

SÍNDROME DE BURNOUT EM DIFERENTES ÁREAS PROFISSIONAIS E SEUS EFEITOS

Ágnes Karolyne da Silva Souza¹
Anderson Leandro Maria²

Resumo

Sendo hoje reconhecida como um risco ocupacional, ou seja, uma doença profissional, a síndrome de burnout tem se desenvolvido e manifestado em diversas áreas profissionais, com prevalência maior naquelas que atuam assistindo pessoas e que envolvem cuidados, como: a saúde, educação, segurança pública (policiais) e outros. Seu acometimento provém de sobrecarga física ou mental e estresse excessivo, relacionados ao trabalho, compreendendo exaustão emocional, distanciamento das relações pessoais e diminuição do sentimento de realização pessoal. O objetivo deste artigo foi realizar uma revisão bibliográfica verificando a ocorrência nas diversas áreas profissionais da síndrome de burnout e seus efeitos. Para tanto o método de pesquisa utilizado foi feito com base de dados das seguintes bibliotecas virtuais: Scielo, pepsic.bvsalud.org, novafisio, fisiobuzios, reinpec, bvsms.saude.gov.br, repositorioufpa, repositoriopucrs, dspace.bc.uepb. anpad. De acordo com os resultados desse estudo, ficou em evidencia que ainda há carência de pesquisas em algumas áreas profissionais. Isto demonstra que é essencial e necessário obter um conhecimento mais sólido e aprofundado, sobre a manifestação da burnout; a fim de ter uma melhor compreensão para elucidação deste mal. Assim conclui-se ser necessário seu reconhecimento, para que surjam ações de políticas públicas direcionadas para a manutenção da saúde e bem-estar laboral.

Palavras-Chave: Estresse; Síndrome do Esgotamento; Esgotamento Profissional.

Abstract

Recognized, nowadays as an occupational risk, or an occupational disease, the burnout syndrome has been developed and manifested in several professional areas, with more prevalence in those who work watching people, which involves care, such as: health, education, public security (police) and others. Its involvement comes from physical or mental overload and excessive stress, related to work, including emotional exhaustion, detachment from personal relationships and reduced sense of personal accomplishment. The aim of this paper was to conduct a bibliographic review verifying the occurrence of burnout syndrome in several professional areas and its effects. Therefore, the research method used was through virtual libraries database: Scielo. According to the results of this study, it was evident that there is still a lack of research

¹ Graduanda do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Luterano de Ji-Paraná (CEULJI/ULBRA). E-mail: karol_bb2@hotmail.com

² Professor Especialista do Curso de Educação Física do Centro Universitário Luterano de Ji-Paraná (CEULJI/ULBRA). E-mail: andersonlemari@gmail.com

in some professional areas and that it is necessary to get a deeper and solid knowledge about the manifestation of burnout in order to have a better understanding for elucidation of this evil. So, we conclude that it is necessary its recognition to arise public policy actions aimed at maintaining health and labor welfare.

Keywords: Stress; Exhaustion syndrome; Professional burnout.

INTRODUÇÃO

A síndrome de burnout, também conhecida como síndrome do esgotamento profissional, atualmente tem sido vista como um grande problema psicossocial que também pode se desencadear por problemas interpessoais no âmbito laboral, atingindo com mais frequência os profissionais da área da saúde, educação, segurança pública e etc. Esse termo se refere ao nível devastador de estresse, sendo a junção de “burn” (queima) e “out” (exterior, fora) que em um jargão popular em inglês, significa àquilo que deixou de funcionar por absoluta falta de energia. Esse termo foi utilizado em 1974, por Freudenberger, descrevendo o mesmo como um sentimento de fracasso e exaustão causada por um excessivo desgaste de energia e recursos. Em português, numa tradução mais direta, se refere a algo como “perder o fogo”, “perder energia” ou “queimar para fora”, para apresentar uma síndrome através da qual o trabalhador não vê mais sentido na sua relação com o trabalho, de forma que já não importam mais fazer qualquer esforço, pois tudo já lhe parece ser inútil. O indivíduo deixa de investir em seu trabalho e nas relações afetivas que dele decorrem e, aparentemente torna-se incapaz de se envolver emocionalmente com o mesmo, portanto entram em burnout ao se sentirem incapazes de investir afetivamente em seu trabalho. ^{1, 2}

