



Confecção de vídeo educativo em síndrome de *Burnout* como ferramenta para educação em saúde

Making educational video in burnout syndrome as a tool for health education

Realización de un video educativo sobre el síndrome de *Burnout* como herramienta de educación para la salud

Gilvana Maria Vieira Xavier¹, Geraldo Magella Teixeira², Almira Alves dos Santos³

Universidade Estadual de Ciência da Saúde de Alagoas (UNCISAL), Maceió- AL, Brasil

Resumo

Intervenções educativas podem ser úteis para a prevenção da Síndrome de *Burnout*, pois propiciam melhor compreensão sobre a doença de maneira a contribuir para o desenvolvimento de melhores práticas em saúde de forma a atender as reais necessidades. O presente trabalho teve como objetivo descrever a metodologia de estruturação utilizada na confecção de um vídeo educativo enquanto ferramenta de educação em saúde, com o intuito de proporcionar a disseminação de informações sobre a Síndrome de *Burnout* para a população em geral, mas principalmente entre os trabalhadores. Para isso, se elegeu um estudo de elaboração de um recurso tecnológico educacional, do tipo pesquisa metodológica, que apresenta as etapas, os fundamentos e os métodos empregados no desenvolvimento do recurso educacional. O trabalho foi desenvolvido em seis etapas: escolha do tema; elaboração do roteiro; desenvolvimento do vídeo educativo pautado no método CTM3; apresentação na disciplina Recursos Educacionais do Mestrado Profissional Ensino em Saúde e Tecnologia da Universidade Estadual de Ciência da Saúde de Alagoas; validação *ad hoc* e inserção no repositório eduCapes. O vídeo produzido trouxe informações acerca do que é a doença, população atingida, sinais e sintomas e

¹ Mestranda do programa Profissional Ensino na Saúde e Tecnologia pela Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas. ORCID id: <https://orcid.org/0000-0002-4348-8320>. E-mail: gilvanavxavier@gmail.com

² Doutor em ciências pela Universidade Federal de São Paulo. Professor adjunto de fisioterapia da UNCISAL e professor da Faculdade de Alagoas. Membro do colegiado de curso de Fisioterapia da UNCISAL. ORCID id: <https://orcid.org/0000-0001-6593-307X>. E-mail: magellafisio@yahoo.com.br

³ Doutora em Odontopediatria pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, especialista em Gestão Pedagógica em Saúde pela UFAL, especialista em Educação para as profissões de Saúde pela Universidade Federal do Ceará (2010). Pós-doutorado em Educação pela Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias-Lisboa-Portugal. Professora Titular da UNCISAL e Vice Coordenadora do Mestrado Profissional Ensino em Saúde e Tecnologia. ORCID id: <https://orcid.org/0000-0001-9489-7602>. E-mail: almiraalvesbrasil@gmail.com

medidas de prevenção. O uso de Tecnologias da Comunicação e Informação atuam como facilitadoras na educação em saúde, tendo um potencial de auxílio na aprendizagem, contribuindo para a modificação de hábitos de vida do indivíduo.

Abstract

Educational interventions can be useful for the prevention of Burnout Syndrome, as they provide a better understanding of the disease in order to contribute to the development of best health practices in order to meet the real needs. This study aimed to describe the structuring methodology used in the making of an educational video as a health education tool in order to provide the dissemination of information about Burnout Syndrome to the general population, but mainly among workers. For this purpose, a study on the elaboration of an educational technological resource, of the methodological research type, was chosen, which presents the steps, the foundations and the methods used in the development of the educational resource. The work was developed in six stages: choice of theme; elaboration of the script; development of the educational video based on the CTM3 method; presentation in the Educational Resources discipline of the Professional Master's Degree Teaching in Health and Technology at the State University of Health Science of Alagoas; ad hoc validation and insertion in the eduCapes repository. The video produced brought information about what the disease is, the affected population, signs and symptoms and preventive measures. The use of Communication and Information Technologies act as facilitators in health education, having a potential to aid in learning, contributing to the modification of the individual's life habits.

Resumen

Las intervenciones educativas pueden ser útiles para la prevención del Síndrome de Burnout, ya que permiten una mejor comprensión de la enfermedad para contribuir al desarrollo de mejores prácticas de salud para satisfacer las necesidades reales. El presente trabajo tuvo como objetivo describir la metodología de estructuración utilizada en la elaboración de un video educativo como herramienta de educación en salud con el fin de facilitar la difusión de información sobre el Síndrome de Burnout a la población en general, pero principalmente entre los trabajadores. Para ello se optó por un estudio de elaboración de un recurso tecnológico educativo, del tipo investigación metodológica, que presenta los pasos, los fundamentos y los métodos utilizados en la elaboración del recurso educativo. El trabajo se desarrolló en seis etapas: elección del tema; elaboración del guión; desarrollo del video educativo basado en el método CTM3; presentación en la disciplina Recursos Educativos de la Maestría Profesional en Enseñanza de la Salud y Tecnología de la Universidad Estadual de Ciencias de la Salud de Alagoas; Validación ad hoc e inserción en el repositorio de eduCapes. El video producido trajo información sobre qué es la enfermedad, la población afectada, signos y síntomas y medidas de prevención. El uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación actúan como facilitadores en la educación en salud, teniendo potencial para auxiliar en el aprendizaje, contribuyendo para la modificación de los hábitos de vida del individuo.

