

Ansiedade, *Engagement* e *Burnout* em enfermeiros

Cristina Queirós¹, Elisabete Borges², Margarida Abreu³

¹Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, CPUP, Portugal, cqueiros@fpce.up.pt

²Escola Superior de Enfermagem do Porto, CINTESIS, Portugal, elisabete@esenf.pt

³Escola Superior de Enfermagem do Porto, CINTESIS, Portugal, mabreu@esenf.pt

Resumo: Os enfermeiros trabalham em contextos emocionalmente exigentes, onde o stress ocupacional crónico conduz ao *burnout* e à desmotivação, constituindo a ansiedade um fator de risco para o stress e desinvestimento profissional. Pretendem-se identificar, em enfermeiros portugueses, os níveis de ansiedade, *burnout* e *engagement* e sua inter-relação. Foi realizado um estudo quantitativo, exploratório, descritivo, correlacional e transversal, utilizando um questionário de caracterização sociodemográfica/profissional, o *State-Trait Anxiety Inventory*, o *Maslach Burnout Inventory* e a *Utrecht Work Engagement Scale*. Participaram, voluntária e anonimamente 343 enfermeiros portugueses, encontrando-se 55% sem *burnout*, 36% com *burnout* moderado e 9% já com *burnout* elevado. Existem moderada exaustão emocional, baixa despersonalização e moderada/elevadas realização pessoal, vigor, dedicação e absorção, sendo baixas/moderadas a ansiedade estado e traço. O *burnout* e a ansiedade traço diminuem com o aumento da experiência profissional e o *burnout* é explicado por 37% do *engagement*, 10% da ansiedade e 7% das variáveis sociodemográficas/profissionais. Estes dados confirmam estudos nos quais a ansiedade como traço individual é um fator de vulnerabilidade para o *burnout*, embora fatores organizacionais como o turno rotativo também influenciem. Assim, a prevenção do *burnout* deve incluir o *engagement*, valorizar a dedicação dos enfermeiros e incluir a análise de características individuais como a ansiedade traço.

Palavras-Chave: Ansiedade; *burnout*; *engagement*; Estudo correlacional.

1. Introdução

Nos últimos anos tem-se assistido a um aumento das perturbações da ansiedade não só nos jovens, mas também nos adultos, que, quando presentes em trabalhadores adultos afetam o seu bem-estar, mas também o seu desempenho profissional (Trifiletti, Pedrazza, Berlanda, & Pyszczyński, 2017). Ora, os enfermeiros exercem a sua atividade em contextos emocionalmente exigentes, onde o stress ocupacional crónico conduz ao *burnout* e à desmotivação (Marques-Pinto, Jesus, Mendes, Fronteira, & Roberto, 2018). O *burnout* tem sido considerado uma doença dos tempos modernos, quase com características de epidemia (Alkaersig, Kensbock, & Lomberg, 2018; Bakhamis, Paul, Smith, & Coustasse, 2019; Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001; Weber & Jaekel-Reinhard, 2000), sendo frequentemente estudado nos enfermeiros (Gonçalves, Fontes, Simões, & Gomes, 2019; Grochowska, Kubik, Romanowska, & Lebica, 2018; Li, Cheng, & Zhu, 2018; Monsalve-Reyes *et al.*, 2018; Pradas-Hernández *et al.*, 2018). Além disso, o *burnout* tem sido associado a fatores protetores como o *engagement* enquanto estado motivacional e de dedicação ao trabalho (Saito, Igarashi, Noguchi-Watanabe, Takai, & Yamamoto-Mitani, 2018) ou de vulnerabilidade como a ansiedade (Fuente-Solana *et al.*, 2019), a qual parece constituir um forte risco para o desinvestimento profissional e para uma gestão do stress menos adequada (Pérez-Fuente, Jurado, Martínez, & Linares, 2019; Polat, Kutlu, Ay, Purisa, & Erkan, 2018).

Este estudo pretende identificar os níveis de ansiedade, *burnout* e *engagement* e a inter-relação entre estas três variáveis em enfermeiros portugueses.

2. Metodologia

Estudo quantitativo, exploratório, descritivo, correlacional, transversal, utilizando um questionário de caracterização sociodemográfica/profissional, o *State-Trait Anxiety Inventory* (Spielberger, 1983; Santos & Silva, 1997), o *Maslach Burnout Inventory* (Maslach, Jackson, & Leiter, 1996; Marques-Pinto & Picado, 2011) e a *Utrecht Work Engagement Scale* (Schaufeli & Bakker, 2003; Marques-Pinto & Picado, 2011).

