entre esses fatores e a propensão ao adoecimento. Estudos descritivos apresentam como fatores estressores dessa profissão aspectos relacionados diretamente com a natureza de suas atividades laborais, como o contato direto com a morte, acidentes envolvendo colegas de trabalho, necessidade de alto controle de suas respostas emocionais, permanência constante em estado de alerta e a prestação de ajuda a pessoas jovens com ferimentos sérios ou mesmo óbito; e, ainda, aspectos relacionados às condições e estrutura organizacional, como nível educacional, cargo, tempo no cargo, qualificação profissional, jornada de trabalho, tempo de trabalho na instituição, sobrecarga de trabalho, horas extras e possuir mais de um vínculo empregatício (SILVA, LIMA, & CAIXETA, 2010; SANTOS & PASSOS, 2010).

De acordo com este estudo, temos que a burocracia e o excesso de normas, a falta de autonomia, precário suporte organizacional e relacionamento conflituoso entre colegas, prepondera na análise, assim como sentimentos de injustiça e de iniquidade nas relações laborais, impossibilidade de ascender na carreira, de melhorar sua remuneração, de reconhecimento de seu trabalho, entre outras são os fatores que estão mais fortemente apontados como responsáveis pela propensão ao adoecimento na visão dos profissionais.

O fato de haver dificuldades de relacionamentos com os colegas no trabalho pode resultar em frustração, cansaço e falta de satisfação, acarretando sofrimento (CRACCO, 2010). Estudo sinalizou que quanto maior a carga horária de trabalho do profissional, mais desgastante será sua atividade laboral (FRANÇA SPS *et al*, 2012), o que corrobora com os achados deste estudo que evidenciou que os bombeiros que atuam em escalas de plantão estão mais expostos ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout do que os profissionais que trabalham em turnos definidos com menor quantidade de horas trabalhadas ininterruptas.

Quanto ao elevado índice de realização pessoal, fica evidente que apesar de todos os pontos que concorrem para o adoecimento ainda existem fatores que podem ser apontados como protetores, o que em tese estaria evitando que a propensão ao adoecimento se transforme realmente na doença. A partir dos achados em pesquisa realizada, Melo (2014) quando discute a Síndrome de Burnout em bombeiros, considerando sua prevalência, fatores de risco e proposta de intervenção, afirma que foi possível discutir sobre os elementos protetores e promotores de saúde mental do profissional bombeiro, em especial, o alto nível de Ilusão pelo Trabalho.

Analisando-se as correlações entre o regime de trabalho versus as dimensões analisadas no questionário de Burnout, os quais sejam exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal, os militares que atuam no serviço de guarda-vidas na praia, seguidos pelos militares que atuam no expediente diário e concorrem adicionalmente às escalas de serviço operacional de 24 horas apresentaram maiores índices de propensão ao adoecimento, o que pode ter elevada relação com o ambiente de trabalho e com a carga-horária de atividades desempenhadas ininterruptamente. Os menores índices foram encontrados nos militares que atuam na escala de 12 horas de serviço alternada por 36 horas de descanso.

Quanto aos fatores agravantes que estão relacionados ao quadro, e as suas repercussões para o clima organizacional tem-se maiores índices para os militares que atuam no serviço de guarda-vidas na praia, o que talvez possa ser justificado pelo maior contato social e suas repercussões, e outros fatores indicados como desmotivantes para o trabalho como sentimentos de injustiça e de iniquidade nas relações laborais, o precário suporte organizacional e relacionamento conflituoso entre colegas, a impossibilidade de ascender na carreira, e de melhorar sua remuneração, além da falta de reconhecimento de seu trabalho, entre outras.

Evidenciou-se que os bombeiros apresentam alto nível de realização profissional, o que indica que, em tese, a maioria dos investigados consegue lidar com a realidade do seu trabalho. Do contrário, o profissional estaria ainda mais predisposto a problemas psicossomáticos e ao adoecimento físico decorrentes de motivos psicológicos (DE SOUZA ER *et al*, 2012), podendo evoluir para licença e afastamento do trabalho. Algumas características do trabalhador podem não levar à Síndrome de Burnout, mas podem facilitar ou inibir a ação de agentes estressores. Entre elas pode-se considerar a idade, sexo, nível educacional, estado civil, presença de filhos, tipo de personalidade, falta de motivação e idealismo (SILVA, LIMA, & CAIXETA, 2010; SANTOS & PASSOS, 2010), fato este que não foi possível de comprovação neste estudo. Vale frisar que não se pode inferir que o profissional esteja imune ao Burnout, pois existem fatores altamente estressantes em sua profissão que podem levar ao adoecimento, conforme já discutido anteriormente.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Assim, tornam-se necessários outros estudos de modo a melhor avaliar os fatores protetores e predisponentes assim como possíveis modificações no ambiente de trabalho que visem a redução dos fatores ambientais e de relações interpessoais negativos, assim como os fatores apontados como predisponentes à existência da Síndrome de Burnout com base nas relações interpessoais e outros fatores no ambiente de trabalho. Tais como envelhecimento dos efetivos, alta carga horária de trabalho e excesso de atividades por falta de efetivo, podem estar associados ao alto índice de exaustão emocional e despersonalização.