Palavras-chave: Educação em saúde, Esgotamento Profissional, Tecnologia Educacional.

Keywords: Health Education, Burnout, Educational Technology.

Palabras clave: Educación para la salud, Agotamiento Profesional, Tecnología Educativa.

1. Introdução

Percebe-se, no tocante ao contexto da sociedade, que as atividades profissionais permeiam fontes de realização de diversas necessidades humanas, tais como autorrealização, relações interpessoais e o sustento financeiro. Por outro lado, tais atividades podem também ocupar grande parte do tempo de cada pessoa, interferindo no seu convívio social, constituindo-se como um fator de risco à saúde do trabalhador. Assim, ao invés da existência de um sentimento de realização, o trabalho pode ser visto, muitas vezes, com exaustão e até insatisfação (TRIGO; TENG; HALLAK, 2007; NOBRE, 2019).

Aliado a isso e decorrente das diversas mudanças no trabalho, resultantes da expansão do mercado, da globalização e competitividade que se instituíram nas relações organizacionais, os indivíduos passaram a ter papel fundamental nos processos produtivos. Porém, com o intuito de alcançar metas e resultados satisfatórios por meio de uma excelência no desempenho das atividades propostas, doenças ocupacionais podem ser desencadeadas. Dessa forma, com a preocupação em servir e cumprir as demandas organizacionais, o bem-estar dos trabalhadores vem sendo comprometido, o que pode culminar no surgimento de diversas doenças laborais, podendo causar lesões físicas e psicológicas (AZEVEDO, 2018).

Nesse contexto, pode surgir a Síndrome de *Burnout* (SB), caracterizada por um adoecimento que se manifesta como uma resposta crônica aos estressores interpessoais no ambiente laboral. Apesar de não possuir uma definição única, pode-se associá-la a uma exaustão emocional, física e mental; atitudes de distanciamento interpessoal e desvalorização profissional (DUTRA *et al.*, 2019; NOBRE, 2019).

A expressão *Burnout* (traduzida como “queima após desgaste”) revela a exaustão emocional gradual, associada a um certo grau de desumanização e ausência de comprometimento, experimentada em situações de altas demandas de trabalho. O termo passou a ser usado como metáfora para explicar o sofrimento do homem em seu ambiente de trabalho. Trata-se do mais alto nível do estresse ocupacional, podendo causar danos ao trabalhador que resulta em déficit da produtividade, queda do nível dos serviços prestados e diminuição da qualidade de vida (MASLACH; GOLDBERG, 1998).

Devido às severas consequências que a SB pode causar nos trabalhadores, estratégias podem ser desenvolvidas desde a prevenção até o tratamento. Uma das ações para a prevenção consiste na educação em saúde, que tem como um dos seus objetivos o empoderamento individual ou coletivo *visando à apropriação temática*, contribuindo, desta forma, para a produção de estratégias que possibilitem responder às necessidades sociais em saúde (FALKENBERG *et al.*, 2014).

Apesar da doença já ter sido descrita em 1969, Vitorino *et al.* (2018) apontam que a maioria dos entrevistados não tem o entendimento sobre a SB, tornando-se indispensável a propagação do tema na comunidade científica.

Sendo assim, a melhor maneira de prevenir o aparecimento desta doença, portanto, ainda é a orientação. É necessário que os trabalhadores conheçam esta realidade e percebam seus sintomas, a exemplo da depressão, da ansiedade, da falta de motivação, da irritabilidade, entre outros (WILTENBURG *et al.*, 2009).

Para isto, várias tecnologias educacionais aplicadas na educação em saúde podem ser utilizadas para estreitar a relação dos profissionais com a comunidade, além de renovar os conhecimentos para as práticas de saúde. Dentre essas tecnologias, é possível destacar o vídeo educativo, que se estabelece como ferramenta para subsidiar a educação, pois a associação de áudio com imagem aproxima os conteúdos à realidade da população, despertando o interesse e, conseqüentemente, gerando mais aprendizado (LIMA *et al.*, 2017).

Frente ao exposto, o presente trabalho tem como objetivo descrever a metodologia de desenvolvimento utilizada na confecção de um vídeo educativo enquanto ferramenta de educação em saúde com o intuito de proporcionar a disseminação de informações sobre a SB para a população em geral, mas principalmente para os trabalhadores.

O estudo está esquematizado em seções, assim denominadas: a) referencial teórico: em que são apresentados conceitos da tipologia de tecnologia educacional “vídeo” e sua relevância enquanto ferramenta educacional; b) referencial metodológico: que são descritas as etapas, os recursos, os meios empregados e os fundamentos metodológicos envolvidos na elaboração do produto educacional; c) considerações finais: última seção do estudo, em que se faz uma reflexão geral acerca da importância do produto educacional confeccionado e do percurso metodológico empregado.

Esse trabalho é resultado de uma pesquisa vinculada ao Programa de Mestrado Profissional Ensino na Saúde e Tecnologia da Universidade Estadual de Ciência da Saúde de Alagoas – MEST/UNCISAL e surge como forma de compartilhar a metodologia adotada na estruturação de um recurso audiovisual como estratégia de expandir informações acerca da temática sobre a síndrome de *Burnout*.