Após autorizações institucionais, participaram voluntaria e anonimamente, 343 enfermeiros portugueses, sendo 72% mulheres, com idade entre 22-60 anos ($M=34,4$), estando 67% a trabalhar em hospitais públicos (25% em centros de saúde e 8% em locais variados como lares de idosos, clínicas privadas, clubes, prisões, etc.), 66% em turno rotativo, tendo 69% vínculo definitivo e experiência profissional entre 1-36 anos ($M=11,5$).

A análise estatística foi efetuada com recurso ao programa IBM SPSS versão 25, para realizar análises descritivas, correlação R Pearson e regressão linear múltipla (método *Enter* e *Stepwise*).

3. Resultados

Considerando as categorias estipuladas por Maroco e colaboradores (2016) encontraram-se (Figura 1) 55% dos enfermeiros sem *burnout*, 36% com *burnout* moderado e 9% com *burnout* elevado.

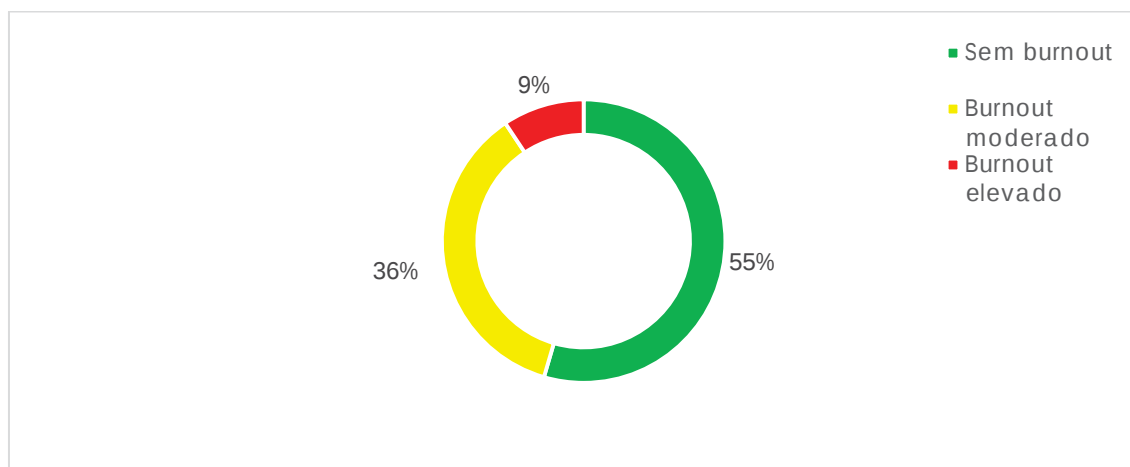


Figura 1: Distribuição por níveis de *burnout*

Analisando as dimensões do *burnout* e do *engagement*, os valores são moderados na exaustão emocional, baixos na despersonalização e moderados a elevados na realização pessoal, vigor, dedicação e absorção (Figura 2), enquanto a ansiedade estado e a ansiedade traço são baixas a moderadas (Figura 3).

