

P 3456

Síndrome de Burnout e ginástica laboral: uma avaliação em enfermeiros e técnicos de enfermagem dos CTI de um hospital público

Misiane da Silva de Ávila, Cíntia Detsch Fonseca, Marcio Roberto Martini, Antônio Cardoso dos Santos
Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA)

A Síndrome de Burnout é um conjunto de sintomas (fadiga física e mental, falta de entusiasmo pelo trabalho e pela vida, sentimento de impotência e inutilidade, baixa auto-estima), resultante de um prolongado processo de estresse, sendo o estresse ocupacional um determinante para seu início. Essa síndrome é caracterizada por três aspectos ou dimensões: Exaustão Emocional, Despersonalização e Reduzida Realização Profissional. Programas de Qualidade de Vida são importantes para prevenir e diminuir os aspectos negativos causados pelo estresse ocupacional. Um destes programas é a Ginástica Laboral, que é constituída de exercícios praticados no ambiente de trabalho que atuam de forma preventiva nas doenças ocupacionais e no estresse. O objetivo deste estudo foi avaliar os níveis de Burnout em suas três dimensões, em enfermeiros e técnicos de enfermagem dos CTI de um Hospital Público, e analisar se estes níveis estão associados com a prática de Ginástica Laboral. Trata-se de um estudo transversal com 100 funcionários de enfermagem (23 enfermeiros e 77 técnicos de enfermagem) dos setores do Centro de Tratamento Intensivo (CTI), do período noturno. Destes, 76% (n= 76) eram do sexo feminino. Os funcionários foram selecionados de forma voluntária e subdivididos em dois grupos: praticantes (n=48) e não praticantes (n=52%) de Ginástica Laboral. Para a coleta de dados foi utilizado o protocolo de avaliação Escala de Burnout. Os dados foram analisados no programa estatístico Statistical Package for Social Science (SPSS 15.0). Para a comparação entre os grupos realizou-se o Teste t de Student para amostras independentes e o nível de significância foi de $p < 0,05$. Para avaliar os resultados da Escala de Burnout foi realizado um somatório das 22 questões, divididas nas suas três dimensões. Os resultados apontaram que não houve diferença significativa nos níveis de Burnout entre os grupos quando comparados de maneira geral, porém, analisando os níveis das dimensões separadamente, os níveis moderados e altos nos grupos dos profissionais que não praticam Ginástica Laboral foram maiores em relação ao grupo que pratica. Conclui-se que existe associação entre Síndrome de Burnout e a prática de Ginástica Laboral. Palavras-chaves: Burnout, ginástica, enfermagem. Projeto 11-0265