2. Referencial teórico

A Síndrome de *Burnout* está estruturada em três dimensões interdependentes, a saber: exaustão emocional, caracterizada por sentimentos de fadiga, esgotamento físico e exaustão emocional; despersonalização, em que a pessoa se afasta das relações interpessoais; e a dimensão baixa realização profissional, em que o indivíduo vivencia sentimentos negativos de si mesmo (LIMA; FARAH; TEIXEIRA, 2018).

É comumente observada em profissionais que trabalham diretamente com pessoas; tais como os trabalhadores da educação, da saúde, policiais, assistentes sociais, agentes penitenciários, bombeiros, entre outros, ou seja, a SB incide mais especificamente naqueles que se ocupam em cuidar dos demais, estando expostos às frequentes pressões emocionais (PÊGO, PÊGO, 2016).

Infelizmente a SB ainda é desconhecida do contexto social, porém atinge inúmeros profissionais, de diversos setores, podendo deixá-los incapacitados para o trabalho, afetando inclusive a qualidade de vida e as atividades laborais. Em virtude das exigências da profissão, muitos trabalhadores vulneráveis estão propensos a desenvolver sinais e sintomas que podem levá-los a um desgaste físico, emocional e psíquico caracterizando um estresse laboral crônico (CARLOTTO; CÂMARA, 2008).

Nesse contexto, é extremamente importante a utilização das tecnologias da informação e comunicação (TICs) para propagar conhecimentos e esclarecimentos sobre *Burnout* (MESSIAS *et al.*, 2019).

Atualmente as TICs têm impulsionado uma nova e intensa transformação, nomeada como transformação digital, em diversos âmbitos da sociedade, atingindo os ambientes políticos, econômicos, socioculturais e educacionais. As TICs passaram a fazer parte efetiva do cotidiano da sociedade moderna de modo intenso e crescente (SACERDOTE, 2010). Deixaram de ser meras ferramentas da educação permanente em saúde e passaram a ser um recurso de gestão da educação e do trabalho em saúde.

O uso de diferentes tecnologias educacionais tem sido utilizado como estratégias educativas para favorecer o conhecimento, disseminar informações e orientações de saúde sendo importantes para educação e promoção à saúde (FRANÇA; RABELLO; MAGNAGO, 2019). Em destaque, tem-se o vídeo que, por ser uma comunicação em massa, representa um material de interesse visual e atrativo (LIMA *et al.*, 2017). Para Rodrigues *et al.* (2017), o recurso audiovisual, no formato de vídeo educativo, pode significar uma estratégia de interação na relação ensino-aprendizagem, visto que, por meio dele, consegue-se atrair a atenção do público e despertar sua curiosidade em relação ao tema abordado.

A linguagem audiovisual possui características específicas associadas a diferentes meios de transmissão de mensagens e receptividade da informação pelo indivíduo, dentre eles destaca-se o aspecto visual, auditivo, sinestésico, olfativo e gustativo. Diferentemente em cada pessoa, estes meios de receptividade podem ser mais aguçados em uns do que em outros. A junção de todos estes aspectos, tem uma força muito significativa, pois chegam às pessoas por todos os sentidos (SANTOS *et al.*, 2019).

A linguagem do vídeo é sucinta, pois combina e soma imagens, sons e fala com, geralmente, um mínimo de texto escrito e consegue, por essa integração, apresentar ideias complexas, porém mais resumidas do que na forma textual verbal e atingir por todos os sentidos e de todas as maneiras seu objetivo. É importante uma produção com características técnicas e propostas pedagógicas atualizadas, que se aproxime do entretenimento e que fuja dos métodos tradicionais e dos discursos autoritários, pois esse tende a fracassar (GOMES, 2010).

O uso de recursos audiovisuais, como o vídeo, facilita o processo de aprendizagem, uma vez que, além de tornarem a comunicação mais rápida, permitem uma ampliação do tema estudado, fazendo com que o usuário tenha novas visões do mesmo assunto, aprofundando o conhecimento e abrindo possibilidades. A linguagem por ser pautada na integração entre imagens, movimentos e sons, atrai o leitor distanciando-o da monotonia (GREGÓRIO, 2016).

Outro ponto importante na utilização de vídeos é a possibilidade de representar de distintas formas a realidade, possibilitando uma melhor compreensão dela e o desenvolvimento de todas as potencialidades do educando, dos diferentes tipos de inteligência, habilidades e atitudes (SACERDOTE, 2010).

Quando bem empregados, os vídeos educativos são de grande importância. Além de serem dinâmicos, possibilitam a multiplicidade dos conhecimentos, permitindo a articulação entre professor, aluno e conteúdo. A linguagem do vídeo está munida de três recursos básicos e essenciais, articulando texto, som e imagem. Outra característica é que o conteúdo do material apresentado não é apenas transmissível, pois provoca a reflexão e a contextualização com diferentes áreas do conhecimento. O vídeo é interessante porque conserva a mensagem, sendo possível reproduzi-lo diversas vezes, homogeneizando os conteúdos quando necessário (CAMPOS, 2019).

Desta forma, o audiovisual alcança vários níveis da percepção humana. E, dependendo da forma como é empregado, podem se constituir em fortes elementos de criação e modificação de desejos e de conhecimentos, superando os conteúdos e os assuntos que os programas pretendem veicular e que, nas escolas, professores e alunos desejam receber, perceber e, a partir deles, criar os mecanismos de expansão de suas próprias ideias (COUTINHO, 2008).