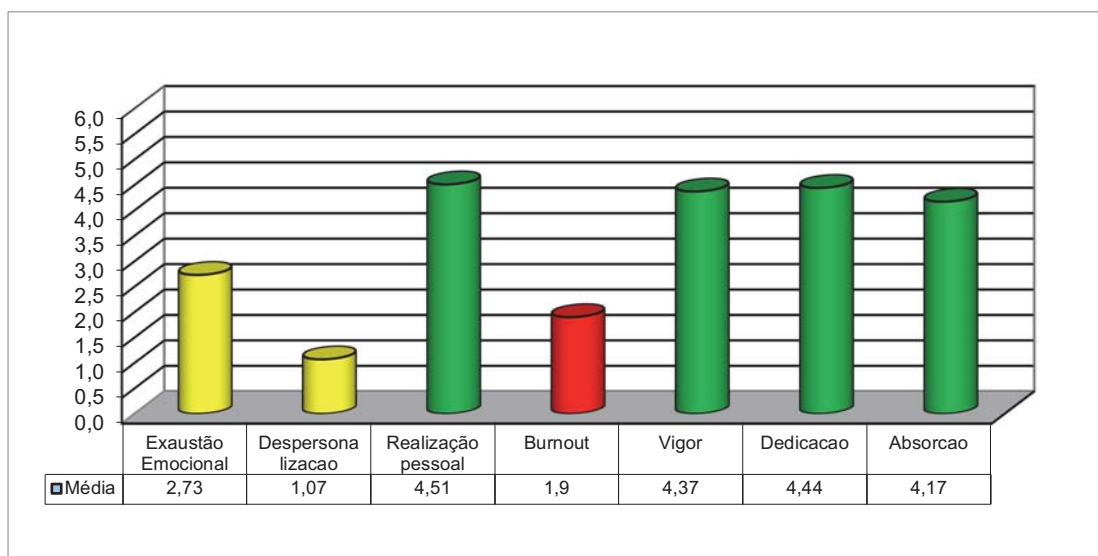


Figura 2: Médias das dimensões do *burnout* e do *engagement*

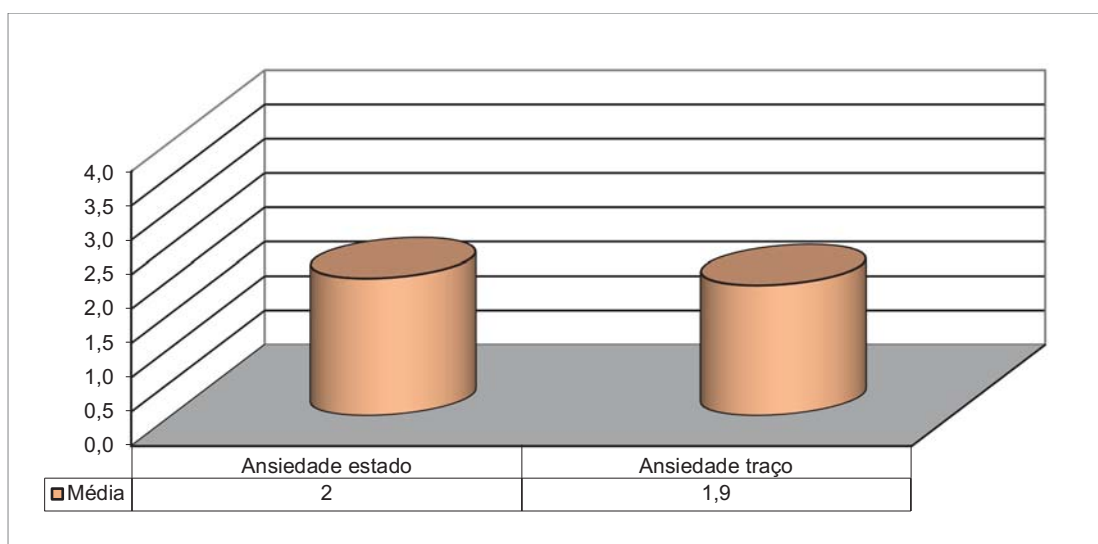


Figura 3: Médias das dimensões da ansiedade

A análise correlacional com recurso ao coeficiente R de Pearson revelou (Tabela 1) que a idade se correlaciona negativamente com a exaustão emocional, despersonalização e *burnout*, enquanto os anos de experiência profissional se correlacionam negativamente com a exaustão emocional, despersonalização, *burnout* e ansiedade traço. Para além das esperadas correlações internas em cada instrumento, encontraram-se também correlações positivas entre *engagement* e a dimensão do *burnout* realização pessoal, e negativas entre o *engagement* e a exaustão pessoal, despersonalização e *burnout*. A ansiedade correlaciona-se positivamente com a exaustão emocional, despersonalização e *burnout* e negativamente com a realização pessoal e todas as dimensões do *engagement*. A ansiedade traço apresenta correlações mais fortes do que a ansiedade estado.