Herbert Freudenberger foi um médico psicanalista que começou a observar as pessoas que trabalhavam com ele, e percebeu que viviam fases graduais de desgaste no humor e desmotivação, começando aí estudos para identificar qual era a origem. No ano de 1975 e 1977, complementou-os com a inclusão dos comportamentos de fadiga, depressão, irritação, aborrecimento, sobrecarga de trabalho, rigidez e inflexibilidade. ³

Como já foi afirmado, à síndrome de burnout é desencadeada por um processo prolongado de níveis de estresse que ocorre quando os métodos de seu enfrentamento falharam ou foram insuficientes. Sendo seu surgimento paulatino

cumulativo, seu incremento é progressivo em severidade, não sendo percebido pelo indivíduo, que geralmente se recusa a acreditar estar acontecendo algo de errado com ele. Muitas vezes seus sintomas podem ser confundidos com estresse ou depressão.

4,1

As primeiras pesquisas sobre a síndrome de burnout foram resultados de outros estudos que avaliavam as emoções e a maneira de como as pessoas as administravam. Elas foram desenvolvidas em profissionais, cujo, a natureza de trabalho necessitava manter contato direto, frequente e emocional com outras pessoas.

Definido como um fenômeno multidimensional, a síndrome de burnout é formada por três dimensões específicas: exaustão emocional, despersonalização e diminuição do sentimento de realização profissional no trabalho. A exaustão emocional compreende a falta de esperança, sentimento de solidão, irritação, tristeza, raiva, pessimismo, cansaço emocional, físico e mental. O profissional sente que não tem mais a capacidade de assistir (ajudar) as pessoas e enorme sensação de esgotamento. A despersonalização é a perda do sentimento de que estamos lidando com outro ser humano, prevalecendo assim o cinismo e a crítica exacerbada em relação a tudo (pessoas e ambiente de trabalho), ou seja, o profissional age com indiferença em frente ao sofrimento de outrem. Já a diminuição do sentimento de realização profissional no trabalho, compreende em uma sensação de impotência em alcançar a realização de seus objetivos e a perda do valor do que já foi alcançado.⁵

Os sintomas desta síndrome se agrupam em algumas áreas: psicossomática, conduta, emocional, de defesa, falta de energia e entusiasmo, desinteresse pelos alunos, percepção de frustração e desmotivação, alto absenteísmo, desejo de trocar de posto de trabalho constituem, no trabalhador docente, algumas das manifestações desta doença. Influenciam também, na produção e qualidade do serviço prestado, além de aumentar o absenteísmo (faltas ou ausências no trabalho) provocando desorganização e a sobre carga neste ambiente.^{6,7}

Atualmente a burnout é considerada um agravo de cunho psicossocial que afeta o ambiente de trabalho, devido suas implicações na vida dos profissionais acometidos por ele.^{8,9}

Embora a síndrome de burnout já seja reconhecida como doença na Classificação Internacional das Doenças nº 10 (CID-10), com o código Z-73.0, e contemplada no Decreto nº3048 de 06 de maio de 1999 do Ministério da Previdência

e Assistência Social do Brasil (Diário Oficial da União 12.05.99 – nº89), que apresenta, na Lista B do Regulamento da Previdência, a Nova Lista de Doenças Profissionais e Relacionadas ao Trabalho (Ministério da Saúde, 1999), sua dimensão e caracterização específica são pouco conhecidas. Partindo desse pressuposto é importante conhecer os fatores que estão associados a esta síndrome no sentido de amenizar as possíveis consequências causadas por esse mal. ¹⁰

A organização do serviço onde o sujeito está inserido assim como o próprio ambiente de trabalho e as suas características têm um papel importante no bem-estar e desempenho do profissional. A comunicação, a participação ativa na própria organização e em tomadas de decisões, autonomia, a existência de supervisões disponíveis e a sua relação com os subordinados, são algumas das variáveis das estruturas organizativas, que podem condicionar o aparecimento da burnout. ⁵

