

SILVA, Lázara.
MACAÚBAS, Luana.
PAULINO, Victória.
RISSATTO, Pamela.

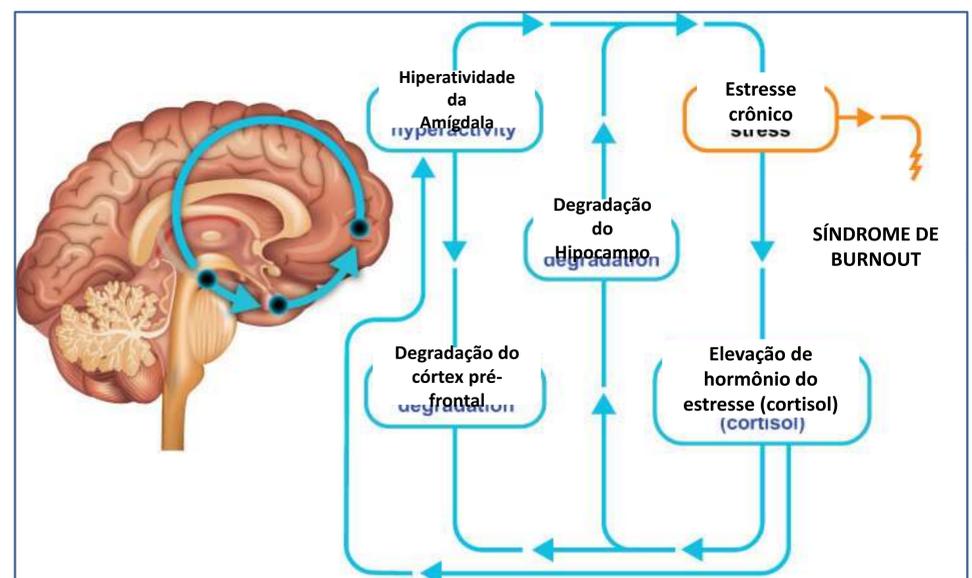
lazaracsilva@gmail.com
luanacmacaubas@gmail.com
psivicpaulino@gmail.com
pamelarissatto.psicologia@gmail.com

Acadêmico Curso de Psicologia
Acadêmico Curso de Psicologia
Acadêmico Curso de Psicologia
Docente Curso de Psicologia

INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout é um distúrbio emocional caracterizado pelo esgotamento físico, emocional e mental devido ao estresse crônico, particularmente em ambientes de trabalho. Esta condição surgiu na década de 1970, o termo "burnout", que pode ser traduzido como "queimar até a exaustão", reflete a sensação de estar fisicamente e emocionalmente drenado, frequentemente acompanhada por uma diminuição da realização pessoal. Na perspectiva da Neurociência, o Burnout é associado a alterações significativas na função cerebral, afetando áreas como o córtex pré-frontal, que está relacionado ao controle emocional e à tomada de decisão, e o hipocampo, crucial para o processamento de memória. A prevalência do Burnout tem aumentado globalmente, impulsionada por fatores como demandas excessivas, falta de controle sobre o trabalho e apoio social inadequado. A Síndrome de Burnout tem implicações significativas no desempenho corporativo, afetando tanto os indivíduos quanto as organizações como um todo. Compreender esta síndrome é essencial para desenvolver intervenções eficazes e promover ambientes de trabalho saudáveis.

A Neurociência assume um papel importante na identificação, avaliação e modificação do comportamento no contexto organizacional, quanto à compreensão das relações das estruturas cerebrais com os comportamentos adotados, podendo contribuir na provocação de comportamentos benéficos e na modificação de comportamentos prejudiciais (BEARD; WOLF, 2001; WIGHT et al., 2006).



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em suma, a Síndrome de Burnout não deve ser subestimada, nesse sentido é essencial que as organizações estejam atentas às necessidades de seus colaboradores e criem condições que favoreçam a saúde mental.

A utilização da Neurociência no ambiente corporativo proporciona uma melhor interpretação dos comportamentos, a nível neural, atuando na identificação e na modificação dos padrões cognitivos, que por sua vez, poderá atuar em comportamentos que beneficiam, e contribuir na redução de comportamentos prejudiciais. Ela surge como estratégia para entender os fatores que afetam o bem-estar e os comportamentos de seus colaboradores, conduzindo para um caminho preventivo e mais produtivo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

MAIA, Aline Passos; DAMASCENO, Mara Livia Moreira; MAIA, Raquel Passos. Neurociência e a Síndrome de Burnout. Fortaleza: Universidade de Fortaleza, 2022.

SOUZA, Gabriela Maia de. A NEUROCIÊNCIA E A SÍNDROME DE BURNOUT NO AMBIENTE CORPORATIVO. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, [S. l.], v. 8, n. 4, p. 1066–1090, 2022. https://www.researchgate.net/figure/Stress-responses-in-the-brain-In-response-to-chronic-stress-long-term-effects-of_fig4_370132959

DESENVOLVIMENTO

O estresse crônico ocorre devido sua ação prolongada, quando o hormônio do cortisol é liberado de forma contínua e elevada levam a degradação de estruturas cerebrais, como o Hipocampo, região envolvida com a memória, com as emoções, levando a falta de controle das próprias emoções, como o Córtex Pré-Frontal, responsável pelo planejamento e tomadas de decisões mais assertivas, e pela Amígdala, que gera sensações fisiológicas para a resolução de seus estressores, como resultado a resposta exacerbada ao estresse, que leva a um ciclo vicioso, podendo agravar a qualidade de vida do indivíduo e do ambiente organizacional.