Tabela 1: Correlações entre idade, anos de experiência, *burnout*, *engagement* e ansiedade

	Idade	Anos Experiência	1	2	3	4	5	6	7	8
1.Exaustão Emocional	-,104	-,139*								
2.Despersonalizacao	-,147*	-,196**	,443**							
3.Realização pessoal	,063	,094	-,271**	-,233**						
4. <i>Burnout</i>	-,134*	-,183**	,875**	,676**	-,624**					
5.Vigor	,084	,091	-,495**	-,231**	,500**	-,576**				
6.Dedicacao	,076	,083	-,496**	-,248**	,498**	-,581**	,839**			
7.Absorcao	,065	,066	-,359**	-,150**	,340**	-,404**	,732**	,751**		
8.Ansiedade estado	-,009	-,064	,469**	,227**	-,340**	,498**	-,366**	-,370**	-,211**	
9.Ansiedade traço	-,096	-,172**	,527**	,312**	-,344**	,562**	-,389**	-,404**	-,231**	,696**

Nota: * $p < .050$ ** $p < .010$

A análise de regressão múltipla através do modelo Enter e *Stepwise* (Tabela 2 e 3) revelou que o *burnout* é explicado por 7% das variáveis sociodemográficas e profissionais, 10% da ansiedade e 37% do *engagement*. Mais especificamente, o turno rotativo explica 4%, a dedicação 34%, o vigor 3%, a absorção 1%, a ansiedade traço 32% e a ansiedade estado 2%.

Tabela 2: Regressão múltipla (*Enter*) das variáveis sociodemográficas, *engagement* e ansiedade como predictoras do *burnout*

Variável dependente	Predictor	R square	R square change	F	p
<i>Burnout</i>	Sociodemograficas e profissionais	,072	,072	2,398	,012*
	<i>Engagement</i>	,443	,371	61,017	,000***
	Ansiedade	,540	,097	28,815	,000***

Note: * $p < .050$ ** $p < .010$ *** $p < .001$

Tabela 3: Regressão múltipla (*Stepwise*) das variáveis sociodemográficas, *engagement* e ansiedade como predictoras do *burnout*

Variável dependente	Predictor	R square	R square change	F	p	Beta	t	p
<i>Burnout</i>	Turno (rotativo)	,038	,038	11,208	,001***	,194	3,348	,001***
	Dedicacao	,337	,337	173,581	,000***	-,403	-4,741	,000***
	Vigor	,364	,026	14,012	,000***	-,352	-4,269	,000***
	Absorcao	,373	,010	5,354	,021*	,157	2,314	,021*
	Ansiedade traço	,316	,316	157,579	,000***	,419	6,811	,000***
	Ansiedade estado	,338	,022	11,196	,001***	,206	3,346	,001***

Note: * $p < .050$ ** $p < .010$ *** $p < .001$

4. Discussão

Apesar de terem sido encontrados apenas 9% dos enfermeiros com *burnout* elevado, o facto de nestes estudos ser frequente ocorrer o mito do trabalhador saudável (Shah, 2009), apenas participando os mais saudáveis pois os participantes exaustos já não têm força para aderir aos estudos, deve ser valorizada a existência desta percentagem que indica enfermeiros a exercer estando em sofrimento psicológico. Note-se que o *burnout* pode ter um papel mediador na empatia e na motivação dos enfermeiros (Dor, Mashiach Eizenberg, & Halperin, 2018), prejudicando não só a saúde individual/ocupacional do enfermeiro, mas também a qualidade dos cuidados prestados. A correlação negativa entre *burnout* e *engagement* está de acordo com a literatura clássica e mais recente (Marsollier, 2019; Maslach *et al.*, 2001; Schaufeli & Witte, 2017), sugerindo serem constructos associados, mas independentes, explicando o *engagement*

37% do *burnout*. Destacam-se os valores moderados a elevados no *engagement*, concordante com a literatura (Garcia-Serra, Fernandez-Castro, & Martinez-Zaragoza, 2017), com destaque para a dimensão dedicação que explica 34% do *burnout*. Relativamente à ansiedade, correlaciona-se positivamente com o *Burnout* e negativamente com *engagement*, dados concordantes com estudos (Alhakami & Baker, 2018; Pérez-Fuente *et al.*, 2019) nos quais a ansiedade, nomeadamente enquanto traço individual, é um fator de vulnerabilidade para o *burnout* (neste estudo explica 32%), embora fatores organizacionais como o turno rotativo também influenciem (Manzano-García & Ayala, 2017).

