

# CENÁRIO DE ADOECIMENTO DOS BOMBEIROS MILITARES PELA SÍNDROME DE BURNOUT: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DE LITERATURA

Patrícia Lima Torreão,<sup>1</sup> William Azevedo Dunningham,<sup>2</sup> Raul Coelho Barreto Filho<sup>1</sup>

## RESUMO

**INTRODUÇÃO:** A Síndrome de Burnout é uma doença que acomete em suma a classe trabalhadora, visto que os fatores desencadeantes ou estressores estão presentes no ambiente de trabalho. Os profissionais que lidam com as emergências e socorro à população estão incluídos no rol de atividades laborativas que apresentam mais risco de adoecimento. Estudar deste modo, compreender a relação entre a doença e a atividade bombeiro militar poderá trazer um cabedal de conhecimento que certamente auxiliará nas ações de prevenção e cuidado. **OBJETIVO:** Conhecer a relação entre a Síndrome de Burnout e a atividade bombeiro militar, apresentando os principais elementos que compõe o cenário de adoecimento do bombeiro brasileiro. **MÉTODO:** o estudo foi delineado por meio de uma revisão sistemática da literatura, baseada no Protocolo PRISMA, com pesquisas em português, espanhol e inglês publicadas entre 2011 e 2021. Foram selecionados os estudos originais que trouxessem caracterização da doença nesta população, sintomas, fatores preditores e estressores, prevalência e impactos sobre a saúde ocupacional e mental do trabalhador. Foram utilizadas como bases de dados para pesquisa o PUBMED, Scielo, BVS (Medline), LILACS (Bireme). **RESULTADOS:** Foram identificados inicialmente 173 artigos, sendo que foram selecionados 08 para leitura integral, sendo 03 excluídos e 05 incluídos, visto que tratavam do público de escolha (bombeiro militar brasileiro) e trazia a Síndrome de Burnout como o elemento principal da pesquisa.

**Palavras-chave:** Bombeiro militar; Síndrome de Burnout; Saúde ocupacional; Saúde mental.

## ABSTRACT

**INTRODUCTION:** Burnout Syndrome is a disease that affects, in short, the working class, since the triggering factors or stressors are present in the work environment. Professionals who deal with emergencies and help the population are included in the list of work activities that present a greater risk of illness. Studying in this way, understanding the relationship between the disease and the military firefighter activity can bring a wealth of knowledge that will certainly help in prevention and care actions. **OBJECTIVE:** To know the relationship between Burnout Syndrome and the military firefighter activity, presenting the main elements that make up the scenario of illness of the Brazilian firefighter. **METHOD:** the study was designed through a systematic review of the literature, based on the PRISMA Protocol, with research in Portuguese, Spanish and English published between 2011 and 2021. The original studies that brought the characterization of the disease in this population, symptoms, factors and predictors and stressors, prevalence and impacts on workers' occupational and mental health. PUBMED, Scielo, BVS (Medline), LILACS (Bireme) were used as databases for research. **RESULTS:** Initially, 173 articles were identified, 08 of which were selected for full reading, 03 of which were excluded and 05 included, since they dealt with the public of choice (Brazilian military firefighter) and had Burnout Syndrome as the main element of the research.

**Keywords:** Military firefighter; Burnout syndrome; Occupational health; Mental health.

## INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

A Síndrome de Burnout (SB) é um fenômeno ocupacional, incluída em janeiro de 2022 pela Organização Mundial de Saúde (OMS) no Código Internacional de Doenças (CID-11), sob registro QD85, caracteriza-se por envolver aspectos multifatoriais na configuração de um quadro de adoecimento e comprometimento da saúde mental dos indivíduos. Para OMS (2019), a Síndrome de Burnout:

[...] é uma síndrome conceituada como resultante do estresse crônico no local de trabalho que não foi gerenciado

<sup>1</sup> Faculdade de Medicina da Universidade Federal da Bahia

<sup>2</sup> Universidade Federal da Bahia, Centro universitário de Tecnologia e Ciências, Brasil. E-mail: wdunningham1@gmail.com

com sucesso. Caracteriza-se por três dimensões: 1) sentimentos de esgotamento ou exaustão de energia; 2) aumento da distância mental do trabalho, ou sentimentos de negativismo ou cinismo em relação ao trabalho; e 3) uma sensação de ineficácia e falta de realização.

Cada vez mais presente nas populações trabalhadoras, notadamente neste século, a Síndrome tem relação com as configurações ocupacionais, a exemplo da velocidade das respostas às demandas e a necessidade de estar constantemente preparado para um mercado de trabalho cada vez mais competitivo.

A doença tem estreita relação com a atividade laboral, visto que profissões mais estressantes tendem a trazer sobrecarga emocional ao profissional, com consequente impacto sobre as atividades diárias pessoais, bem como as funcionais. As consequências podem ser complexas, porquanto o estresse ocupacional pode desencadear desde o sofrimento psíquico, absenteísmo, encerramento da carreira e até mesmo o suicídio (COIMBRA et al., 2020). No que tange aos principais sintomas, destaca-se a cefaleia, além de alterações do sono, humor e das relações sociais (PEREIRA et al., 2021).

O estudo sistemático da síndrome de burnout inaugura-se em 1974 a partir da descrição clínica, pelo psicanalista norte-americano Herbert Freudenberger, de um quadro de esgotamento físico e mental com intensa irritabilidade relacionado a condições adversas de trabalho de profissionais de saúde atuando na área de dependência química (Freudenberger, 1974; Freudenberger; Richelson, 1987). Em sua definição, *burnout* é um "incêndio interno", um "esgotamento dos recursos físicos e mentais"; é "esgotar-se para atingir uma meta irrealizável" imposta pelo próprio indivíduo ou pela sociedade. Para ele, tal esgotamento vai ocorrer na área da vida na qual há mais expectativa de sucesso - em geral, no trabalho (Veras, 2010)

Alguns modelos e definições são utilizadas para compreender a síndrome, mas um dos conceitos que mais sobressai é o de Maslach e Jackson (1981), que traz três dimensões para essa doença multifocal, a saber: a) aumento da sensação de exaustão emocional, a qual indivíduo não consegue mais administrar as relações de trabalho, que envolve tarefas, colegas e clientes, por incapacidade de gestão da própria condição emocional; b) certa desumanização e frieza das relações humanas, onde o indivíduo passa a não se sensibilizar com o sofrimento do outro, podendo este fator estar relacionado ao anterior – a exaustão emocional; c) alteração da autopercepção, estando o indivíduo descontente com as entregas que realiza no trabalho à empresa e cliente final, continuamente insatisfeito com o que produz.