Neste contexto, o uso dos recursos tecnológicos, em especial o vídeo, auxilia e enriquece o processo de ensino aprendizagem, devido as suas características próprias, possibilitando a criatividade e alcançando, assim, o sensorial, o emocional, o racional, a curiosidade e a atenção. A partir dessa diversidade de possibilidades, o educador pode motivar o educando a aprendizados significativos (SILVA *et al.*, 2010).

A construção do produto educacional deste estudo foi baseada no Método CTM3 que pressupõe 3 etapas, a saber: (C) concepção do produto, (T) referencial teórico e (M3) referencial metodológico que por sua vez é baseado em 3 teorias: Análise Transacional (estado de ego pai, adulto e criança), Aplicação Multissensorial (visão, audição, olfato, paladar, tato) e Neurolinguística (âncoras) (SANTOS *et al.*, 2019). Este método tem como proposta a facilitação para a estruturação de produtos educacionais tendo em vista toda a complexidade do comportamento humano.

A teoria da Análise Transacional (AT) é uma teoria desenvolvida pelo psiquiatra americano Eric Berne, em 1956, que estuda e analisa o modo como as pessoas se comunicam, podendo ser de forma verbal e não verbal. Um dos elementos abordados nesta teoria é a estrutura da personalidade composta por três elementos, denominados de Estados de Ego, são eles: Estado de Ego Pai, Adulto e Criança, os quais compõem a estrutura da personalidade (SANTOS *et al.*, 2019).

No tocante à teoria da Aplicação Multissensorial, é uma importante ferramenta no processo de comunicação e envolve os sentidos sensoriais. É através dos sentidos que as informações e sensações do mundo externo são aprendidas (NATIVIDADE, 2019).

Já em relação a neurolinguística, é uma das ferramentas da Programação Neurolinguística (PNL) mais utilizada neste processo, corresponde às âncoras que, segundo O'Connor e Seymour (1995) são estímulos atuais que evocam uma experiência original, atuando como importantes símbolos para ativação da memória de uma experiência vivida e que despertam no indivíduo o desejo de agir da mesma forma que agiu em situação vivenciada antes (SANTOS *et al.*, 2019).

3. Referencial metodológico

Trata-se de um estudo metodológico que tem como finalidade descrever o percurso metodológico de estruturação utilizado para a confecção de recurso educacional, vídeo educativo, pautado no método CTM3.

O recurso educacional foi desenvolvido no período de março a dezembro de 2020 como produto da disciplina “Recursos Educacionais” do Mestrado Profissional Ensino na Saúde e Tecnologia da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (MEST-UNCISAL). A referida disciplina tem como objetivo habilitar os alunos aos métodos e técnicas da comunicação, sua aplicação nas práticas educomunicativas, bem como estruturar material didático/produtos educacionais.

3.1 Etapas e recursos empregados na elaboração do produto educativo

Esta pesquisa se desenvolveu em seis etapas: escolha do tema; elaboração do roteiro, desenvolvimento do vídeo educativo, apresentação na disciplina, validação e inserção no repositório eduCapes (quadro 1).

Para auxiliar o planejamento do conteúdo do vídeo educativo foi elaborado um roteiro, ferramenta indispensável para a confecção do produto, contendo informações detalhadas que contribuiriam com a visão inicial sobre o que seria apresentado no vídeo.

O roteiro continha o assunto a ser falado, baseado nos resultados da compilação da literatura; que também aparece como texto escrito na tela (*lettering*); e as sugestões de imagens que seriam utilizadas nas cenas do vídeo. Esses três aspectos se apresentaram alinhados e simultaneamente no vídeo.

Para a elaboração do roteiro, foram definidos quatro questionamentos identificados pelo autor na revisão de literatura, a saber: “o que é a Síndrome de *Burnout*?”; “principais profissionais acometidos?”; “quais sinais e sintomas da doença?” E, “quais estratégias de prevenção?”.

O referencial teórico utilizado foi consultado em bases de dados eletrônicas, como eduCapes, *Scielo* e *PubMed*, com a utilização dos descritores “Educação em saúde”, “Esgotamento Profissional”, “Filme e Vídeo Educativo” e “Tecnologia Educacional”.

Após a elaboração do conteúdo do roteiro, o vídeo foi produzido e o material foi enviado para avaliação de uma especialista no conteúdo, ligada à área da saúde e, posteriormente, por um técnico da área da comunicação. A edição e finalização do produto foram realizadas por meio do programa *VideoScribe*[®], com a introdução de elementos visuais, como figuras, fotos, áudios e textos referentes às ilustrações.

O resultado da produção do recurso educacional foi um vídeo educativo com duração de dois minutos e nove segundos (2,9 min), no formato mp4, composto por música de domínio público e narração da pesquisadora principal do estudo.

Após essa etapa, o recurso educacional foi apresentado e posteriormente discutido em um seminário na disciplina Recursos Educacionais do MEST-UNCISAL. Os ajustes foram realizados após as considerações feitas pelos participantes do seminário.

Em novembro de 2020, o vídeo foi inscrito na II sessão de produção técnica educacional do MEST-UNCISAL e, após seleção, foi apresentado em sessão de validação de produtos educacionais, no qual foi avaliado por um comitê *ad hoc* tendo sido validado após sua apresentação.

Finalizadas as etapas de elaboração, avaliação e validação, foi realizada a sua inserção no repositório eduCapes, sendo disponibilizado o recurso para profissionais e estudantes da área de saúde e também para população em geral, podendo ser acessado pelo link: <https://educapes.capes.gov.br/handle/capes/585187>.

