



# SÍNDROME DE BURNOUT: NOVOS DESAFIOS PARA GESTÃO DE FUNCIONÁRIOS DO SETOR ELÉTRICO

GMI

Luís L'Aiglon Pinto Martins

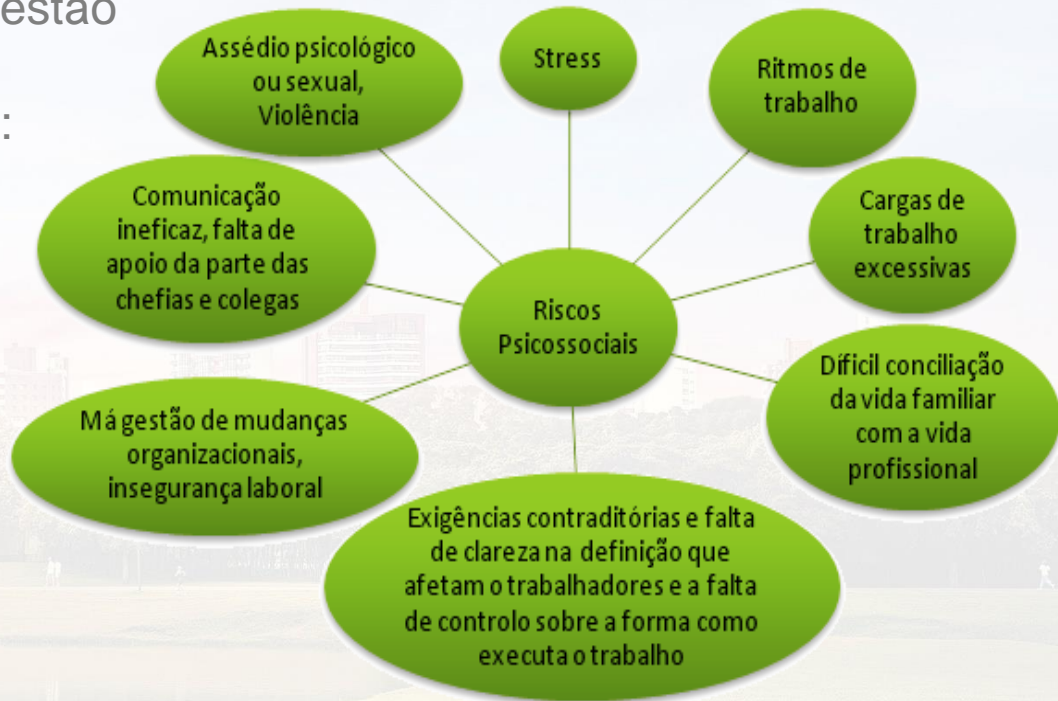
1. Transtornos mentais
2. Bournout
3. Metodologia de avaliação
4. Análise estatística
5. Resultados
6. Futuros desdobramentos



1. Novas formas de organização e gestão

2. Fatores Psicossociais do trabalho:

- *Sobrecarga*
- *Subcarga*
- *Falta de Controle*
- *Conflito de papéis*
- *Isolamento Social*