Há que se diferenciar o perfil de acometimento da doença, visto que afeta uma classe profissional sob estresse específico, pois tem seus fatores desencadeantes dentro do ambiente de trabalho. Sendo este o cerne da questão, a impotência do profissional sobre os fatores desencadeantes pode potencializar a condição estressora, impedindo que seja possível adaptação além de esgotamento (JARRUCHE; MUCCI, 2021).

Dentre as classes trabalhadoras mais expostas aos fatores de risco de adoecimento estão profissionais de saúde, policiais, bombeiros militares, que estão sob condições altamente estressoras, já que labutam em constante estado de tensão, tendo horas reduzidas de sono, com poder de decisão por vezes limitado, em algumas vezes sob risco de acidente ou morte pela natureza da atividade.

A atividade bombeiro militar está prevista na Constituição Federal do Brasil e está relacionada à execução das ações de prevenção e combate a incêndios, busca e salvamento, resgate, e como traz o § 5º do artigo 144 da Constituição Federal, além das atribuições da lei as atividades de Defesa Civil. Para Lopes (2020) a atividade vai desde a prevenção dos sinistros a assistência e o socorro, além de participar da recuperação dos efeitos adversos dos desastres. Como já observada, o bombeiro militar pertence a uma categoria profissional que tem maior exposição à doença, devido às especificidades do atendimento, do trabalho voltado a atender a população, e por serem exigidos física e emocionalmente durante o atendimento, estando por vezes em estrita relação com o sofrimento de quem atende (BAPTISTA, 2005).

O bombeiro militar tem como componente do ambiente de trabalho a exposição prolongada a estressores relevantes e se não forem amenizados podem desencadear processos patológicos mais complexos como a Síndrome de Burnout. Deste modo, Coimbra et al. (2020) sinalizam a necessidade de ações de prevenção, visto que a profissão do bombeiro, em razão da sua conformidade, traz fatores que determinam o sofrimento psicológico dos profissionais.

A relevância dos serviços prestados por essa categoria profissional remete à necessidade de melhor compreender o cenário ocupacional, que predispõe ao adoecimento, ao esgotamento físico, à potencialização do estresse, com o conseqüente afastamento das atividades laborais temporária ou definitivamente.

Assim o estudo se justifica por se constituir um mecanismo importante de consulta e para o desenvolvimento de estratégias de prevenção, controle ou mitigação dos fatores de risco, predisponentes para o adoecimento, além de contribuir como ferramenta que possivelmente auxiliará na tomada de decisão das esferas de comando e direção das referidas corporações.

A presente investigação científica teve como **OBJETIVO GERAL** estudar a relação entre a Síndrome de Burnout e a atividade bombeiro militar e como **OBJETIVOS ESPECÍFICOS** a) elencar os principais sinais/sintomas que acometem a população em estudo, b) compreender se há relação entre absenteísmo e adoecimento por Síndrome de Burnout, c) identificar se há rede de apoio interna ou medida de intervenção sugerida e direcionada para os profissionais acometidos pela doença e d) identificar os principais fatores predisponentes à SB no ambiente de trabalho.

## **MÉTODO**

### **Desenho de estudo**

O trabalho é estudo de revisão sistemática de literatura, delineado por meio do protocolo *Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta Analyses - PRISMA* que se voltou para o conhecimento do cenário profissional bombeiro militar, no Brasil e compreender cenário que envolve o acometimento de bombeiros militares pela Síndrome de Burnout.

### **Estratégia de pesquisa e critérios de elegibilidade**

Foram inicialmente definidos os descritores a serem pesquisados e dispostos nas bases Pubmed (da *U.S. National Library of Medicine*), BVS (Biblioteca Virtual de Saúde), utilizando a base Medline, além da SciELO (*Scientific Electronic Library Online*). Foram pesquisados os artigos em português, inglês e espanhol, dentro de um período de dez anos de estudo (2011-2021), sendo os descritores utilizados de modo específico em cada base, a fim de garantir a primeira inclusão dos artigos afins ao tema. Os descritores buscaram trabalhos que envolvessem a Síndrome de Burnout e a atividade profissional de bombeiro. Foram utilizados como descritores em português: “Síndrome de Burnout e bombeiros”, “Burnout e bombeiros”, “Síndrome de Burnout e bombeiro militar”, tendo como busca em espanhol e inglês seus correspondentes naqueles idiomas. Abaixo podem ser vistos os descritores usando o operador booleano para pesquisa em inglês, por base de pesquisa de dados (Quadro 1).

Quadro 1 – Bases de dados e descritores de busca em inglês

BASE	Descritores de busca
<b>PUBMED</b>	(Burnout, Professional OR Professional Burnout OR Occupational Burnout OR Burnout, Occupational OR Career Burnout OR Burnout, Career) AND (Firefighters OR Firefighter OR Fire and Rescue Personnel OR Fire Fighters OR Fire Fighter)
<b>PUBMED</b>	((("burnout"[All Fields]) OR ("burnout professional"[All Fields])) OR ("occupational burnout"[All Fields])) AND (((("firefighting"[All Fields]) OR ("fireman"[All Fields])) OR ("firefighters"[All Fields]))
<b>SCIELO</b>	(Burnout, Psychological) AND (Firefighters)
<b>BVS (Medline LILACS)</b> +	(Burnout, Psychological) AND (Firefighters)
<b>BVS (Medline LILACS)</b> +	(burnout syndrome) and (firefighters or fireman)

Fonte: Elaborado pela autora (2021)

#### *Critérios de inclusão e exclusão*

Foram selecionados para inclusão na pesquisa os estudos originais, totalmente disponíveis e publicados nos idiomas português, inglês e espanhol e que trouxessem dados sobre a Síndrome de Burnout na classe de trabalhadores dos bombeiros brasileiros.

Foram excluídos os estudos que não eram originais, as revisões sistemáticas, os estudos em que a população não era do Brasil, os preprints e comments; ou ainda os que não tinham relação com o tema ou que não estavam na íntegra, ou ainda quando se tratavam pesquisas ainda não aprovadas e/ou publicadas.

