

**Titulo:** Estudo da associação entre *Burnout* e Saúde Mental em enfermeiros

**Autor:** Luís Sá, Professor Auxiliar, Instituto de Ciências da Saúde, Universidade Católica Portuguesa, Porto

**Introdução:** O *burnout* ocorre na sequência de um período prolongado no tempo a uma carga elevada de stress ocupacional crónico. É comum nos profissionais de ajuda (enfermeiros, psicólogos, assistentes sociais e outros). É um conceito multidimensional que inclui exaustão emocional elevada, sentimentos de despersonalização e diminuição da realização pessoal. As consequências do *burnout* reflectem-se em custos para o indivíduo, para a organização (faltas por doença, diminuição da produtividade e da qualidade dos serviços) e para as famílias e sociedade (constante mudança de local de trabalho, insatisfação e disfunções sociais graves).

**Objectivos:** Esta investigação teve como objectivo o estudo da associação entre *burnout* e saúde mental, com base num estudo de natureza predominantemente quantitativa, do tipo analítico e correlacional.

**Material e métodos:** A amostra foi constituída por 416 enfermeiros provenientes das áreas de Oncologia, Saúde Mental e Psiquiatria, um Hospital Geral e alunos de cursos de Especialização em Enfermagem. Os dados foram recolhidos por questionário de auto-preenchimento, formado por três partes: caracterização sócio-demográfica; versão portuguesa do *Maslach Burnout Inventory* (MBI-HSS) e a versão portuguesa do *General Health Questionnaire* (GHQ-28).

**Resultados:** Os casos de *burnout* elevado estão associados a insatisfação no trabalho, intenção de abandono do emprego e saúde mental. Os casos de pior saúde mental estão associados a insatisfação no trabalho, intenção de abandono do emprego, assédio moral e *burnout*.

A exaustão emocional é a variável que mais contribui para o aumento dos valores de saúde mental, contribuindo, quando introduzida no modelo de regressão, com cerca de 20% para a sua variabilidade.

**Discussão/Conclusão:** Os profissionais que reúnem critérios para se considerarem em situação de *burnout* apresentam uma pior saúde mental.