Quadro 1 - Detalhamento das etapas de desenvolvimento do estudo

Etapa	Elementos	Descritivo
Escolha do tema	Assunto	Doença ocupacional
	Tema	Síndrome de <i>Burnout</i>
	Problema	A Síndrome de <i>Burnout</i> ainda é desconhecida do contexto social, porém atinge inúmeros profissionais em diversos setores e os deixam incapacitados para atividades laborais. Propõe-se, assim, o desenvolvimento de vídeo educativo que viabilize a difusão da informação como meio de apoio à educação em saúde.
	Objetivo geral	Descrever a metodologia de estruturação utilizada na confecção de um vídeo educativo enquanto ferramenta de educação em saúde com o intuito de proporcionar a disseminação de informações sobre a Síndrome de <i>Burnout</i> para a população em geral, mas principalmente entre os trabalhadores.
Elaboração do roteiro	Estratégias	Revisão de literatura Ferramentas de busca eletrônica: eduCapes, <i>Scielo</i> e <i>PubMed</i> Descritores: Educação em saúde (ID DeCS nº D006266); Esgotamento Profissional (ID DeCS nº D002055); Filme e Vídeo Educativo (ID DeCS nº D019514); Tecnologia Educacional (ID DeCSD018961).
Desenvolvimento do vídeo educativo	Período	Março de 2020 a dezembro de 2020.
	Ferramentas	<i>Software</i> : Programa <i>VideoScribe</i> ®
Avaliação do recurso educacional	Seminário	Nesta fase, recurso educacional foi apresentado e posteriormente discutido em seminário na disciplina Recursos Educacionais do Mestrado Profissional Ensino em Saúde e Tecnologia da Universidade Estadual de Ciência da Saúde de Alagoas. Os ajustes foram realizados após as considerações feitas pelos participantes do seminário.

Validação <i>ad hoc</i>	Inscrição do trabalho	O vídeo foi inscrito na II Sessão de Produção Técnica Educacional do Mestrado Profissional Ensino em Saúde e Tecnologia - UNCISAL, em novembro de 2020. Após seleção, foi apresentado em sessão de validação de produtos educacionais, onde foi avaliado por um comitê <i>ad hoc</i> tendo sido validado após sua apresentação.
Inserção no repositório eduCapes	Divulgação	Finalizadas as etapas de elaboração, avaliação e validação, foi realizada a sua inserção no repositório eduCapes, disponibilizando o recurso para profissionais e estudantes da área de saúde e também para população em geral.

Fonte: Elaborado pelos autores, 2020.

3.2 Fundamentos metodológicos

Trata-se de um estudo metodológico para o desenvolvimento de Tecnologias da Informação e Comunicação, a partir da confecção de um vídeo educativo, pautado no Método CTM3. Esse método é composto pela concepção do produto (C), referencial teórico (T) e referencial metodológico (M3), que por sua vez é baseado em 3 teorias (quadro 2).

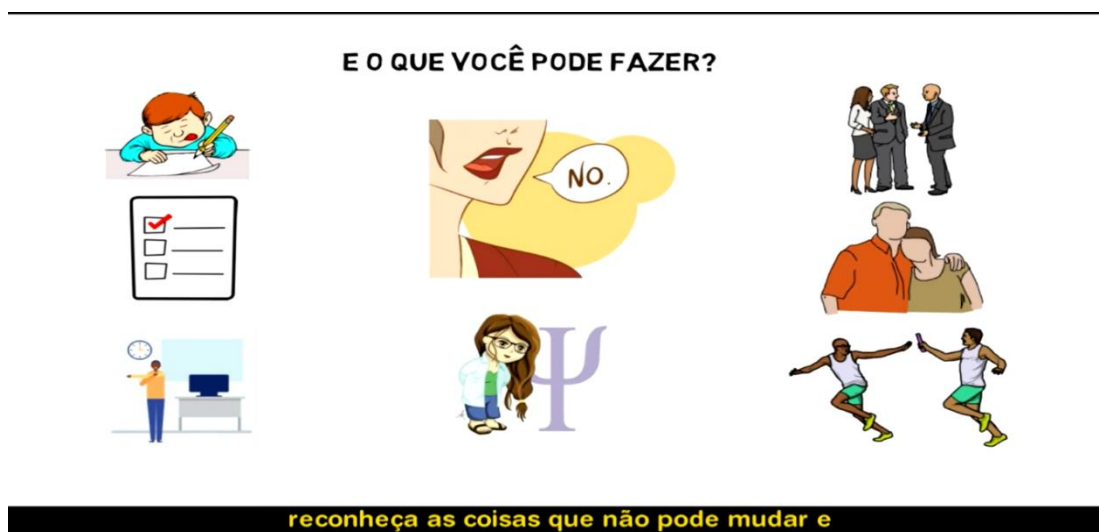
Quadro 2 - Fundamentos metodológicos do Produto Educacional.

ITEM	ELEMENTOS	
C	Concepção	
	Tema / Problema / Objetivo	
T	Referencial Teórico	
M3	Teoria	Fundamento
	Análise Transacional	<i>Ego pai</i>
		<i>Ego adulto</i>
		<i>Ego criança</i>
	Neurolinguística	<i>Âncora</i>
	Multissensorialidade	<i>Visão</i>
		<i>Audição</i>
		<i>Olfato</i>
<i>Paladar</i>		
	<i>Tato</i>	

Fonte: Elaborado pelos autores, 2020.