#### *Estratégia de seleção e extração de dados*

A primeira etapa consistiu no levantamento, por descritor, de todos os artigos listados nas bases e que eram potencialmente de interesse para esta revisão, a partir da busca por descritor. Foram tabulados em planilha, individualmente, com seus respectivos *links* de acesso. Na segunda etapa foram selecionados por título os artigos que atendiam os critérios de inclusão e excluindo-se os trabalhos repetidos. A terceira etapa estabeleceu quais artigos poderiam ser incluídos a partir da leitura por resumo. O período de busca de referências nas bases durou de 25 de agosto a 06 de setembro de 2021.

Ressalta-se que nas segunda e terceira etapas foram eleitos os estudos que se apresentassem completos, gratuitos, disponibilizados na base em sua íntegra, nos idiomas pesquisados e que trouxessem em seu escopo as pesquisas sobre o acometimento dos profissionais bombeiros pela Síndrome de Burnout.

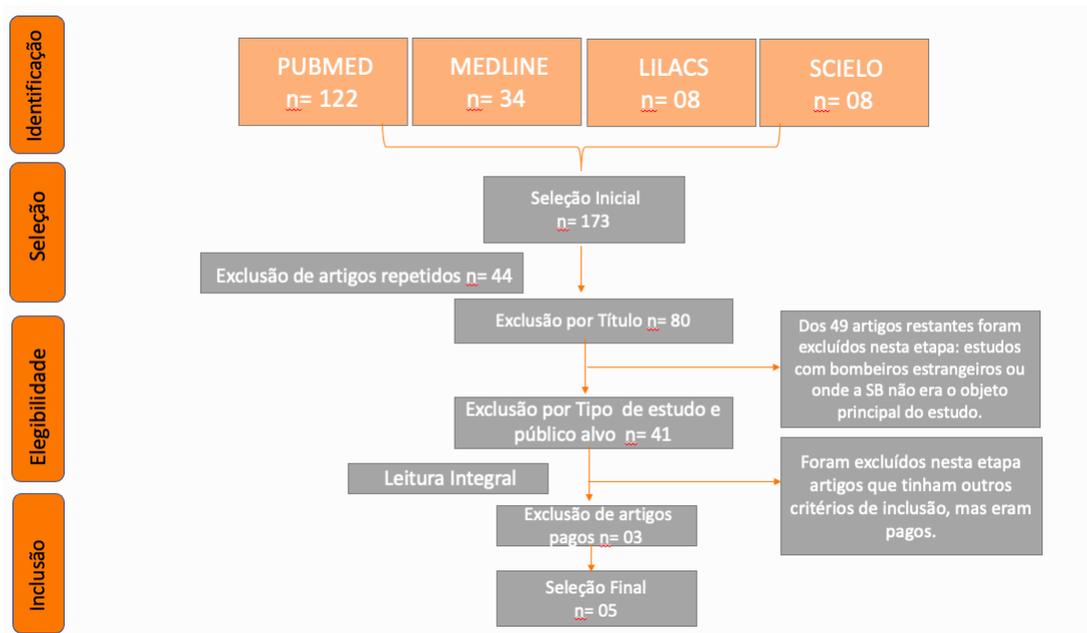
Deste modo foram extraídos e tabulados os artigos, analisando-os individualmente para seleção, retirada de estudos repetidos e exclusão. Para tanto foi elaborada uma tabela após seleção por resumo onde continham as informações mais completas, com os seguintes dados: ano, base de dados, autor, título do estudo, periódico, objetivo, método utilizado, população estudada e resumo dos resultados (Apêndice A).

## **RESULTADOS**

A partir dos descritores e das Bases definidas foram realizadas buscas e encontrados 173 estudos. Cumprindo as recomendações do Protocolo PRISMA 2009, foram excluídos os repetidos (44 artigos). Deste restante (total de 129), foi realizada seleção por título, onde 80 estudos foram excluídos, já que a temática não era compatível com os objetivos do trabalho ou o objeto estudado diferia dos critérios estabelecidos. Após a primeira seleção restaram 49 artigos, dos quais foram lidos os resumos e identificados os tipos de artigo.

Foram eliminadas as revisões sistemáticas, as pesquisas não originais, os *comments*, aqueles que não eram voltados ao público de interesse (bombeiro brasileiro) e os que a Síndrome de Burnout não era o principal objeto do estudo, totalizando 41 trabalhos excluídos. Dos restantes, 08 estudos foram submetidos à leitura do texto completo, tendo sido 02 estudos excluídos: 01 por não apresentar o público de escolha para a pesquisa e 01 por não ter como objeto de estudo a Síndrome de Burnout. Após leitura completa dos artigos foram incluídos 06 estudos. O fluxograma de seleção dos estudos, elaborado segundo o Prisma, está disposto no Quadro 1.

Figura 1 - Fluxograma das etapas de análise e seleção dos artigos



Fonte: Elaborado pela autora (2021).

Os 05 artigos selecionados tinham desenhos metodológicos distintos, sendo 02 estudos transversais, 02 estudos qualitativos descritivo-exploratórios, 01 qualitativo com uso de instrumentos aplicáveis e 01 relato de experiência. Todos os artigos tiveram como público estudado o bombeiro militar brasileiro, atuante nas atividades de combate a incêndio e busca e salvamento ou atendimento pré-hospitalar, sendo este na escala de execução da atividade e/ou desempenho de função gerencial/ coordenação de equipe.

O estudo de prevalência de Santos *et al.* (2018) buscou avaliar o risco de desenvolvimento de Síndrome de Burnout em bombeiros militares, utilizado o teste exato de Fischer ou Qui-quadrado de Pearson. Foram avaliados 51 bombeiros militares, com idades entre 18 e 65 anos, lotados em um batalhão de Santa Catarina. Inicialmente foram observados os problemas de saúde apontados pelos militares como já existentes e em destaque foram indicados insônia e o estresse. Não foram identificados bombeiros com a Síndrome de Burnout durante o estudo, no entanto alguns dos elementos que são protetores ou predisponentes da doença foram relacionados (Apêndice B).

A partir da análise dos resultados apontados no instrumento aplicado foi observado que os militares que possuíam filhos apresentavam menos chances de desenvolvimento da doença (fator protetivo). Observou-se ainda que a realização de horas extras é fator negativo quando relacionado ao desenvolvimento da doença. Ainda que não tenha havido identificação

de profissionais com a síndrome, os fatores encontrados indicando que o nível de estresse no trabalho aponta para possível desenvolvimento da SB.