5. Principais conclusões

Os resultados encontrados merecem reflexão no âmbito da saúde ocupacional, pois permitem fazer a prevenção do *burnout* através do *engagement* reforçando a dedicação dos enfermeiros (Ashurst, 2018; Bodine, 2018) e tentando reduzir a intenção de abandonar a instituição ou profissão (Marques-Pinto *et al.*, 2018), mas também considerar a ansiedade-traço como fator de vulnerabilidade (Pérez-Fuente *et al.*, 2019). Além disso, tendo-se encontrado que a ansiedade traço se correlaciona mais fortemente com o *burnout* do que a ansiedade estado, sugerindo ser uma característica individual mais estável no tempo, e sendo cada vez mais frequentes os estudos sobre ansiedade nos estudantes do ensino superior e sua relação com o desempenho, motivação e stress (Palos, Maricutoiu, & Costea, 2019), as Escolas de Enfermagem poderiam investir em programas de gestão de stress e ansiedade nos seus estudantes, tal como tem sido efetuado na Universidade de Aveiro (Chaló, Pereira, Mateus, Batista, & Oliveira 2017). Desta forma, a saúde ocupacional e mental dos futuros profissionais de Enfermagem poderia ser promovida, prevenido o *burnout* e o desinvestimento laboral no futuro.

6. Referências bibliográficas

- Alhakami, I.Y., & Baker, O.G. (2018). Work motivation and self-rated anxiety: Nurses' perspectives. *Clinical Nursing Studies*, 6(4), 69. doi:10.5430/cns.v6n4p69
- Alkaersig, L., Kensbock, J., & Lomberg, C. (2018). The *Burnout* epidemic—how *Burnout* spreads across organizations. *Academy of Management Proceedings*, 2018(1), 14180. doi:10.5465/ambpp.2018.14180abstract
- Ashurst, A. (2018). Nurses must encourage effective *Engagement*. *Nursing and Residential Care*, 20(2), 114–115. doi:10.12968/nrec.2018.20.2.114
- Bakhamis, L., Paul, D. P., Smith, H., & Coustasse, A. (2019). Still an Epidemic. *The Health Care Manager*, 38(1), 3–10. doi:10.1097/hcm.0000000000000243
- Bodine, J. L. (2018). Preventing Preceptor *Burnout* Through *Engagement*. *Journal for Nurses in Professional Development*, 34(5), 290–292. doi:10.1097/nnd.0000000000000473
- Chaló, P., Pereira, A., Mateus, H., Batista, P., & Oliveira, C. (2017). Brief Biofeedback Intervention for Stress and Anxiety: a Study with Nursing College Students. *International Journal of Nursing*. doi:10.15640/ijn.v4n1a2
- Dor, A., Mashiach Eizenberg, M., & Halperin, O. (2018). Hospital Nurses in Comparison to Community Nurses: Motivation, Empathy, and the Mediating Role of *Burnout*. *Canadian Journal of Nursing Research*, print preview 084456211880926. doi:10.1177/0844562118809262
- Fuente-Solana, E., Cañadas, G., Ramirez-Baena, L., Gómez-Urquiza, J., Ariza, T., & Cañadas-De la Fuente, G. (2019). An Explanatory Model of Potential Changes in *Burnout* Diagnosis According to Personality Factors in Oncology Nurses. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(3), 312. doi:10.3390/ijerph16030312