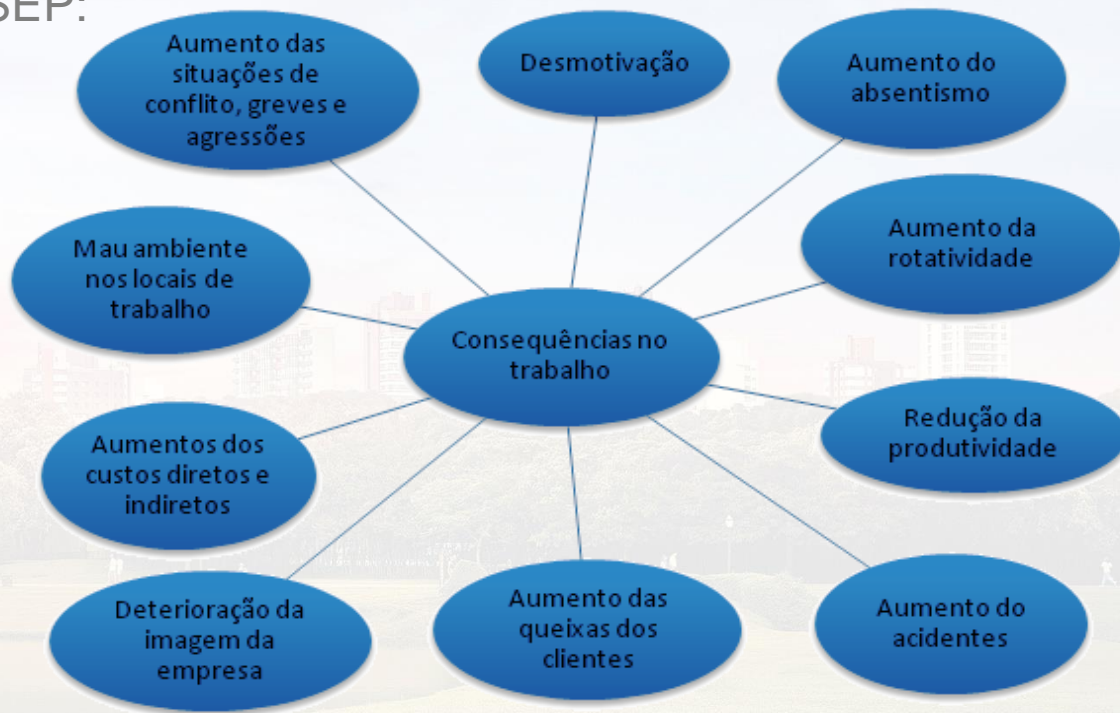


## 1. Situações na manutenção do SEP:

- *Risco de Intervenções*
- *Determinações formais*
- *Produtividade exigida*
- *Responsabilidade para o bom funcionamento*

## 2. Consequências mais comuns:

- *Absenteísmo*
- *Atrasos*
- *Baixo desempenho*
- *Sabotagem*
- *Acidentes*



## 1. Doenças Desencadeadas:

- *Estresse agudo*
  - *Vulnerabilidades físicas e psicológicas*
- *Humor deprimido*
  - *Desânimo, abatimento e tristeza geral*
- *Estresse ocupacional, Neurose profissional, Síndrome de Esgotamento Profissional*



# SÍNDROME DE BURNOUT

É o ponto máximo do estresse profissional, quando o desgaste interfere nos aspectos físicos e emocionais da pessoa.



## 1. Público alvo:

- *46 trabalhadores (22 instalações do SEP)*
- *Setor de manutenção de proteção, automação e telecomunicações*

## 2. Teoria e método

- *Freudenberger, Cristina Maslach e Susan Jackson*
- *Estudo epidemiológico transversal*

## 3. Questionários

- *Questionário sócio-demográfico (QSD)*
- *Inventário de burnout de Maslach (MBI)*
- *Inventário de Jbeili*



## 1. QSD

- *Estilo de Vida*
- *Sociais*
- *Fatores psicossociais*

Variável	N	%	Variável	N	%
Sexo			Anos de empresa		
<i>Masculino</i>	26	87	<i>&lt; 10</i>	10	33
<i>Feminino</i>	4	13	<i>10 a 20</i>	12	40
Faixa Etária			<i>&gt; 20</i>	8	27
<i>20 a 39</i>	15	50	No ano faltou		
<i>40 a 49</i>	5	17	<i>Nunca</i>	14	47
<i>&gt; 50</i>	10	33	<i>Raramente</i>	13	43
Habilitações Escolares			<i>Algumas vezes</i>	1	3
<i>Técnico</i>	10	33	<i>Bastante</i>	2	7
<i>Superior</i>	15	50	No mês faltou		
<i>Pós-graduação</i>	2	7	<i>Nunca</i>	22	73
<i>Mestrado</i>	3	10	<i>Raramente</i>	5	17
Categoria Profissional			<i>Algumas vezes</i>	1	3
<i>Técnico</i>	20	67	<i>Bastante</i>	2	7
<i>Engenheiro</i>	10	33	Trabalha		
Estado Civil			<i>Com Colegas</i>	27	90
<i>Solteiro</i>	6	20	<i>Sozinho</i>	3	10
<i>Casado</i>	21	70	Mudaria de Profissão		
<i>Divorciado/Separado</i>	3	10	<i>Não</i>	21	70
Filhos e Dependentes			<i>Sim</i>	9	30
<i>0 a 3</i>	23	77	Mudaria de empresa		
<i>&gt; 3</i>	7	23	<i>Não</i>	18	60
Anos de Profissão			<i>Sim</i>	12	40
<i>&lt; 10</i>	4	13	Mudaria de serviço		
<i>10 a 20</i>	15	50	<i>Não</i>	13	43
<i>&gt; 20</i>	11	37	<i>Sim</i>	17	57