Quando tratada sobre o enfoque da Exaustão emocional (EE) o estudo aponta os seguintes fatores como predisponentes: não ter filhos, ter menos anos de serviço prestado, ter ambiente de trabalho parcialmente organizado ou desorganizado, ritmos de trabalho acelerados, número de pessoas de forma inadequada na escala, realização de horas extras são fatores identificados como predisponentes para EE. No que diz respeito à Despersonalização (DE), a realização de horas extras e o ritmo de trabalho acelerado tem uma relação considerada desfavorável, já a realização profissional foi considerada como um fator de proteção. Por fim, o estudo não identificou bombeiros militares com a Síndrome de Burnout, no entanto destacou o número elevado de profissionais que apresentavam nível elevado de exaustão emocional (cerca de 51%), sugerindo que muitos profissionais poderiam estar com o desenvolvimento da referida Síndrome em curso. Deste modo, o estudo sugeriu observação dos sintomas, buscando intervenção sistemática para evitar o risco do desenvolvimento da doença.

Salvador *et al.* (2017), realizaram um estudo qualitativo descritivo-exploratório baseado em entrevistas gravadas, que foram conduzidas a partir de um questionário semiestruturado. Todas as entrevistas realizadas foram posteriormente transcritas e separadas por categoria, onde foram analisadas utilizando o método de Bardin. O segmento escolhido foi o que atuava no atendimento pré-hospitalar (APH), desenvolvendo suas atividades diretamente em via pública, em um serviço que é acionado pela população através da central 193. Para todas as entrevistas foram aplicados Termo de Consentimento Livre Esclarecido e posteriormente submetidas a 10 militares, sendo 6 o gênero masculino e 4 do gênero feminino, conforme formação, 8 são técnicos e outros 2 auxiliares de enfermagem.

Deste modo, analisadas as entrevistas, os profissionais sinalizaram as seguintes questões, que na grande maioria determinam o ambiente estressor no desempenho do trabalho. 1) a sobrecarga de trabalho decorrente de novas atribuições, notadamente quando o SAMU passou a ser administrado pelo Corpo de Bombeiros, o que ocasiona um aumento no número de atendimentos realizados, já que as ocorrências atendidas pelo Corpo de Bombeiros incluem também as hora atendidas pelo SAMU; 2) tipo de atendimento ao qual são designados a atender, que podem muitas vezes não configurar uma efetiva emergência, gerando estresse no profissional pelo deslocamento que avaliam não ser próprio para o serviço naquela condição; 3) a má regulação das demandas de atendimento da população para as ocorrências, o que gera deslocamento desnecessário para os atendimentos, notadamente os

que não são emergenciais, favorecendo uma demanda reprimida para as chamadas emergenciais, o que gera frustração sobre o serviço prestado pelo profissional; 4) o trote que desencadeia o deslocamento desnecessário da equipe; 5) o descompasso entre a formação profissional do curso de bombeiro, que se volta para o desempenho da atividade original na corporação e o que hoje é exigido dos militares para desempenharem frente às demandas que antes não existiam no serviço; 6) a população que tanto solicita o serviço de forma desnecessária quanto realizam ameaças ou estressam o profissional durante o atendimento; 7) a relação desgastante entre os profissionais do APH e os que estão nas unidades hospitalares durante a entrega das vítimas; 8) sentimentos de medo, temor e perigo iminente pelo risco à integridade física e mental quando estes profissionais têm que atender a população em áreas consideradas de risco de violência;

A pesquisa realizada por Vicente, *et al.* (2013), caracterizada como exploratória, descritiva e de abordagem quanti-qualitativa, avaliou, através da aplicação de entrevistas, 34 bombeiros do Corpo de Bombeiros de uma cidade do interior de Minas Gerais. Do total, duas delas foram excluídas, totalizando 32 bombeiros militares durante a pesquisa. A partir da aplicação de questionário foi realizada a caracterização sociodemográfica da população em estudo, obtendo os seguintes resultados: a maioria dos profissionais era do sexo masculino (78,1%), casada (53,1%), com filhos (56,2%) e dos que tinham filhos estes possuíam entre 1 e 2 anos (88,8%). No tocante à religião, a maioria segue pelo menos uma de escolha (71%), sendo a católica a preferencial, seguida da evangélica. A respeito da escolaridade, cerca de 46,9% tem nível médio e 43,8% tem nível superior. Sobre a remuneração identificou-se que grande parte (56,25%) recebe até 04 salários mínimos, cerca de 18,75% de até 06 salários e 25% de mais de 6 salários mínimos.

Para a segunda parte do estudo os resultados foram divididos em sete categorias, sendo observado, conforme a categoria, o seguinte: no aspecto sobre a) entendimento de estresse: os bombeiros compreenderam o estresse como um sintoma de doença ou como um fator que pode ocasioná-la. Sobre a categoria b) estresse no cotidiano de trabalho, entenderam a carga horária de 24h na escala como extensa e cansativa pela **ampla** gama de atividades que desenvolvem durante esse período dedicado ao trabalho, ao passo em que consideram as 48h de folga subsequentes insuficientes para garantir uma recuperação do serviço. No entanto, fatores internos como idade, personalidade, e fatores externos como família, atividades realizadas na folga, dentre outras, podem influenciar diretamente neste entendimento. Sobre a categoria c) relacionamento interpessoal, foram apontadas a falta de companheirismo e militarismo como fatores estressantes. Quando avaliada a categoria d) dentre os estressores

foram realçados como os mais relevantes a relação hora de trabalho x descanso, além do constante estado de tensão no serviço, do sono prejudicado, da demanda de trabalho exaustiva e pesada nas 24h de trabalho. Foi analisada a categoria e) significado do sofrimento alheio e os bombeiros militares apontaram como mais estressantes as ocorrências envolvendo crianças, situações que tem pessoas machucadas nas ocorrências, em perigo ou pedindo socorro. Destacaram então que lidar diretamente com a dor do outro e o óbito, de estar a todo momento a evitando a morte da vítima são situações que podem ser considerados como fatores estressores. Quando pesquisada a categoria de f) dano emocional foram apontados pelos militares a dificuldade para dormir e a má qualidade do sono (47,62% dos entrevistados). Também houve relatos de introspecção, sensação de sofrimento e de nervosismo, que foram identificados como danos emocionais associados ao estresse. Sobre a categoria g) conflitos foram destacados pela população do estudo a influência do trabalho nas relações familiares, a incapacidade de separar os sentimentos vividos no ambiente de trabalho do familiar e social, a necessidade de camuflar os sentimentos durante a realização do trabalho, de incorporar a figura de um herói. Ainda foram incluídos nessa categoria a percepção de frieza emocional, ou de perda de sensibilidade nas relações familiares e entes sociais.

