

SÍNDROME DE BURN OUT

Perda do ardor profissional e relacional. Sensação de estar “acabado”. Sofrimento psíquico fruto do desgaste orgânico e psíquico.

BURN OUT decorre de silencioso e demorado processo

- **Constitui uma exaustão diante das “hétero” e das auto-agressões;**
- **Implica na perda da capacidade de realização.**
- **Leva a um quadro de perda das forças afetivas.**

SEGUNDO HERBERT FREUDENBERGER

envolve:

- **A) Necessidade de se afirmar (desempenho);**
- **B) Dedicção intensa (querer fazer tudo sozinho);**
- **C) Descaso com as próprias necessidades;**
- **D) Recalque dos conflitos;**
- **E) Negação dos problemas;**
- **F) Recolhimento com abuso de álcool e drogas;**

Envolve também:

- **G) Mudança de comportamento (de ativo para medo e delegação);**
- **H) Desvalorização da própria personalidade;**
- **J) Vazio Interior;**
- **L) Esgotamento profissional.**

EDELWICH y BRODSKI:

- **As fases de Sofrimento Psíquico envolvem quatro fases:**
- **A) Entusiasmo**
- **B) Estancamento**
- **C) Frustração**
- **D) Apatia**

Segundo PRICE y MURPHY há seis fases:

- **DESORIENTAÇÃO** (sente-se incapaz diante dos outros);
- **INSTABILIDADE EMOCIONAL** (não sente apoio em nada);
- **CULPABILIDADE** (comportamento frio e distante);
- **SOLIDÃO E TRISTEZA** (fortes traços de depressão, isolamento e somatizações);

Cont.:

- **SOLICITAÇÃO DE AJUDA (desejo de mudança);**
- **RESTABELECIMENTO DO EQUILÍBRIO.**
 - Esta síndrome implica, pois, em:
 - Esgotamento emocional (psíquico e intelectual e baixa auto-estima);
 - Somatização (cansaço, fadiga, dores, fibromialgias...);
 - Transtorno de comportamento (irritabilidade e distanciamento).