O Estado de Ego Pai representa aquilo que é ensinado, como normas, valores, conceitos preestabelecidos e modelos de conduta. São princípios que se aprendem das figuras parentais com as quais relacionam-se e sedimentam-se os comportamentos (NATIVIDADE, 2019). Esse estado de ego é evidenciado no vídeo quando há recomendação sobre medidas de prevenção e de enfrentamento como: redefinir seus limites e prioridades, realizar pausas, conversar com seus colegas, passar mais tempo com pessoas queridas, praticar exercícios físicos e procurar ajuda profissional quando no aparecimento dos sintomas, podendo ser observado na figura abaixo (figura 1).

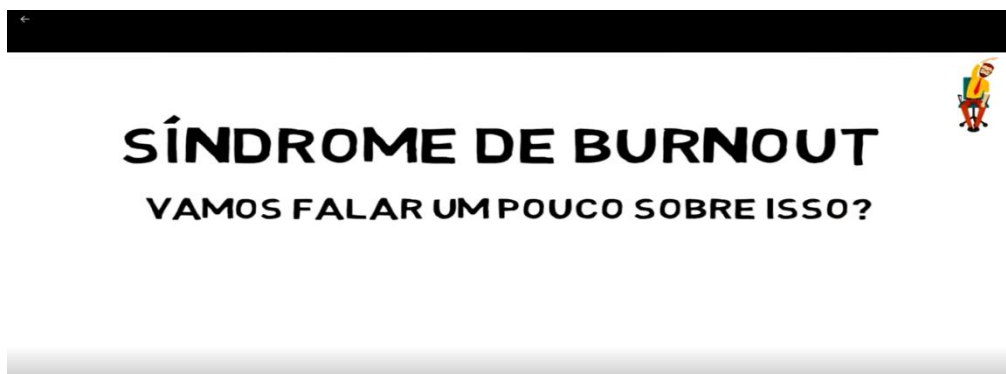
Figura 1 - Imagem evidenciando o estado de Ego Pai



Fonte: Elaborado pelos autores, 2020.

O Estado de Ego Adulto é representativo do pensamento lógico e realista, recebe as informações, analisa e toma decisões de forma racional, sem interferência das emoções e representa o que é pensado (NATIVIDADE, 2019). No vídeo é estimulado mediante a orientação acerca da doença através das imagens e da fala da narradora, descrevendo o que é a doença, sinais e sintomas como ilustrado na seguinte cena (figura 2).

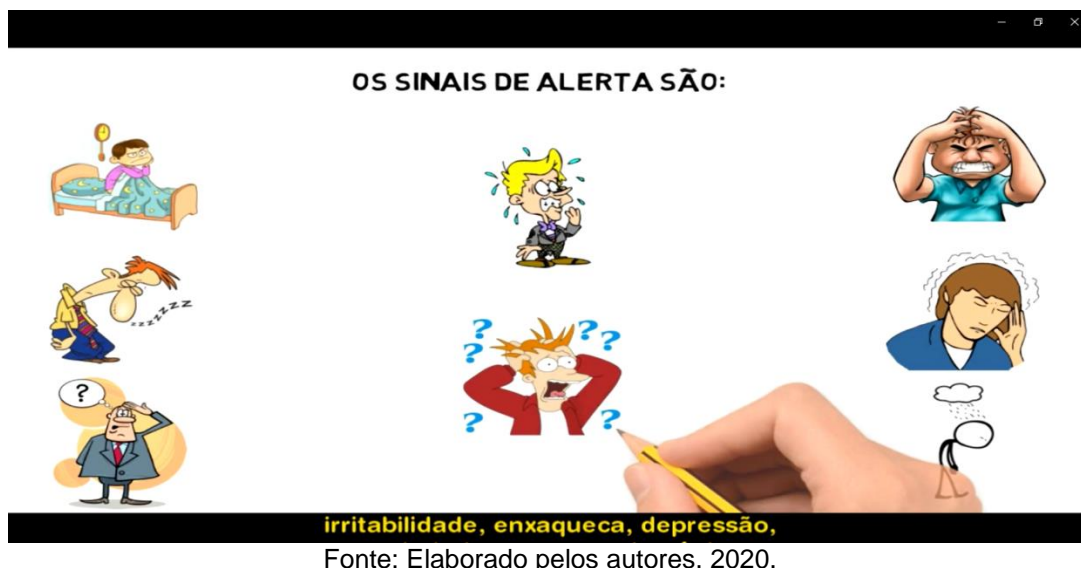
Figura 2 - Imagem evidenciando o estado de Ego Adulto



Fonte: Elaborado pelos autores, 2020.

O Estado de Ego Criança é representativo das emoções. É o primeiro Estado de Ego a ser formado, sendo nato ao recém-nascido, representa o que é sentido (NATIVIDADE, 2019). No vídeo é perceptível nas imagens coloridas de *clipart* utilizadas e que transmitem emoções como estresse, cansaço, prazer, o qual é perceptível na figura 3.