Por meio de pesquisas teórica e empírica, alguns estudos se dedicam a detectar as variáveis que são responsáveis pelo desencadeamento da síndrome de burnout. A maior parte das evidências detectadas sobre o assunto sugere que os fatores ambientais, especialmente as características do ambiente do trabalho, estão fortemente relacionados à burnout do que os fatores interpessoais, como as variáveis demográficas e de personalidade. Desse modo, ambientes de trabalho que se caracterizam por elevados níveis de conflitos de papéis são mais difíceis e desagradáveis para se trabalhar, exigindo muito esforço do trabalhador, levando-o a um maior desgaste. ^{11,12}

Em 1978 Christina Maslach e Susan Jackson, elaboraram um instrumento visando avaliar a incidência da síndrome de burnout, o chamado Maslach Burnout Inventory (MBI). Esse instrumento foi aplicado inicialmente em enfermeiros, pois, Maslach & Jackson consideravam essa profissão com mais predisposição à síndrome.

¹³

O conceito da burnout se concretizou a partir da elaboração do MBI, pois a definição da síndrome que é mais aceita nos dias de hoje é resultado da análise fatorial desse instrumento que é composto de 22 questões de múltipla escolha, em que o indivíduo deve responder indicando a frequência com a qual ocorre a questão sugerida. ^{14,15}

Segundo Lima ¹³ o inventário (MBI) passou por longo processo de validação em vários países, inclusive no Brasil. Nos dias atuais esse instrumento tem sido muito utilizado por diversas profissões com o intuito de avaliar como os profissionais

vivenciam seus trabalhos. Ela ainda cita que, Maurício Robayo Tomayo, fez em 1997 uma versão adaptada, com a mesma quantidade de perguntas (22) e 05 opções de resposta (escala Likert de 1 a 5), que englobam os três aspectos fundamentais da síndrome. O cansaço emocional é avaliado por nove itens (1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16 e 20), a despersonalização por cinco questões (5, 10, 11, 15 e 22) e a realização pessoal por oito (4, 7, 9, 12, 17, 18, 19 e 21). Ele fez sua aplicação e validou o inventário aqui no Brasil. O Inventário avalia a frequência e a intensidade dos sentimentos e a literatura assegura a fidedignidade do instrumento na determinação da síndrome.

Com base em Carlotto e Câmara ¹⁶ “o diagnóstico, a avaliação e a importância da entrevista associada ao instrumento para identificação da síndrome, facilitam o entendimento das diversas facetas do fenômeno. ”

Dentro desse contexto, este estudo se propõe a verificar a ocorrência da síndrome de burnout e seus efeitos, nas diversas áreas profissionais.

MÉTODOS

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão bibliográfica de caráter exploratório/ descritivo, utilizando como fonte de pesquisa as seguintes bibliotecas virtuais: Scielo, pepsic.bvsalud.org, novafisio, fisiobuzios, reinpec, bvsms.saude.gov.br, repositorioufpa, repositoriopucrs, dspace.bc.uepb, anpad. A pesquisa foi realizada nos meses de março, abril e maio de 2016, utilizando como palavras chave: Estresse; Síndrome do Esgotamento; Esgotamento Profissional; com publicações datadas de 1987 a 2015. Foram excluídos todos os artigos que não fizeram parte do tema.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Em qualquer atividade profissional pode se desencadear a síndrome de burnout, mas as profissões que são mais afetadas por ela são as que mantêm contato direto e constante assistindo pessoas, como: professores, médicos, enfermeiros, psicólogos, policiais, bombeiros. Destarte, desde o século passado ela vem acometendo os trabalhadores, continuando até hoje, o que resulta em transformações no processo de trabalho. Essas transformações repercutem nas relações sociais do trabalho, afetando a saúde do trabalhador. ^{2, 5,17,18,19}

Segundo Carlotto e Palazzo¹⁸ “a burnout em professores afeta o ambiente educacional e interfere na obtenção dos objetivos pedagógicos, o que por sua vez, leva esses profissionais a um processo de alienação, desumanização e apatia, ocasionando problemas de saúde, absenteísmo e a vontade de abandonar a profissão.” Dentro do trabalho docente, atualmente, estão presentes alguns aspectos que são potencialmente estressores, como baixos salários, escassez de recursos e materiais didáticos, classes superlotadas, tensão na relação com alunos, excesso de carga horária, inexpressiva participação nas políticas e no planejamento institucional.

