

ENTREVISTA COM NILSON ROGÉRIO DA SILVA: SOBRE A SÍNDROME DE BURNOUT

INTERVIEW WITH NILSON ROGÉRIO DA SILVA: ABOUT BURNOUT SYNDROME

Entrevistador: Daniel Mateus de Barros Cervera, Graduando em Psicologia pela Faculdade de Ciências e Letras “Universidade Estadual Paulista” – UNESP, Campus de Assis/SP. Bolsista de Iniciação Científica PIBIC/CNPq

Entrevistado: Prof Dr Nilson Rogério da Silva, Terapeuta Ocupacional formado na UFSCar, Mestre em Engenharia de Produção pela UFSCar, Doutor em Educação Especial pela Universidade Federal de São Carlos. O Entrevistado possui Pós-Doutorado pela Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo USP, é Professor no Curso de Terapia Ocupacional da UNESP, Campus de Marília e Livre-Docência em Terapia Ocupacional em Saúde do Trabalhador e é Docente junto ao Programa de Pós-Graduação em Educação da Unesp Campus de Marília. Líder do Grupo de Pesquisa: Trabalho, Saúde e Deficiência - CNPq

Resumo: Nesta entrevista o Prof Doutor Nilson Rogério da Silva apresenta sua trajetória acadêmica até seus estudos acerca da Síndrome de Burnout (SB) e discute o respectivo tema. São tratados no decorrer da entrevista tópicos como a compreensão científica da SB na atualidade, os fatores de risco para seu desenvolvimento, os impactos da SB na saúde do trabalhador, formas de manejo e prevenção.

Palavras-Chave: Síndrome de Burnout; Saúde do Trabalhador; Psicologia.

Abstract: In this interview, Professor Dr. Nilson Rogério da Silva presents his academic trajectory up to his studies on Burnout Syndrome (BS) and discusses the respective topic. Topics discussed during the interview include the current scientific understanding of BS, risk factors for its development, the impacts of BS on worker health, and methods of management and prevention.

Keywords: Burnout Syndrome; Worker's health; Psychology.

Resumen: En esta entrevista, el profesor Nilson Rogério da Silva presenta su trayectoria académica hasta sus estudios sobre el Síndrome de Burnout (SB) y discute el tema respectivo. Durante la entrevista se discuten temas como el conocimiento científico del SB en la actualidad, los factores de riesgo para su desarrollo, los impactos del SB en la salud de los trabajadores, formas de gestión y prevención.

Palabras Clave: Síndrome de burnout; Salud del trabajador; Psicología.

ENTREVISTA

CERVERA, D. M. de B.: Comente sobre sua trajetória acadêmica e seus estudos referentes a Síndrome de Burnout.

SILVA, N. R. : Sou Terapeuta Ocupacional formado pela Universidade Federal de São Carlos – UFSCar, com mestrado na Engenharia de Produção também da UFSCar onde enfatizei a Ergonomia. Desde a graduação tive interesse sobre a temática de saúde do trabalhador, seja do ponto de vista físico, mas também para a saúde mental, por que entendo indissociável essa relação no trabalho. Ingressei no Doutorado em 2006 e iniciei os estudos sobre burnout em professores do ensino fundamental, comparando indicadores de burnout em ensino regular e especial, e assim desde então tenho estudado professores em diferentes níveis de ensino, em profissionais da saúde.

111

CERVERA, D. M. de B.: Conceitue Síndrome de Burnout.

SILVA, N. R. : O burnout é um estresse crônico circunscrito ao trabalho, resultado de um conjunto de fatores que compreende desde aspectos pessoais, o que não quer dizer que isso seja culpa do trabalhador, o trabalho é doente e não o trabalhador. Além disso, tem os aspectos organizacionais, cujas metas de produção e cobrança por produtividade são cada vez maiores, exigindo do trabalhador esforços e um ritmo de trabalho intenso que resulta em sobrecarga física e mental. Os limites do trabalhador não são respeitados, e as exigências levam à exaustão emocional. Com essa dimensão ativa, a literatura aponta que é porta aberta para as demais dimensões, onde ocorre a baixa realização profissional com questionamento das próprias capacidades e por uma despersonalização que é o afastamento afetivo da atividade profissional. O burnout atinge trabalhadores engajados, responsáveis e dedicados, mas que sucumbem ante as pressões.

CERVERA, D. M. de B.: Quais são os principais fatores de risco para o desenvolvimento do Burnout?

SILVA, N. R. : Características pessoais (perfeccionismo, histórico de problemas emocionais), baixo repertório de habilidades sociais, aspectos organizacionais (metas de produção e controle, ritmo de trabalho acelerado, trabalho competitivo), falta de clareza nas atribuições, imprevisibilidade das ações, incertezas, horas extras, falta ou insuficiência de descanso e lazer, falta de reconhecimento pessoal (seja financeiro ou não).

CERVERA, D. M. de B.: Como a Síndrome de Burnout impacta a saúde mental do trabalhador e sua vida?

SILVA, N. R. : Além do cansaço físico motivado pela exaustão, cujos impactos podem resultar em surgimento de doenças ou impulsionar doenças já existentes, problemas relacionais no trabalho e em casa, irritabilidade, humor oscilante, aumento do consumo de bebidas alcoólicas, cigarro e até drogas ilícitas, insônia, problemas na memória e na libido.

CERVERA, D. M. de B.: Qual o papel das políticas públicas na prevenção do Burnout?

SILVA, N. R.: Um grande problema ainda é o reconhecimento da doença, pois não se trata apenas do esgotamento profissional, sendo essa uma das dimensões. Há ainda uma dificuldade dos profissionais médicos em elaborar o diagnóstico do burnout, muitas vezes sendo diagnosticadas as comorbidades como episódios de depressão, transtornos de ansiedade, por exemplo. Deveria haver políticas de prevenção e promoção da saúde do trabalhador e não apenas o acesso aos serviços de saúde. Colocar em prática as políticas nacionais de saúde do trabalhador.

CERVERA, D. M. de B.: Como pode ser realizada a prevenção da Síndrome de Burnout?

SILVA, N. R.: Entendo que a abordagem requer uma atuação multiprofissional. Na resposta do indivíduo: desenvolver no trabalhador estratégias adaptativas de enfrentamento das situações estressantes, sem considerar os fatores do contexto do trabalho; No contexto ocupacional: entende o *stress* como uma consequência negativa do contexto ocupacional e foca as ações para a mudança de aspectos relativos à organização, ambiente e clima organizacional; Na interação do contexto ocupacional e do indivíduo: entende que os problemas decorrem da interação entre a relação do sujeito e o contexto laboral e busca intervir sobre as condições de trabalho, a percepção dos trabalhadores e as formas de enfrentamento das situações estressantes.

Entrevista apresentada em: 03/09/2023

Aprovada em: 09/10/2023

Versão final apresentada em: 16 /10 /2023