A pesquisa sinalizou ainda que as mudanças comportamentais dos bombeiros decorre da necessidade de adaptação que ele precisa fazer ao regime de trabalho que executa. Como medida o estudo sugere pesquisa, além da criação de ações e estratégias (suporte psicológico, prática esportiva, atividades lúdicas) para reduzir os efeitos negativos advindos do próprio trabalho, visto que trazem comprometimento psíquico, social e até profissional do bombeiro militar.

A Prevalência da Síndrome de Burnout foi discutida no estudo de corte transversal de Melo e Carlotto (2016), que avaliou 132 bombeiros militares de uma cidade do Rio Grande do Sul, através da aplicação de Questionário Sociodemográfico-laboral, Questionário para Avaliação da Síndrome de *Burnout* (CESQT) e Escala de *Coping* no Trabalho (COPE). A pesquisa se debruçou na identificação de dois perfis, onde o Perfil 1 tratava-se de dimensões em que há desgaste psíquico e caracteriza-se como as respostas ao estresse no ambiente de trabalho e o Perfil 2 quando além dos anteriores a Culpa é acrescentada, possibilitando transtornos no desenvolvimento laboral, estando, conforme sinaliza a pesquisa enquadrada como caso propriamente dito de Burnout.

Para tanto foram empregados três questionários autoaplicáveis, que após analisados identificaram que a prevalência é de 3,0% para o Perfil 1 e 2,3% para o Perfil 2 na população

estudada. Acerca das dimensões estudadas observou-se que a maior média (3,44) estava associada à Ilusão pelo trabalho, ao passo em que a média mais baixa (0,87) foi associada à dimensão indolência. No tocante às estratégias de enfrentamento, essa média foi a mais alta (2,93) apresentada e já o *coping* de evitação apresentou média mais baixa (1,43).

Além dos achados principais da prevalência o estudo sugere a associação positiva entre a baixa prevalência de Burnout e a ilusão pelo trabalho, suscitando este último como um possível fator protetor para essa categoria, já que quando comparada com as outras dimensões, esta apresentou os maiores percentil (32,6%) e média (3,44). O estudo aponta que bombeiro militar mesmo exposto a situações críticas e adversas, conta com a representação social da atividade, que associada a perfil profissional movido por altruísmo, pode contribuir para que a Ilusão pelo trabalho contenha a Síndrome de Burnout.

No que diz respeito aos preditores foram destacadas as estratégias de enfrentamento como um dos elementos importantes, visto que constituem a principal variável relacionada à Síndrome de Burnout. Observou-se ainda que o número de ocorrências tem impacto positivo, sendo que quanto maior o número de ocorrências, maior a satisfação sobre o serviço prestado pelo profissional e da sua percepção acerca da contribuição social do serviço prestado, que coaduna com o elevado sentimento de sucesso profissional.

Observou-se que na tentativa de manter o controle emocional frente às situações estressantes o profissional busca comportamentos fugazes, que não trazem solução para o problema, ao passo em que ampliam o desgaste já existente. Dentre as variáveis estudadas a escolaridade foi associada ao nível de atividade desempenhada, onde o desgaste psíquico tem relação direta com o tipo de exigência que é direcionada ao profissional, notadamente de chefia, lhe são atribuídas maiores responsabilidades tanto junto às equipes quanto o comando da instituição. Outra compreensão obtida sobre essa área de emprego profissional é que no desempenho dessa atividade há um maior distanciamento da atividade propriamente dita de atendimento à sociedade, conseqüentemente um distanciamento entre o militar e os fatores que conduziram à escolha daquela profissão.

A respeito da dimensão da indolência (relacionada a comportamento de insensibilidade, indiferença) ela é melhor explicada por maior utilização de técnicas de esquiva ao problema do que as de enfrentamento, que trazem melhor resultados e maior satisfação profissional;

Sobre a dimensão Culpa – observou-se relação com o coping evitação, visto que quanto mais elementos estressores se acumula, maior é o distanciamento do profissional com a comunidade atendida, ao passo em que se sentem responsáveis pelas atitudes negativas que

produz em desfavor das pessoas que precisa se relacionar, incluindo a população, o que retroalimenta o processo de culpa.

Por fim, os autores Melo e Carlotto (2017) trazem através de um relato de experiência de uma intervenção realizada em 05 bombeiros militares do 1º Comando do Rio Grande do Sul, a partir de encontros realizados a cada 15 dias, após horário de trabalho. Dos dados sociodemográficos da população de estudo eram, em sua totalidade do sexo masculino, de 37 a 50 anos, casados, com filhos. Quanto a escolaridade a maioria possuía ensino médio completo e estavam na graduação de sargento ou soldado, atuantes da área de combate a incêndio. A intervenção foi realizada por três meses, divididas em 5 sessões.

Na primeira sessão foi realizada atividade de sensibilização e de identificação dos estressores da atividade laboral, sendo destacados: a sobrecarga de trabalho, a carga horária ocupacional e escala de trabalho em turnos, a exposição a substâncias perigosas, atendimento a ocorrências que envolvem morte de jovens/crianças e acidentes envolvendo colegas de trabalho. No segundo encontro foram realizadas atividades que desenvolvessem estratégias de enfrentamento( *coping*). Já no terceiro encontro foram desenvolvidas atividades de manejo do estresse, com retomada de atividades passadas para realização em casa. No penúltimo encontro foram tratadas questões relativas à Fadiga e Compaixão e a relação com a Síndrome de Burnout. Por fim, no último encontro foram tratadas as habilidades sociais e avaliação final do trabalho.

Observou-se a relevância da intervenção como metodologia de enfrentamento da Síndrome de Burnout, posto que se oportunizou o autoconhecimento, o reconhecimento das limitações de cada profissional e como aprimorá-las, além de permitir o desenvolvimento da humanização do profissional.