## 2. MBI

Dimensões		
<b>Esgotamento Emocional</b>		
Alto	Médio	Baixo
≥ 27	19-26	< 19
<b>Despersonalização</b>		
Alto	Médio	Baixo
≥ 10	6-9	< 6
<b>Realização Profissional</b>		
Alto	Médio	Baixo
≤ 33	34-39	≥ 40

Nº	Características psicofísicas em relação ao trabalho	1	2	3	4	5	6	7
1	Eu sinto-me emocionalmente esgotado por causa do meu trabalho.							
2	Eu sinto-me esgotado no fim do meu dia de trabalho.							
3	Eu sinto-me fatigado quando me levanto de manhã e tenho de enfrentar outro dia de trabalho.							
4	Posso facilmente compreender como os meus colegas se sentem acerca das coisas que acontecem							
5	Sinto que trato alguns colegas como se fossem objetos impessoais.							
6	Trabalhar com pessoas todo o dia é realmente um esforço para mim.							
7	Eu lido eficazmente com os problemas relacionados ao meu trabalho.							
8	Eu sinto mau estar por causa do meu trabalho.							
9	Sinto que estou a influenciar positivamente as vidas de outras pessoas através do meu trabalho.							
10	No meu trabalho, sinto-me mais insensível para com as pessoas.							
11	Aborreço-me pois o tipo de trabalho que desempenho me pressiona bastante emocionalmente.							
12	Sinto-me cheio de energia.							
13	Eu sinto-me frustrado por causa do meu trabalho.							
14	Eu sinto que estou trabalhando demasiadamente na minha profissão.							
15	Não me importo muito com o que acontece com meus colegas.							
16	Trabalhar diretamente com as pessoas causa-me muito stress.							
17	Eu consigo criar facilmente um ambiente descontraído no trabalho.							
18	Sinto-me estimulado após um dia de sucesso no trabalho.							
19	No trabalho que desempenho tenho realizado muitas coisas válidas.							
20	Sinto que estou no fim dos meus recursos							
21	No trabalho lido com problemas emocionais de uma forma muito calma.							
22	Sinto que o meus colegas me culpam por alguns dos seus problemas.							

## 3. Jbeili

### Escala de Pontuação para Burnout

0 a 20 pontos

Nenhum indício

21 a 40 pontos

Chance de desenvolver, prevenção

41 a 60 pontos

Fase inicial, procurar um profissional

61 a 80 pontos

A Burnout começa a se instalar. Ajuda profissional para não agravar os sintomas

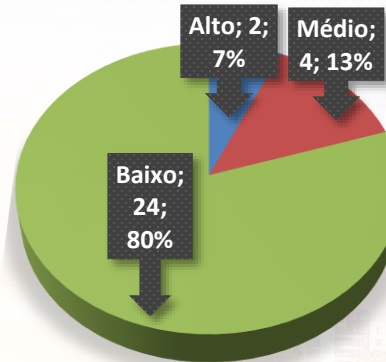
81 a 100 pontos

Fase considerável da Burnout, mas esse quadro é perfeitamente reversível. Procure o profissional competente de sua confiança e inicie o quanto antes o tratamento.