O adoecimento do profissional de segurança pública merece um olhar atento da equipe de Saúde do Trabalhador, especialmente das equipes de saúde laboral e medicina do trabalho, pela proximidade com o trabalhador durante as diferentes consultas e atividades de promoção da saúde, levando em consideração que o processo saúde-trabalho-adoecimento é complexo e resulta em significativo impacto econômico e social.

Cabe ressaltar a necessidade de interligação entre os fatores protetores e os protetores agravantes, de modo que o agravo seja minimizado pela proteção. Como fatores protetores conseguimos perceber que a “atividade de bombeiro” e o reconhecimento social de sua profissão atuam os protegendo.

Desta forma, estratégias voltadas à identificação precoce de situações estressoras e formas de enfrentamento do desgaste no ambiente laboral podem contribuir para minimizar o estresse e, conseqüentemente, o risco de adoecimento. Embora o número de participantes deste estudo tenha sido limitado, os resultados evidenciam a necessidade da investigação precoce dos problemas de saúde relacionados ao trabalho e que possam levar ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout.

Foi visto ainda que satisfação com as atividades desenvolvidas no ambiente de trabalho pode contribuir positivamente na saúde do servidor e repercutir na qualidade da segurança pública que ele faz. Neste artigo foram sinalizadas algumas características do trabalho do bombeiro militar que demandam atenção, sobretudo dos profissionais de Saúde do Trabalhador.

É importante esclarecer que este estudo não tem qualquer pretensão de esgotar o tema e muito menos de fazer juízo de valor sobre as questões organizacionais e estruturais relacionadas ao trabalho militar, mas sinalizar a necessidade de reflexão sobre o trabalho neste cenário, a fim de minimizar os impactos na saúde dos bombeiros militares e conseqüentemente contribuir com a segurança pública. Vale salientar que houve forte restrição á realização desta pesquisa por parte da administração da na qual se realizou a pesquisa, havendo a suspensão da autorização para a aplicação dos questionários na metade da pesquisa, o que constituiu uma limitação do trabalho pois havia inicialmente a meta de aplicação de 252(duzentos e cinquenta e dois) questionários.