A pesquisa possibilitou a inclusão de militares que estão em cargos de chefia, a saber os sargentos, que lideram equipes, proporcionando-os condições de melhor liderarem os profissionais a eles subordinados. Observou-se que programas com períodos de intervenções terapêuticas mais longos têm melhores resultados que os mais curtos, ao passo em que o estudo sugere período mais prolongado para realização da intervenção. Outrossim, se sugere que o público sensibilizado seja maior que o atendido, a fim de que não fiquem de fora profissionais que tem a Síndrome de Burnout.

## DISCUSSÃO

Os resultados apresentados pelos cinco trabalhos permitem observar um panorama geral de sinais, sintomas e sentimentos apresentados pelos bombeiros militares que coadunam para uma maior necessidade de atenção institucional sobre a prevenção e enfrentamento da Síndrome de Burnout nesta categoria. A exigência pelo desenvolvimento de um trabalho de excelência e de uma série de conhecimentos técnicos torna o profissional, por vezes, incapaz de lidar com todas as questões estressantes do seu ambiente laboral. Para Barbosa (2020), além dos conhecimentos exige-se desse profissional a capacidade de se colocar no lugar da vítima, através da postura de acolhimento, o que é chamado de “preocupação empática”. Por sua vez a profissão é uma das mais bem aceitas pela sociedade, o que traz algumas peculiaridades na execução e no atendimento.

Os estudos selecionados apontaram elementos característicos da profissão que figuram como fatores estressantes; indo desde escalas de trabalho, regime de folgas ou relações interpessoais. O estresse percebido foi compreendido como doença ou causador dela, ao passo em que a carga horária de trabalho e as demandas exaustivas no serviço foram apontadas como um estressor no estudo de Vicente, *et al.* (2013), que tanto sinalizam para o tempo em que o profissional dedica ao trabalho quanto o período insuficiente para descanso (48h). Os resultados corroboram os achados de Melo e Carlotto (2017), nos quais ambos apontam que a carga horária de trabalho representa sobrecarga. A questão do tempo foi abordada por Smith *et al.* (2017) num estudo que avalia como a pressão no trabalho (onde foram incluídas as demandas a serem atendidas durante o horário de serviço), estresse percebido pelo profissional e o conflito trabalho-família de bombeiros do sudeste dos Estados Unidos como um elemento de pressão no trabalho, que submete o bombeiro a sofrimento e redução da sua saúde psicológica.

Vicente *et al.* (2013) apontaram que o trabalho influencia diretamente as relações familiares, em razão do profissional ser incapaz de separar os sentimentos vividos durante o serviço do seu ambiente familiar e social, referindo a perda de sensibilidade ou frieza emocional como um dano percebido pelos profissionais. Para Smith *et al.* (2017) seu principal achado no estudo foi que o estresse no trabalho, bem como o conflito trabalho-família tem relação positiva determinante para a Síndrome de Burnout, ao passo em que a redução da pressão sobre o tempo, a maior qualidade nas relações sociais e melhores definições sobre o papel a ser desempenhado podem ser positivos tanto para reduzir os elementos do estresse quanto nos conflitos relacionados ao trabalho/família.

O próprio exercício da atividade exige do bombeiro militar desprendimento e equilíbrio emocional, além de atenção e concentração, tanto nas rotinas administrativas quanto nas de cunho operacional que podem ser muitas vezes extenuantes sob o aspecto físico e emocional. Apesar das exigências laborais, os autores Melo e Carlotto (2016) apontam uma baixa prevalência de SB na população estudada (2,3%) e média elevada de ilusão pelo trabalho (3,44), associando a este última um fator de proteção em relação à SB. Santos *et al.* (2018) não encontraram casos de SB na população estudada. Já um estudo de Lopes *et al.* (2020) que buscou avaliar suporte social e a qualidade de vida no trabalho (QVT) de bombeiros militares na Paraíba apontou que 9,9% tinham sintomas de Burnout. Para Barbosa (2020) o bem estar psíquico pode associado às vivências, tendo como *feedback* positivo as vidas salvas. Vara e Queirós (2009) estudaram a relação entre Burnout e a satisfação profissional de bombeiros portugueses e também identificaram um elevado grau de satisfação com o trabalho (65%), assinalando, no entanto, que essa elevada proporção de bem-estar no trabalho e o percentual baixo da Síndrome de Burnout encontrado no estudo não isentam o bombeiro de desenvolver a Síndrome. Os resultados obtidos por Lopes *et al.* (2020) coadunam com os achados anteriores, indicando que o bem-estar psíquico dos bombeiros está preservado na amostra estudada e relacionam o fato às vivências prazerosas, como a sensação de poder salvar vidas.

No tocante à escolaridade, Melo e Carlotto (2016) observaram que houve associação com o nível de atividade desempenhada. O desgaste psíquico estaria associado ao tipo de exigência ao profissional, notadamente quando esta é maior junto às equipes e o comando da instituição. Entende-se que o desempenho dessa atividade provoca um maior distanciamento da atividade de atendimento à sociedade, objetivamente afastando o bombeiro dos fatores primordiais que o levaram à escolha da profissão. Vinnikov *et al.* observaram, ao analisar as dimensões do Burnout em bombeiros, que a referida Síndrome é significativamente mais frequente em cargos de chefia, sobretudo os gerentes de departamento. Para Melo e Carlotto (2017), em sua pesquisa de intervenção, os membros da corporação em posições de chefia são um desafio, demonstrando que a intervenção terapêutica pode ser determinante, preparando-os para melhor lidarem com suas equipes.

Problemas relacionados ao sono foram apontados pelos bombeiros como dano emocional por 47,62% dos entrevistados no estudo de Vicente *et al.* (2013). Já Salvador *et al.* (2017) concluíram que o sono não é constante entre os bombeiros militares do APH do Rio de Janeiro, pois eles vivem em contínuo estado de alerta durante o serviço, o que pode desencadear um estresse linear durante o trabalho. A amostra estudada por Santos *et al.*

(2018) apontou a insônia como um problema que frequentemente está presente na saúde dos militares.