20

Bastos e Gondim²¹ conceituam que nos últimos anos, a psicologia tem passado por significativas mudanças, as quais provocaram substituição do modelo clínico de atendimento de intervenção na ênfase social. Isso facilitou a inserção dos profissionais em contextos de promoção da saúde, nos âmbitos público e privado, com mais de um vínculo de trabalho e em várias áreas da psicologia. Seu desenvolvimento prático se destaca pelo quesito emocional intenso, o que demanda uma carga de trabalho, além de física, também emocional, considerando o contato direto com pessoas que se encontram em sofrimento. Cotidianamente as pessoas lidam com eventos estressantes, mas, na prática da psicologia, independentemente do campo de atuação, esse é um componente intrínseco à profissão, derivado das necessidades de ordem psicoafetivas. Ocorre assim um maior volume de preocupações chegando a um aumento considerável de estresse ocupacional, tornando uma categoria vulnerável e com mais predisposição ao risco de adoecer.²²

Dentro da área da segurança pública que tem a responsabilidade de manter a preservação da ordem e gerar segurança para a sociedade, o policial militar trabalha em prol do coletivo, mesmo que venha gerar riscos para si. A vida na caserna (quartel) se fundamenta por dois pilares que são: Hierarquia e a Disciplina; e se caracteriza por normas e princípios de conduta. A responsabilidade e demanda diante dessa função é grande, pois enfrentam diariamente algumas adversidades e ambientes perigosos, insalubres, lidam com vários conflitos complexos, cuja violência, em sua maioria prevalece. Fora esses fatores externos que são estimuladores à predisposição a síndrome, existem outros que são internos no qual cito: clima ruim entre pares, sobrecarga de serviço (ocasionado por falta de efetivo), tarefas repetitivas, medo de punição ou perda da farda (demissão), alegria ou desafio de uma promoção,

competição entre pares, regras de trabalho contraditórias, todas essas situações são geradores de um grande desgaste emocional. ^{23, 24}

Apesar dos aspectos já descritos acima, Aguiar²⁵ diz que é relevante também, considerar que a sociedade espera e cobra, dos profissionais que atuam na área da segurança pública, que seja promovida à segurança com eficiência em suas ações, independente das consequências provocadas pelo estresse que os comprometem em sua ação de maneira afetiva e emocionalmente.

De acordo com Codo e Vasques², “esse esgotamento é representado pela situação na qual os trabalhadores, mesmo querendo, percebem que já não podem dar mais de si afetivamente. É uma situação de total esgotamento da energia física ou mental”.

Já os fisioterapeutas por estabelecerem relações com os seus pacientes, durante um período de tempo relativamente longo, são sérios candidatos a apresentarem tal síndrome. Eles veem os seus desejos e as suas expectativas em relação ao tratamento dos seus doentes serem defraudados por um excessivo número de pacientes e um excessivo papel burocrático. Embora os fisioterapeutas não sejam os profissionais que apresentam níveis de stress e burnout mais elevados, são profissionais com características muito específicas e com problemas ocupacionais que não devem ser ignorados. ^{26, 27}