- García-Sierra, R., Fernández-Castro, J., & Martínez-Zaragoza, F. (2017). *Engagement* of nurses in their profession. Qualitative study on *Engagement*. *Enfermería Clínica*, 27(3), 153–162. doi:10.1016/j.enfcl.2017.03.006
- Gonçalves, A., Fontes, L., Simões, C., & Gomes, A. R. (2019). Stress and *Burnout* in health professionals. In P. Arezes *et al.* (Eds.), *Occupational and environmental safety and health* (pp. 563-571). Cham: Springer. doi: 10.1007/978-3-030-14730-3_60.
- Grochowska, A., Kubik, B., Romanowska, U., & Lebica, M. (2018). *Burnout* among nurses. *Medical Studies*, 34(3), 189-195. doi:10.5114/ms.2018.78681
- Li, H., Cheng, B., & Zhu, X. P. (2018). Quantification of *Burnout* in emergency nurses: A systematic review and meta-analysis. *International Emergency Nursing*, 39, 46–54. doi:10.1016/j.ienj.2017.12.005
- Manzano-García, G., & Ayala, J.C. (2017). Insufficiently studied factors related to *Burnout* in nursing: Results from an e-Delphi study. *PLOS ONE*, 12(4), e0175352. doi:10.1371/journal.pone.0175352
- Maroco, J., Maroco, A.L., Leite, E., Bastos, C., Vazão, M.J., & Campos, J. (2016). *Burnout* em profissionais da saúde Portugueses: Uma análise a nível nacional. *Acta Médica Portuguesa*, 29(1), 24-30.
- Marques-Pinto, A., & Picado, L. (2011). *Adaptação e bem-estar nas escolas portuguesas: Dos alunos aos professores*. Lisboa: Coisas de Ler.
- Marques-Pinto, A., Jesus, É. H., Mendes, A. M. O. C., Fronteira, I., & Roberto, M. S. (2018). Nurses' intention to leave the organization: A mediation study of professional *Burnout* and *Engagement*. *Spanish Journal of Psychology*, 21. doi:10.1017/sjp.2018.30
- Marsollier, R. G. (2019). Análisis del modelo *Burnout-Engagement* en empleados públicos. *PSICOGENTE*, 22 (41), 1–18. doi:10.17081/psico.22.41.3311
- Maslach, C., Jackson, S.E., & Leiter, M.P. (1996). *Maslach Burnout inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job *Burnout*. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 397-422.
- Monsalve-Reyes, C. S., San Luis-Costas, C., Gómez-Urquiza, J. L., Albendín-García, L., Aguayo, R., & Cañadas-De la Fuente, G. A. (2018). *Burnout* syndrome and its prevalence in primary care nursing: A systematic review and meta-analysis. *BMC Family Practice*, 19(1). doi:10.1186/s12875-018-0748-z
- Paloş, R., Maricuţoiu, L. P., & Costea, I. (2019). Relations between academic performance, student *Engagement* and student *Burnout*: A cross-lagged analysis of a two-wave study. *Studies in Educational Evaluation*, 60, 199-204. doi:10.1016/j.stueduc.2019.01.005
- Pérez-Fuentes, M., Jurado, M.M., Martínez, A.M., & Linares, J.G. (2019). *Burnout* and *Engagement*: Personality Profiles in Nursing Professionals. *Journal of Clinical Medicine*, 8(3), 286. doi:10.3390/jcm8030286
- Polat, Ş., Kutlu, L., Ay, F., Purisa, S., & Erkan, H. A. (2018). Decision-making styles, anxiety levels, and critical thinking levels of nurses. *Japan Journal of Nursing Science*. doi:10.1111/jjns.12240
- Pradas-Hernández, L., Ariza, T., Gómez-Urquiza, J. L., Albendín-García, L., De la Fuente, E. I., & Cañadas-De la Fuente, G. A. (2018). Prevalence of *Burnout* in paediatric nurses: A systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE*, 13(4), e0195039. doi:10.1371/journal.pone.0195039
- Saito, Y., Igarashi, A., Noguchi-Watanabe, M., Takai, Y., & Yamamoto-Mitani, N. (2018). Work values and their association with *Burnout/work Engagement* among nurses in long-term care hospitals. *Journal of Nursing Management*, 26(4), 393–402. doi:10.1111/jonm.12550
- Santos, S. C. & Silva, D. R. (1997). Adaptação do State-Trait Anxiety Inventory (STAI) – Form Y para a população portuguesa: Primeiros dados. *Revista Portuguesa de Psicologia*, 32, 85-98.
- Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. (2003). *Test manual for the Utrecht Work Engagement Scale*. Utrecht: Utrecht University, Netherlands.

- Schaufeli, W., & Witte, H. (2017). Work *Engagement* in contrast to *Burnout*: Real or redundant? *Burnout Research*, 5, 1-2. doi: 10.1016/j.burn.2017.06.001
- Shah, D. (2009). Healthy worker effect phenomenon. *Indian Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 13(2), 77-79. doi: 10.4103/0019-5278.55123
- Spielberger, C. (1983). *State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto: Mind Garden.
- Trifiletti, E., Pedrazza, M., Berlanda, S. & Pyszczyński, T. (2017) *Burnout* disrupts anxiety buffer functioning among nurses: A three-way interaction model. *Frontiers in Psychology*, 8 (1362). doi: 10.3389/fpsyg.2017.01362
- Weber, A., & Jaekel-Reinhard, A. (2000). *Burnout* syndrome: A disease of modern societies? *Occupational Medicine*, 50(7), 512–517. doi:10.1093/occmed/50.7.512