Em um estudo que avaliou, dentre outras coisas, a relação entre trabalho e distúrbios relacionados ao sono em 303 bombeiros, Dyal *et al.* apontaram que cerca de 51,2% da amostra estudada apresentou alterações no padrão de sono, o que pode desencadear, como sinaliza o estudo, o sofrimento psíquico. Rodrigues *et al.* avalia que um sono de baixa qualidade pode implicar diretamente sobre a capacidade do bombeiro militar em responder às emergências com segurança, ao passo em que comprometem o atendimento das solicitações de socorro do seu cliente, que é a própria sociedade. Para Smith *et al.* (2017) é sugestivo que sejam estudada e avaliada a saúde do sono dos bombeiros, visto que se constitui num elemento importante que impacta diretamente sobre a saúde, requerendo intervenções que impactem positivamente sobre o comportamento, reduzindo o estresse e esgotamento relacionados à atividade laboral.

No que tange às situações vivenciadas durante a atividade de socorro e atendimento às emergências, o bombeiro, por vezes, se depara com o sofrimento da vítima, com situações extremas de dor ou morte onde tem que tomar decisões e agir de modo a atender o chamado com eficiência e eficácia. O estudo de Vicente *et al.* 2013 sinaliza que ocorrências envolvendo crianças, pessoas machucadas, pessoas em perigo ou pedindo socorro ou ainda quando o bombeiro tem que lidar diretamente com a dor do outro ou a morte são elementos estressores da atividade, corroborando assim com o resultado apontado pelo estudo de Melo e Carlotto (2017).

Sobre o tempo de serviço prestado pelo profissional na carreira houve divergência entre o resultado dos estudos selecionados e outras literaturas. Para Santos *et al.* (2018) o maior tempo de serviço pressupõe uma maior proteção contra o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, compreendendo que um menor tempo de serviço prestado suscitibiliza o profissional ao desenvolvimento da Síndrome, o que é contraposto pelo estudo de Mendonça (2020), que analisou o tempo de serviço de exercício da atividade de bombeiro (TEAB) e a Síndrome de Burnout e concluiu que não há relação entre o tempo de exercício da atividade e o desenvolvimento da SB.

Outros elementos podem ser considerados estressores ou predisponentes da Síndrome de Burnout, mas podem estar diretamente relacionados a amostra escolhida e podem não ser associados a todos os bombeiros que em outras regiões desenvolvem a mesma atividade. O estudo de Pereira *et al.* (2017) aponta como elementos estressores a execução de atribuições que outrora pertenciam ao SAMU, a sobrecarga de trabalho advinda do acúmulo

das atribuições deste outro serviço de atendimento a emergência, o desgaste entre a equipe de resgate e os hospitais na entrega da vítima, o gerenciamento inadequado da central de regulação. Estes elementos podem não ser compartilhados por todas as equipes de atendimento pré-hospitalar de outros Corpos de Bombeiros. A escassez de estudos com essa população impede definir se os elementos apontados pela amostra coadunam com de outras amostras em populações similares.

Apesar da Síndrome de Burnout estar relacionada ao ambiente de trabalho e envolver a relação com pares e estrutura institucional, observou-se que as respostas aos elementos, bem como os impactos trazidos por eles são individuais e cada bombeiro utiliza mecanismos escolhidos por eles para lidar com cada situação. No entanto, apesar de terem sido identificadas por de Melo e Carlotto (2016) e de Melo e Carlotto (2017) que as estratégias de enfrentamento sejam as mais eficientes e eficazes para prevenção ou redução dos níveis de estresse e consequente desenvolvimento da Síndrome de Burnout, de Melo e Carlotto (2016) sinalizam que o *coping* de evitação (esquiva) além de ser o mais utilizado não resolve a questão. Araujo *et al.* (2019) corroboram com os achados anteriores, sugerindo a necessidade de utilizar estratégias de prevenção e enfrentamento da Síndromen de Burnout, assim como aquelas que reduzam o estresse no ambiente de trabalho.

Sobre o percentual de bombeiros que se afastam em razão do desenvolvimento da Síndrome de Burnout os estudos não apresentaram dados que pudessem relacionar a doença o absenteísmo ano ambiente de trabalho. Apesar de discutirem sinais e sintomas e efeitos dos agentes estressores sobre o bombeiro militar não houve informações que tratasse o volume de afastamento decorrente do desenvolvimento da SB ou de militares sob acompanhamento, que permitissem um olhar mais detalhado sobre os impactos da SB sobre a atividade bombeiro militar, consequentemente sobre a prestação de serviço à comunidade.

Outro dado importante que não esteve presente nos estudos foi a rede de apoio. Apesar da necessidade de intervenção e de medidas de apoio, os estudos não demonstraram se as populações estudadas dispunham de rede de apoio interna ou externa que acompanhassem ou estabelecessem medidas de prevenção ou enfrentamento dos agentes estressores no ambiente de trabalho, melhoria das relações sociais e terapêutica adequada no enfrentamento da Síndrome de Burnout.

Em relação à intervenção realizada no estudo de Melo e Carlotto (2017) foi sugerida tanto a formalização da atividade na instituição, a fim de incluir o maior número de militares, bem como a ampliação do tempo dispensado para intervenção, por entenderem que cinco

meses era mais adequado, mantendo assim de forma prolongada a atividade terapêutica e permitindo a requalificação constante dos conhecimentos para o enfrentamento e prevenção da SB. Araujo *et al.* (2019), aponta, como estudo anterior, que faz-se necessário que sejam estabelecidas estratégias de prevenção e enfrentamento e outras voltadas à saúde mental dos profissionais bombeiro militar.

## CONCLUSÃO

Foram observadas convergências nos estudos apresentados, atinentes aos fatores estressores identificados no Apêndice B, o que denota que a realidade da população em estudo é comum a bombeiros militares em diferentes estados, ao passo em que suscita que estes fatores são elementos importantes a serem corrigidos por estratégias que reduzam os efeitos da Síndrome de Burnout sobre a categoria. No tocante à prevalência de adoecimento houve divergência nos estudos selecionados, bem como variação das amostras populacionais, o que permite sugerir que estudos mais aprofundados sejam realizados, com um número de participantes nas pesquisas mais significativo, a fim de que os resultados apresentados e as estratégias terapêuticas possam ser generalizadas para todo território nacional.

Observou-se que há necessidade de realização de novos estudos para avaliar com maior precisão as características clínicas e riscos associados ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout entre os bombeiros militares, visto que os sinais e sintomas não foram bem delimitados pelos estudos selecionados. A importância da rede de apoio foi observada quando os estudos apontaram a estratégia de enfrentamento como a melhor alternativa para prevenção ou terapêutica, no entanto não foram identificadas estruturas de suporte e atendimento que viabilizem o enfrentamento do estresse ocupacional ou da Síndrome já estabelecida.