Peduzzi e Alselmi²⁸ relatam que o enfermeiro é responsável pelo gerenciamento e cuidado da unidade, os técnicos e auxiliares de enfermagem pelo cuidado direto ao cliente. Desta forma, há uma cisão entre os momentos de concepção e execução do cuidado. A área da enfermagem enfrenta uma sobrecarga tanto quantitativa evidenciada pela responsabilidade por mais de um setor hospitalar, quanto qualitativa verificada na complexidade das relações humanas, por exemplo, enfermeiro/cliente, enfermeiro/profissional de saúde; enfermeiro/familiares. Os enfermeiros cuidam de clientes e familiares e, às vezes, pelas contingências do cotidiano, se esquecem de se preocupar com sua qualidade de vida, em especial com sua saúde. Neste contexto, destaca-se a dupla jornada de trabalho, vivenciada por grande parte destes profissionais, que de certa forma, acaba por favorecer a diminuição do tempo dedicado ao autocuidado e ao lazer, potencializando o cansaço e, conseqüentemente, gerando o estresse. ²⁹

Sendo assim, a síndrome de burnout se desenvolve pela relação de três dimensões características que são: a exaustão emocional, a despersonalização e a

diminuição do sentimento de realização profissional. A exaustão emocional é um sentimento muito forte de tensão que produz uma sensação de esgotamento, de falta de energia e de recursos emocionais necessários para lidar com as rotinas da prática profissional e representa o núcleo da síndrome.

A despersonalização é o resultado do desenvolvimento de sentimentos e atitudes negativas, ceticismo, insensibilidade e despreocupação em relação a outras pessoas, por vezes indiferentes e cínicas em torno daqueles que entram em contato direto. O vínculo afetivo é substituído por um racional. Podemos entender a despersonalização como a perda do sentimento de que estamos lidando com outro ser humano. É um estado psíquico em que prevalece o cinismo ou dissimulação afetiva, a crítica exacerbada a tudo as demais pessoas e ao meio ambiente – integração social.²

Já a diminuição da realização profissional afeta as habilidades interpessoais relacionadas à prática profissional, que influi diretamente na forma de atendimento e contato com os usuários, bem como com a organização de trabalho.

Maslach e Leiter⁵ dizem que é provável que a burnout ocorra sempre que existir desequilíbrio entre a natureza do trabalho e a natureza da pessoa que faz o trabalho.

Paganini³⁰ diz que não são apenas as implicações a nível pessoal que preocupam, mas também as repercussões que podem surgir no local de trabalho com aumento do absentismo, rotatividade de pessoal, desgaste e outros comportamentos de afastamento profissional. Todos estes fatos afetam a qualidade dos serviços prestados.

Devido à semelhança de sintomas, a burnout pode ser facilmente confundida com outros transtornos mentais, como a depressão, ficando em evidencia a importância de se estabelecer um adequado diagnóstico diferencial. Nesse sentido, aponta-se a necessidade de esclarecer ao trabalhador sobre os sintomas e efeitos da síndrome de burnout. Tal medida deve voltar-se para a prevenção e reabilitação evitando a associação com comorbidades. Cabe destacar que o diagnóstico deve incluir entrevistas clínicas, contemplando todas as suas dimensões e outros métodos de avaliação psicológica.^{31, 32, 33,34}

Martins³⁵ ressalta que fica evidente que há relevância profissional e científica em se fazer mais pesquisas pra que seja usado como sinal de alerta aos profissionais, sobre a importância de identificar os fatores de risco que os torna suscetíveis a esta patologia que geralmente por não conhecerem os sinais e sintomas da burnout podem

colaborar para o agravamento da doença, colocando em risco a vida e a qualidade de vida destes profissionais, que estão inseridos na sociedade.

CONCLUSÃO

A síndrome de burnout surge como mais um problema psicossocial que tem afetado muitos profissionais em diversas áreas laborais como: os professores, enfermeiros, psicólogos, fisioterapeutas, policiais e outras, gerando preocupação não somente no âmbito das entidades governamentais, mas em empresas e sindicatos de nosso país (Brasil), devido às severas consequências, individuais e organizacionais, que a síndrome apresenta em especial pelo fato de intervir nas relações interpessoais.

Através da junção de três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e a diminuição da realização profissional, que se relacionam e são independentes uma da outra, desenvolve-se a síndrome. A exaustão emocional desencadeia a falta de entusiasmo e esgotamento de recurso; a despersonalização é a perda do sentimento, o profissional age com indiferença em frente ao sofrimento de outrem. Já a diminuição do sentimento de realização profissional no trabalho, compreende em uma sensação de impotência em alcançar a realização de seus objetivos e a perda do valor do que já foi alcançado.