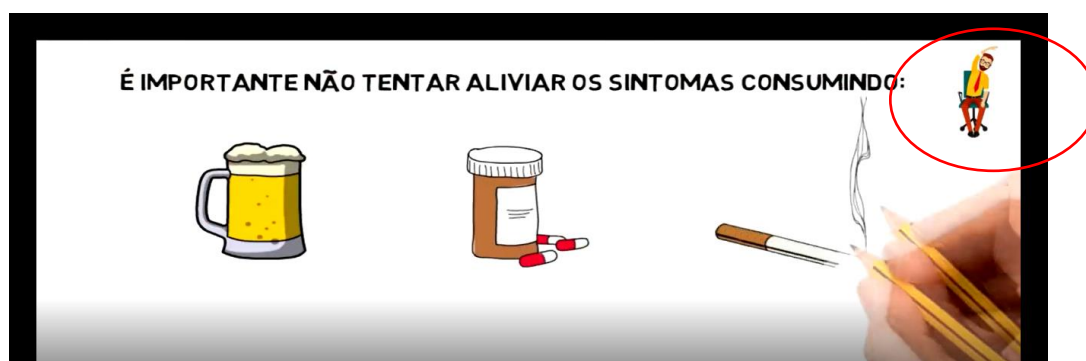
Figura 3 - Imagem evidenciando o estado de Ego Criança



Os sentidos que o vídeo abrange foram: (1) visual, representado pela transmissão dos objetos visuais: ilustrações, tradução escrita; (2) auditivo, favorecido pelas sonoridades empregadas através da música e fala da narradora; (3) sinestésico, representado pela sensação de estresse, depressão, irritabilidade; (4) paladar, representado pela ingestão de álcool e de medicamentos e (5) olfato pela fumaça do cigarro.

A âncora positiva está representada pela imagem do trabalhador relaxando e se alongando presente no decorrer do vídeo, evidenciando a importância de se adotar estratégias para o não adoecimento, importante para a prevenção da doença (figura 4).

Figura 4 - Imagem representando a âncora positiva



4. Conclusão

Para o desenvolvimento de um recurso educacional é fundamental adotar uma metodologia adequada para sua estruturação, pois assim haverá maior chance de alcançar os objetivos propostos. A utilização do Método CTM3 foi fundamental para a elaboração do vídeo, pois sua metodologia considera, particularmente, os aspectos cognitivos e sensoriais, bem como as particularidades de cada indivíduo. A experiência na feitura deste produto, levou a uma nova percepção sobre como desenvolver uma ferramenta de ensino adotando um percurso metodológico estruturado.

Esta proposta de vídeo educativo se constitui em opção de recurso educacional tecnológico para o uso na educação em saúde, auxiliando o processo ensino-aprendizagem e na construção do pensamento crítico, trazendo à consciência do indivíduo o seu potencial de autocuidado.

Com o vídeo educativo, enfatiza-se a uma maior disseminação de informações sobre a Síndrome de *Burnout*, colaborando para conscientização do tema, formas de prevenção e intervenção, favorecendo a construção de alternativas para promoção da saúde.

Nos cenários atuais, tais discussões parecem indispensáveis, o que sugere a ampliação de acesso ao tema no ambiente laboral e de ensino.

Referências

- AZEVEDO, Tatiane Galvão. **Síndrome de Burnout, apego e saúde mental em docente de escola pública e particular.** 2018. 142 folhas Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Administração do Centro de Ciências Sociais Aplicadas da Universidade Federal de Pernambuco. Recife, 2018.
- CAMPOS, Débora Câmara de. **Elaboração e validação de vídeo educativo para prevenção de queda em criança hospitalizada.** 2019. 111 folhas. Dissertação apresentada ao Programa de Mestrado Profissional Enfermagem Assistencial da Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa da Universidade Federal Fluminense, Niterói, 2019.
- CARLOTTO, Maria Caraméz; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil. **Psico**, v. 39, n. 2, ago. 2008.
- COUTINHO, Laura Maria. Nas Asas do Cinema e da Educação: voo e desejo. **Educação e Realidade**, Rio Grande do Sul, v 33, n. 1, pp. 225-238, 2008.
- DUTRA, Herica Silva; GOMES, Paola Aparecida Lopes; GARCIA, Roberta Nereu; OLIVEIRA, Henrique Ceretta; FREITAS, Sandra Carvalho de; GUIARDELLO, Edinêis de Brito. Burnout entre profissionais de enfermagem em hospitais no Brasil. **Rev. Cuid.**, vol. 10, n. 1, 585, nov. 2019. Disponível em: Disponível em: <http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.v10i1.585>. Acesso em: 09 set. 2019.
- FALKENBERG, Mirian Benites; MENDES, Thais de Paula Lima; MORAES, Eliane Pedrozo de; SOUZA, Elza Maria de. Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 847-852, mar. 2014.

FRANÇA, Tania; RABELLO, Elaine Teixeira; MAGNAGO, Carinne. As mídias e as plataformas digitais no campo da Educação Permanente em Saúde: debates e propostas. **Saúde em Debate**, v. 43, pp. 106-115, ago. 2019.

GOMES, Luiz Fernando. Vídeos didáticos: uma proposta de critérios para análise. **Travessias**, Cascavel, v. 2, n. 3, 2010.

GREGÓRIO, Jordanna Sebastiana. **Formação de professores em Educação Ambiental: o ensinar e aprender com audiovisuais.** 2016. 149 f. Dissertação de mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação para Ciências e Matemática do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás, Jataí, 2016.

