

Mini
Ebook

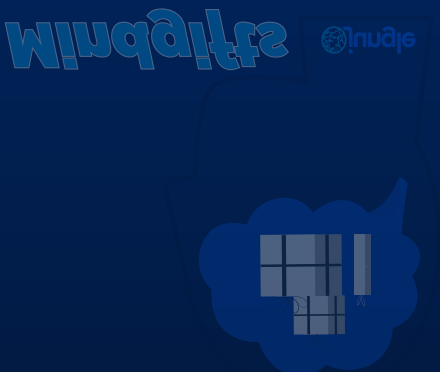


O que você precisa
saber sobre

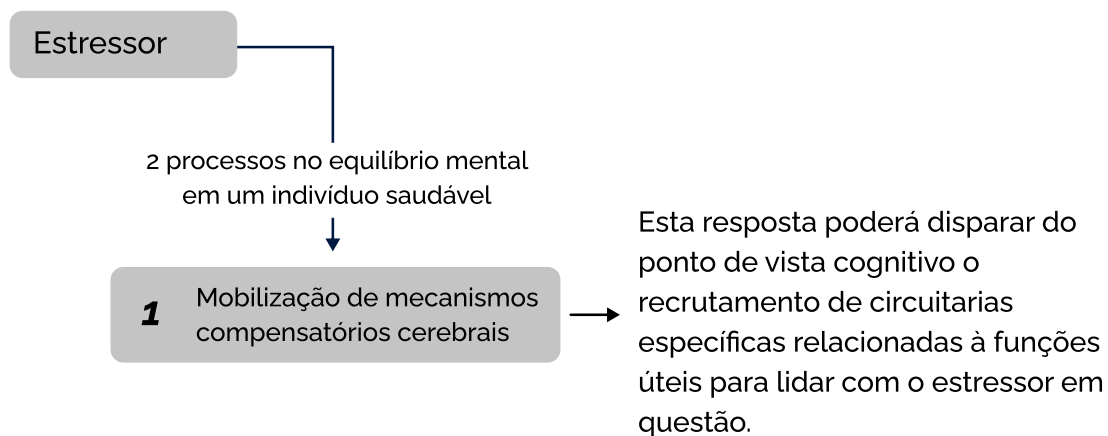
BURNOUT

saber sobre
O que você precisa

Ebook
Mini



Como nosso cérebro lida com os estressores do cotidiano



Estas áreas cerebrais estão relacionadas a mecanismos de interesse como, por exemplo, com a função executiva, planejamento e pragmatismo como é o caso do córtex prefrontal dorsolateral.

Esta resposta é adaptativa e visa à resolução ou diminuição do impacto do agente estressor no indivíduo.

Na verdade, estudos de neuroimagem demonstraram que pacientes em fase adaptativa frente a estressores apresentam alterações corticais funcionais reversíveis, i.e, modificações da atividade de circuitarias cerebrais de modo adaptativo e na vigência da ação de um determinado estressor externo.

Neste contexto podemos situar o burnout na fase final deste momento adaptativo cerebral onde o organismo lança mão de recursos endógenos para se adaptar a um estressor. Esta resposta, apesar de adaptativa, pode em maior ou menor grau, já dar espaço a disfunções progressivas, que se apresentarão fenotipicamente dentro da dimensão dos sintomas característicos do burnout.

Cerca de 32% dos mais de 100 milhões de trabalhadores brasileiros sofrem com a Síndrome de burnout, segundo estimativa da International Stress Management Association no Brasil (ISMA-BR).

A proporção é semelhante à do Reino Unido, onde um a cada três habitantes (mais de 20 milhões de pessoas) enfrenta o problema. Mesmo na Alemanha, conhecida por ter carga horária reduzida entre os países desenvolvidos, cerca de 2,7 milhões de pessoas (8% da força de trabalho) apresentam sinais da Síndrome de burnout. Nos Estados Unidos, a estimativa é de cerca de 27%.

A Síndrome de burnout é um problema mundial, que, segundo especialistas, aumenta a cada ano e causa muitos danos à saúde e à economia.

Alguns dados sobre o burnout:

- A primeira publicação sobre a Síndrome de burnout no Brasil ocorreu em 1987, na Revista Brasileira de Medicina, pelo médico cardiologista Hudson Hubner França.
- O primeiro livro sobre o tema, em idioma português, comercializado no Brasil, foi a tradução de uma obra de Maslach & Leiter (1999).
- No mesmo ano, baseado em extensa pesquisa efetuada em nível nacional, Codo coordenou um livro que contempla um estudo sobre Burnout em educadores da rede pública de ensino, e Vieira, Guimarães & Martins discutiram sobre o estresse ocupacional de enfermeiros em livro organizado por Guimarães & Grubits.
- A partir da década de 90, com intensificação após 2001, têm-se multiplicado os estudos e artigos científicos sobre o Burnout no Brasil, assim como grupos de pesquisa nos meios acadêmicos.

O Decreto n. 3.048, de 06 de maio de 1999, em seu anexo II, que trata sobre agentes patogênicos causadores de doenças profissionais ou do trabalho, inseriu na lista B, a síndrome de burnout, na parte que trata dos transtornos mentais e do comportamento relacionados com o trabalho.

Mas onde se situa então essa prevalente condição comum no ambiente de trabalho?

Uma metanálise recente (Danhof-Pont et al., 2011) chamou a atenção para essa questão e não identificou marcadores biológicos periféricos como marcadores inflamatórios ou outros em pacientes em burnout, reforçando esta hipótese onde a síndrome que caracteriza o burnout deva ocorrer dentro de um continuum entre uma resposta adaptativa e uma eventual disfunção cerebral. Uma vez esgotados os mecanismos cerebrais adaptativos frente a um determinado estressor, havendo manutenção do agente estressor, consolidam-se, juntamente com a vulnerabilidade genética individual, os mecanismos *sine qua non* para o desenvolvimento dos transtornos mentais. Desta maneira, podemos hipotetizar que os agentes estressores serão tão mais capazes de desencadear transtornos mentais, quanto menos resilientes forem nossos recursos adaptativos e quanto maior for nossa predisposição genética para aquela doença em questão.

Em outras palavras, deve-se prestar atenção à noção de que sintomas psicopatológicos estão conectados através de uma miríade de mecanismos biológicos, psicológicos e sociais. Estes mecanismos atuarão em conjunto na etiopatogênese dos transtornos mentais, num processo contínuo entre mecanismos adaptativos até processos disfuncionais: uma linha imensurável e indivisível entre o saudável e o patológico.

Mini
Ebook



O que você precisa
saber sobre

BURNOUT

O que você
achou desse
conteúdo?

Acesse o QR Code ao
lado para deixar seu
feedback