De acordo com os resultados desse estudo, ficou em evidencia a carência de pesquisas que ainda há em algumas áreas profissionais e que a necessidade de se obter um conhecimento mais aprofundado e sólido sobre a manifestação do burnout, é essencial, a fim de ter uma melhor compreensão para elucidação e controle deste mal.

REFERÊNCIAS

1. França, HH. A síndrome de “burnout”. Revista Brasileira de Medicina; 1987.
2. Codo, W.; Vasques, MI. O que é burnout? Em: Codo, W. (Org.), Educação: Carinho e trabalho. Rio de Janeiro. Editora: Vozes, p. 237-255, 1999.
3. Tomazela, N.; Grolla, PP. Síndrome de burnout. 5º Simpósio de Ensino de Graduação; 23-25 out 2007; Piracicaba (SP); 5º Mostra Acadêmica Unimep.
4. Jacque, MG. Saúde mental e trabalho. Petrópolis (RJ): Vozes; 2002.

5. Maslach, CP. & Leiter, PM. Fonte de prazer ou desgaste? guia para vencer o estresse na empresa. Campinas: Papirus, 1999.
6. Santos, AFO.; Cardoso, CL. Profissionais de saúde mental: manifestação de stress e burnout. Est de Psi, Campinas, v. 27, n. 1, p. 67-74 jan-mar, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010366X2010000100008&script=sci_abstract&tlng=pt>
7. Moreira, HR.; et al. Qualidade de vida no trabalho e síndrome de burnout em professores de educação física do estado do Rio Grande do Sul, Brasil. Rev Bras de Ativid Fís & Saúde, v. 14, n. 2, 2009. Disponível em: <http://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/RBAFS/article/viewFile/763/772>>.
8. Campos, JADB.; et al. Síndrome de burnout em graduandos de odontologia. Rev. bras. Epidemiol., São Paulo, v. 15, n. 1, mar., 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-790X2012000100014&script=sci_arttext>.
9. Carlotto, MS.; et al. Prevalência e factores associados à síndrome de burnout nos professores de ensino especial. Anal psicológica, Lisboa v. 30, n. 3, jul, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.oces.mctes.pt/scielo.php?pid=S0870-82312012000200005&script=sci_arttext&tlng=pt>.
10. Rodriguez, SYS. Bournout em psicólogos: prevalência e fatores associados. Tese de Doutorado realizada no Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2015.
11. Benevides-Pereira, AMT. A saúde mental dos profissionais de saúde mental. Maringá: Eduem, 2001.
12. Leiter, PM. & Maslach, C. The impacto interpersonal environment on burnout and organizational commitment. Journal of Organizational Behavior, 9, 297-308, 1988.
13. Lima, CF; Oliveira JA.; Silva, ES.; Emerito, AP. Avaliação psicométrica do maslach burnout inventory em profissionais de enfermagem. EnGPR, Curitiba, 2009.
14. Gil-Monte, PR.; Peiró, JM. Desgaste psíquico em el trabajo: el síndrome de quemarse. Madrid: Editorial Síteses, 1997.
15. Andrade, T. et al. Suporte social no trabalho e síndrome de *burnout*: a percepção dos profissionais de enfermagem de hospitais públicos e privados.