## REFERÊNCIAS:

- ALMEIDA, Maiara Luvizon Biancon de. **Prevalência de estresse pós-traumático em equipes de resgate: uma revisão sistemática.** *Psicologia, Saúde & Doenças*, Porto Alegre, p.220-237, 2012.
- Vieira, I. et al. **Burnout na clínica psiquiátrica: relato de um caso.** *Rev. psiquiatr. Rio Gd. Sul*, Porto Alegre, v. 28, n. 3, dez. 2006. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S010181082006000300015&lng=pt&nrm=iiso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010181082006000300015&lng=pt&nrm=iiso)>. Acesso em: 24 ago. 2009. doi: 10.1590/S0101-81082006000300015
- Baptista M. N. et al. **Avaliação de depressão, síndrome de burnout e qualidade de vida em bombeiros.** *Psicologia Argumento*, Curitiba. v. 23, n. 42. jul/ set 2005.
- Saraiva, F. et al. **Síndrome de Burnout em bombeiros.** *Anais da 58ª Reunião Anual da SBPC*. Florianópolis, SC - Julho/2006
- Sousa, M. C. P. T. Relatório. Porto, 2008. Disponível em: <<http://www.citma.pt/Uploads/Marta%20Sousa.pdf>>. Acesso em: 16 jul. 2017.
- GUIDOTTI, T. L. (1992). **Human factors in firefighting: ergonomic, cardiopulmonary, and psychogenic stress-related issues.** *Int Arch Occup Environ Health*, 64 (1), 1-12.
- MONTEIRO, Janine Kieling et al. Firefighters: psychopathology and working conditions. **Estudos de Psicologia (campinas)**, [s.l.], v. 30, n. 3, p.437-444, set. 2013. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0103-166x2013000300013>.
- RIOLLI, L., & SAVICKI, V. (2012). **Firefighters' psychological and physical outcomes after exposure to traumatic stress: the moderating roles of hope and personality.** *Traumatology*, 18(3), 7-15. doi: 10.1177/1534765611435565
- SILVA, L. C. F., LIMA, F. B., & CAIXETA, R. P. (2010). **Síndrome de Burnout em profissionais do corpo de bombeiros. Mudanças – Psicologia da Saúde**, 18(1-2), 91-100.
- MURTA, S. G., & TRÓCCOLI, B. T. (2007). **Stress ocupacional em bombeiros: efeitos de intervenção baseada em avaliação de necessidades.** *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 24(1), 41-51. doi: 10.1590/S0103-166X2007000100005
- SANTOS, P. G. dos, & PASSOS, J. P. (2010). **O estresse e a Síndrome de Burnout em enfermeiros bombeiros atuantes em unidades de pronto-atendimento (UPAS).** *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online*, 2 (Ed. Supl.), 671-675
- MINISTÉRIO DA SAÚDE DO BRASIL. **NORMAS E MANUAIS TÉCNICOS; N. 114:** Manual de Procedimentos para os Serviços de Saúde. 114 ed. Brasília – Df: Editora Ms, 2001. Disponível <[http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/doencas\\_relacionadas\\_trabalho1.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/doencas_relacionadas_trabalho1.pdf)>. Acesso em: 04 set. 2016.
- CAMPOS, Henrique; SANTOS, João Ricardo Mendonça dos; ALENCAR, Rodrigo. **Avaliação dos Riscos Psicossociais Relacionados ao Trabalho no Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal.** 2014. 105 f. Monografia (Especialização) - Curso de Psicologia, Departamento de Psicologia, Universidade de Brasília, Brasília, 2014. Disponível <[http://bdm.unb.br/bitstream/10483/9806/1/2014\\_HenriqueCampos\\_JoaoRicardoSantos\\_RodrigoAlencar\\_SebastiaoAlves.pdf](http://bdm.unb.br/bitstream/10483/9806/1/2014_HenriqueCampos_JoaoRicardoSantos_RodrigoAlencar_SebastiaoAlves.pdf)>. Acesso em: 04 set. 2017.

MELO, Lúcia Petrucci de. **SÍNDROME DE BURNOUT EM BOMBEIROS: PREVALÊNCIA, FATORES DE RISCO E PROPOSTA DE INTERVENÇÃO**. 2014. 25 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2014.

SOUZA, Katia Maria Oliveira de; VELLOSO, Marta Pimenta; OLIVIERA, Simone Santos. **A profissão de bombeiro militar e a análise da atividade para compreensão da relação trabalho-saúde: revisão da literatura**. In: VIII SEMINÁRIO DE SAÚDE DO TRABALHADOR, 8., 2012, Franca/sp. **Artigo**. Franca/sp: Unesp/ Usp/sticf/cnti/ufsc, 2012. p. 0 - 15.

BENEVIDES-PEREIRA, A.M.T. O processo de adoecer pelo trabalho. In.: BENEVIDES-PEREIRA, A.M.T. (Org.). **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

MOURA, Georgia de Oliveira. **Indicadores de transtorno de stress pós-traumático em Bombeiros Militares**. 2013. 86 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Psicologia, Psicologia, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2013. Disponível em: <<https://repositorio.ufrn.br/jspui/bitstream/123456789/17543/1/GeorgiaOM DISSERT.pdf>>. Acesso em: 11 jul. 2016.

Vasques-Menezes I. A contribuição da psicologia clínica na compreensão do Burnout: um estudo com professores [tese]. Brasília (DF): Instituto de Psicologia da UnB; 2005.

Tamayo MR, Tróccoli BT. Construção e validação fatorial da escala de caracterização do Burnout (ECB). *Estud. psicol.* [Internet] 2009; 14(3) [acesso em 02 mar 2017]. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-294X2009000300005>.

De Souza ER, Minayo MCS, Silva JG, Pires TO. Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. *Cad. Saúde Pública.* [Internet] 2012; 28(7) [acesso em 03 Mar 2017]. Disponível: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2012000700008>.

França SPS, de Martino MMF, Aniceto EVS, Silva LL. Preditores da Síndrome de Burnout em enfermeiros de serviços de urgência pré-hospitalar. *Acta paul. enferm.* [Internet] 2012; 25(1) [acesso em 02 dez 2015]. Disponível: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-21002012000100012>.

Cracco CLAC, Salvador JA. Identificação da Síndrome de Burnout na equipe de enfermagem de uma unidade de pronto atendimento [monografia]. Lins (SP): Centro Universitário Católica; 2010.

Sousa MVH. Síndrome de Burnout em profissionais da saúde: estudo bibliográfico [monografia]. Picos (PI): Universidade Federal do Piauí; 2012.