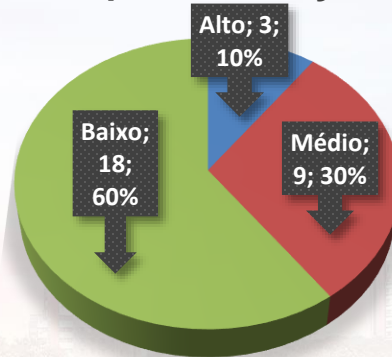
Nº	Características psicofísicas em relação ao trabalho	1	2	3	4	5
1	Sinto-me esgotado(a) emocionalmente em relação ao meu trabalho					
2	Sinto-me excessivamente exausto ao final da minha jornada de trabalho					
3	Levanto-me cansado(a) e sem disposição para realizar o meu trabalho					
4	Envolver-me com facilidade nos problemas dos outros					
5	Trato algumas pessoas como se fossem da minha família					
6	Tenho que desprender grande esforço para realizar minhas tarefas laborais					
7	Acredito que eu poderia fazer mais pelas pessoas assistidas por mim					
8	Sinto que meu salário é desproporcional às funções que executo					
9	Sinto que sou uma referência para as pessoas que lido diariamente					
10	Sinto-me com pouca vitalidade, desanimado(a)					
11	Não me sinto realizado(a) com o meu trabalho					
12	Não sinto mais tanto amor pelo meu trabalho como antes					
13	Não acredito mais naquilo que realizo profissionalmente					
14	Sinto-me sem forças para conseguir algum resultado significativo					
15	Sinto que estou no emprego apenas por causa do salário					
16	Tenho me sentido mais estressado(a) com as pessoas que atendo					
17	Sinto-me responsável pelos problemas das pessoas que atendo					
18	Sinto que as pessoas me culpam pelos seus problemas					
19	Penso que não importa o que eu faça, nada vai mudar no meu trabalho					
20	Sinto que não acredito mais na profissão que exerço					

MBI

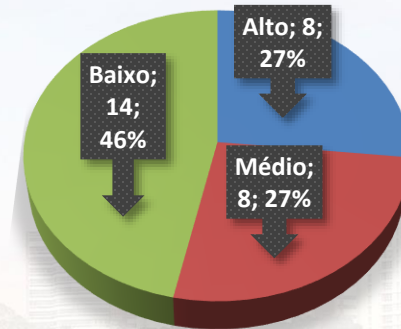
## EE - Esgotamento Profissional



## DE - Despersonalização



## RP - Realização Profissional



Jbeili

Intervalos	0-20 (Baixo)	21-40	41-60 (Médio)	61-80	81-100 (Alto)
N	12	14	4	0	0
%	40	47	13	0	0

## 1. Correlação de Person

	EE	DE	RP	Idade	Filhos	T. Empr.
EE	X	0,65	-0,42	-0,57	-0,12	-0,57
DE	0,65	X	-0,51	-0,39	0,30	-0,14
RP	-0,42	-0,51	X	0,13	-0,37	0,27
Idade	-0,57	-0,039	0,13	X	0,53	0,91
Filhos	-0,19	0,30	-0,37	0,53	X	0,33
T Empr.	-0,57	-0,14	0,27	0,91	0,33	X

## 2. Comparação dos questionários e confiabilidade

- *Relação direta entre o MBI e Jbeili*
- *Alfa de Cronbach ( $\alpha = 0,71$ )*



1. Exaustão Emocional
  - *Indicação de Sobrecarga de trabalho*
2. Despersonalização
  - *Deixar de fazer o melhor e realizar o mínimo*
3. Realização Profissional
  - *Sensação de escolha errada da carreira*



## 1. Estudos Futuros

- *Análise de outros aspectos*
- *Aumento do grupo pesquisado*

## 2. Ações

- *Incentivar o otimismo e auto-estima*
- *Modificações para melhorar as condições de trabalho*
- *Auxílio de um profissional da área psicológica*

## 3. Considerações

- *O estudo apesar de ser informativo, foi embasado em diversas teorias e estudos. Sendo que não substitui o diagnóstico de um médico ou terapeuta.*





## LUÍS L'AIGLON PINTO MARTINS

---

 (85) 3499-2451

 (85) 99905-0010

 [laiglon@chesf.gov.br](mailto:laiglon@chesf.gov.br)

 [www.chesf.gov.br](http://www.chesf.gov.br)