- In: Encontro da Associação Nacional de Pós-Graduação em Administração, Anais. São Paulo: ANPAD, 2009.
16. Carlotto, MS.; Câmara, SG. Síndrome de burnout: uma doença do trabalho na sociedade de bem-estar. Aletheia, Canoas, n.25, jun, 2007. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1413-03942007000100016&script=sci_arttext>.
 17. Benevides-Pereira, AMT. Burnout: o processo do adoecer pelo trabalho. Em: Benevides-Pereira, A.M. T.(org.). Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. São Paulo: Casa do Psicólogo, P.21-91, 2002.
 18. Carlotto, MS.; Palazzo, LS. Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 22, n. 5, p. 1017-1026, mai, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v22n5/14.pdf>>.
 19. Murofurose, TN.; Abranches, SS.& Napoleão, AA. Reflexões sobre estresse e *burnout* e a relação com a enfermagem. Rev. Latino-am Enfermagem, n.13, mar./abr. 2005.
 20. Mazon, V.; Carlotto, M. S.; Câmara, S. Síndrome de burnout e estratégias de enfrentamento em professores. Arq. bras. psicol., Rio de Janeiro, v. 60, n. 1, abr., 2008. Disponível em:<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S180952672008000100006&script=sci_arttext>
 21. Bastos, AVB.; e Gondim, SMG. A pesquisa nacional do psicólogo no Brasil: caracterização geral e procedimentos metodológicos. In A. V. B. Bastos & S. M. G. Gondim (Orgs.), O Trabalho do Psicólogo no Brasil (pp. 4445-451). Porto Alegre: Artmed, 2011.
 22. Jacques, MDG.; Borges, LDO.; Heloani, R., & Cassiolato, R. Saúde/Doença no trabalho do psicólogo: a síndrome de burnout. In A. V. B. Bastos & S. M. G. Gondim (Orgs.), O Trabalho do Psicólogo no Brasi. (pp. 338-358). Porto Alegre: Artmed, 2011.
 23. Brasil. Presidência da República. Constituição: República Federativa do Brasil de 1988. Brasília (DF): Centro Gráfico do Senado Federal; 1988.
 24. Rondônia. Regulamento Disciplinar da Polícia Militar. RDPM (R-9-PM); 2008.

25. Aguiar, F.L.S. Estresse ocupacional: contribuições das pirâmides coloridas de pfister no contexto policial militar, p. 94. Dissertação [Mestrado em Psicologia] - Universidade Federal do Pará, Belém/PA, 2007.
26. Marinho, ACN. Síndrome de burnout: implicações na vida profissional do fisioterapeuta, Artigo Científico [Doutorado em Ciências da Saúde] UFRN, 2012.
27. Sousa, JPF. O impacto do stress ocupacional no bem estar físico e emocional dos fisioterapeutas Fisionet Jornal. Disponível em:
<http://www.fisiopraxis.pt/fnj/out98.html>.
28. Peduzzi, M.; Anselm, IML. O processo de trabalho de enfermagem: a cisão entre planejamento e execução do cuidado. Revista Brasileira de Enfermagem, Brasília, v. 55 n.7, p. 392-398, 2002.
29. Alves, ACGC. Estresse e o trabalho do enfermeiro: uma revisão bibliográfica. Monografia (Especialização em Gestão de Sistemas e Serviços de Saúde) – Departamento de Saúde Coletiva, Centro de Pesquisas Ageu Magalhães, Fundação Oswaldo Cruz, Recife, 2011.
30. Paganini, DD. Síndrome de burnout, Monografia de Pós-Graduação, UNESC, Criciúma/SC, julho, 2011.
31. Batista, JBV.; Carlotto, MS.; Coutinho, AS. e Augusto, LGS. Síndrome de burnout: confronto entre o conhecimento médico e a realidade das fichas médicas. Psicologia em Estudo ,16(3), 429-435, 2011, doi: 10.1590/S1413-73722011000300010.
32. Gil-Monte, PR. The influence of guilt on the relationship between burnout and de-pression. European Psychologist , 17(3), 231-236, 2012, doi: 10.1027/1016-9040/a000096.
33. Diehl, L. Síndrome de burnout. indicadores para a construção de um diagnóstico. Psic. Clin., Rio de Janeiro, vol. 27, n. 2, p. 161-179, 2015.
34. Schaufeli, BW.; Leiter, MP. & Maslach, C. O burnout: 35 years of research and practice. Career Development International , 14(3), 204-220,2009, doi: 10.1108/136204309109 66406.
35. Martins, DAP. Fatores de risco para síndrome de burnout nos integrantes do grupo de operações especiais – GOE do 2º Batalhão da Polícia Militar de Jí-Paraná/RO. Ceulji/ULBRA, 2015.