Por fim, os estudos não detalharam a relação entre o absenteísmo e a SB, não sendo possível conhecer o quanto da população estudada deixa de desempenhar suas funções por conta do processo de adoecimento. Assim sugere-se a inclusão nas pesquisas vindouras do levantamento e compreensão do impacto dos afastamentos desses profissionais por conta da SB.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, R. J. DA S., MORAES, M. R. DE A., SOBRAL, J. P. C. P., SEABRA, L. DE C. S. R. Síndrome de Burnout em bombeiros militares. Artigo original. *Enfermagem Brasil* v. 18 n. 1 (2019). Disponível em:

<https://www.portalatlanticaeditora.com.br/index.php/enfermagembrasil/issue/view/EB%20v18n1>

BAPTISTA, M. N.; MORAIS, P. R.; CARMO, N, C.; SOUZA, G, O.; CUNHA, A. F. (2005); Avaliação de Depressão, Síndrome de *Burnout* e Qualidade de Vida em Bombeiros. *Psicologia Argumento*, 23 (42), 47-54.

COIMBRA, M. A. R., FERREIRA, L. A., ARAÚJO, A. P. A., & PEDROSA, L. A. K. (2020). SOFRIMENTO PSICOLÓGICO NO TRABALHO DE BOMBEIROS: REVISÃO INTEGRATIVA. *Revista Multidisciplinar Em Saúde*, 1(3), 79. Recuperado de <https://editoraime.com.br/revistas/index.php/rem/s/article/view/455>

FREUDENBERGER, H. J. Staff burnout. *Journal of Social Issues*, v. 30, p. 159-165, 1974.

FREUDENBERGER, H. J.; Richelson, G. L'Épuisement professionnel: la brûlure interne. Tradução Marc Pelletier. Ottawa, ON: Gaëtan Morin, 1987.

GOMES, V. N., FERREIRA, L. A.; REZENDE, M. P.; CARDOSO, R. J.; ZUFFI, F. B. Percepção do estresse ocupacional por bombeiros militares de uma cidade do interior de Minas Gerais / Percepción del estrés ocupacional por bomberos militares de una ciudad del interior de Minas Gerais / Perception of occupational stress by military firefighters from a city in the countryside of Minas Gerais. *Rev. Pesqui. (Univ. Fed. Estado Rio J., Online)* ; 5(3): 75-84, jul.-set. 2013. Artigo em Inglês, Português | LILACS, BDENF - Enfermagem | ID: lil-683550

JARRUCHE, L. T. e MUCCI, S. Síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa. *Revista Bioética* [online]. 2021, v. 29, n. 1 [Acessado 12 Setembro 2021] , pp. 162-173. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1983-80422021291456>>. Epub 26 Abr 2021. ISSN 1983-8034. <https://doi.org/10.1590/1983-80422021291456>.

LOPES, H. L.; BARBOSA, S. da C. Qualidade de Vida Profissional: o que mantém o bem-estar psíquico de bombeiros?. *Rev. Psicol., Organ. Trab., Brasília* , v. 20, n. 2, p. 1002-1010, jun. 2020 . Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1984-66572020000200006&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572020000200006&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 17 mar. 2022. <http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2020.2.18277>

MASLACH, C. and JACKSON, S.E. (1981), The measurement of experienced burnout. *J. Organiz. Behav.*, 2: 99-113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>

MELO, L. P. de; CARLOTTO, M. S. Programa de prevenção para manejo de estresse e Síndrome de Burnout para bombeiros: Relato de experiência de uma intervenção. *Estud. psicol. (Natal)*, Natal , v. 22, n. 1, p. 99-108, mar. 2017 . Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-294X2017000100011&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2017000100011&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 20 mar. 2022. <http://dx.doi.org/10.22491/1678-4669.20170011>.

\_\_\_\_\_. Prevalência e Preditores de *Burnout* em Bombeiros. *Psicol., Ciênc. Prof. (Impr.)* 36 (3)Jul-Sep 2016. <https://doi.org/10.1590/1982-3703001572014>

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *ICD-11 Reference Guide*. Genebra: OMS, 2019b. Disponível em inglês em: <https://icd.who.int/icd11refguide/en/index.html>.9 Acesso em 15 de março de 2022.

PEREIRA, S. de S. et al. INTERVENING VARIABLES OF BURNOUT IN HEALTH PROFESSIONALS OF EMERGENCY SERVICES. *Texto & Contexto - Enfermagem* [online]. 2021, v. 30 [Acessado 12 Setembro 2021], e20190245. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2019-0245>>. Epub 07 Abr 2021. ISSN 1980-265X. <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2019-0245>.

SALVADOR, R. dos S.; P.; SILVA, B. A. de S. de A.; LISBOA, M. T. L. Estresse da equipe de enfermagem do corpo de bombeiros no Atendimento Pré-Hospitalar Móvel. **Pesquisa** • Esc. Anna Nery 17 (2) • Jun 2013 • <https://doi.org/10.1590/S1414-814520130002000>

SANTOS, L. N. DOS; ASCARI, T. T.; CLODOALDO, A. DE; ASCARI, R. A. Avaliação do risco para a síndrome de burnout em bombeiros militares / Evaluación del riesgo para síndrome de burnout en bomberos militares / Risk assessment for burnout syndrome in military firefighters. *Cogit. Enferm. (Online)* ; 23(3): e55031, 2018. Tab. Artigo em Português | LILACS, BDENF - Enfermagem | ID: biblio-984260

SMITH, T. D., DEJOY, D. M., DYAL, M.-A. (Aimee), & Huang, G. (2017). *Impact of work pressure, work stress and work-family conflict on firefighter burnout*. *Archives of Environmental & Occupational Health*, 1–8. doi:10.1080/19338244.2017.13957

VIEIRA, I - CONCEITO(S) DE BURNOUT: QUESTÕES ATUAIS DA PESQUISA E A CONTRIBUIÇÃO DA CLÍNICA. I Rev. bras. saúde ocup. 35 (122) Dez 2010

VINNIKOV, D., TULEKOV, Z., AKYLZHANOV, A. et al. Idade e duração do trabalho não predizem burnout em bombeiros. *BMC Saúde Pública* 19, 308 (2019). <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6643-2>.