LIMA, Amanda de Souza; FARAH, Beatriz Francisco; TEIXEIRA, Maria Teresa Bustamante. Análise da prevalência da síndrome de Burnout em profissionais da atenção primária em saúde. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 16, n. 1, 2018.

LIMA, Marília Brito; REBOUÇAS, Cristiana Brasil de Almeida; CASTRO Régia Christina Moura Barbosa; CIPRIANO, Maria Aneuma Bastos; CARDOSO, Maria Vera Lúcia Moreira Leitão; ALMEIDA, Paulo César de. Construção e validação de vídeo educativo para orientação de pais de crianças em cateterismo intermitente limpo. **Rev. Esc. Enferm. USP**, São Paulo, v. 51, dez. 2017.

MASLACH, Christina.; GOLDBERG, Julie. Prevention of burnout: New perspectives. **Applied & Preventive Psychology**, v 7, n. 1, p. 63-74, 1998.

MESSIAS, Inalda Maria de Oliveira; MESSIAS, I. M. de O.; MESSIAS, J. B.; FERREIRA, A. G.; FILHO, J. F. da S.; CAVALCANTE, R. M. A. A síndrome de Burnout em professores de uma escola pública em Petrolina-PE. **BrazilianJournalofDevelopment**, Campina Grande, v. 5, n. 5, 2019.

NATIVIDADE, Simone. Interfaces entre educação e saúde: trilhando caminhos. *In*: NATIVIDADE, Simone. **Educação em Saúde: Trabalhando com produtos educacionais**, 1 ed. Curitiba: CRV, 2019. Cap. 3.

NOBRE, Daniela Filipa Rocha; RABIAIS, Isabel Cristina Mascarenhas; RIBEIRO, Patrícia Cruz Pontífice Sousa Valente; SEABRA, Paulo Rosário Carvalho. Avaliação do Burnout em Enfermeiros de um Serviço de Urgência Geral. **Rev. Bras. Enferm.**, vol. 72, n. 6, p. 1533-9, 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0870>. Acesso em: 31 mar. 2020.

O'CONNOR, Joseph; SEYMOUR, John. **Introdução à programação neurolinguística.** Summus: São Paulo, 1995.

PÊGO, Francinara Pereira Lopes; PÊGO, Delcir Rodrigues. Síndrome de Burnout. **Rev. Bras. Med. Trab.**, v. 14, n. 2, p. 171-176. jul. 2016. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1833>. Acesso em: 31 mar. 2022.

RODRIGUES, Jânio Cavalcanti Júnior; REBOUÇAS, Cristiana Brasil de Almeida; CASTRO, Régia Christina Moura Barbosa; OLIVEIRA, Paula Marciana Pinheiro de; ALMEIDA, Paulo César de; PAGLIUCA, Lorita Marlena Freitag. Construção de vídeo educativo para a promoção da saúde ocular em escolares. **Texto Contexto Enferm.**, Fortaleza, v. 26, n. 2, 2017. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/tce/v26n2/pt_0104-0707-tce-26-02-e06760015.pdf. Acesso em: 02 dez. 2018.

SACERDOTE, Helena Célia de Souza. Análise do vídeo como recurso tecnológico Educacional. **REVELLI – Revista de Educação, Linguagem e Literatura** da UEG, Inhumas, v. 2, n. 1, p. 28-37, março de 2010. Disponível em: http://www.pucrs.br/ciencias/viali/tic_literatura/artigos/videos/Revelli.v2.n1.artigo03.pdf. Acesso em: 05 ago. 2020.

SANTOS, Almira Alves dos; WARREN, Eliane Monteiro Cabral; FILHO, Euclides Mauricio Trindade; LIMA, Marta Antônia de; WYSZOMIRSKA, Rozangela Maria Fernandes de Almeida; NATIVIDADE, Simone. Produtos educacionais na educação em saúde. *In: MARQUES, Ana Luzia de Barros Andrade et al. (Org.). Interfaces entre educação e saúde: trilhando caminhos.* 1 ed. Curitiba: CRV, 2019. 196 p.

SILVA, Rosilma Ventura da. As possibilidades do uso do vídeo como recurso de aprendizagem em salas de aula do 5º ano. **Revista EDaPECI - Educação a Distância e Práticas Educativas Comunicacionais e Interculturais**, Vol. 6, N 6, 2010. Disponível em: http://www.pucrs.br/ciencias/viali/tic_literatura/artigos/videos/Pereira_Oliveira.pdf. Acesso em: 09 abr. 2020.

TRIGO, Telma Ramos; TENG, Chei Tung; HALLAK, Jaime Eduardo Cecílio. Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)**, v. 34, p. 223-233, 2007.

VITORINO, Manuela Fausto; RODRIGUES, Mariana Sousa Dantas; EVANGELISTA, Carla Braz; GUIMARÃES, Keyth Sulamitta Lima; BATISTA, Jaqueline Brito Vidal; FONSÊCA, Ana Gláucia Santos; ARAÚJO, Ana Lúcia Belarmino; MELO, Fabrícia Maria Araújo Bustorff. Síndrome de Burnout: conhecimento da equipe de enfermagem neonatal. **Revenferm UFPE online**. Recife, Vol. 12, N 9, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/234632/29903>. Acesso em: 05 abr. 2020.

WILTENBURG, Dinéia Cristina Distéfano; KLEIN, Roseli Bilobran. **Síndrome de Burnout: Conhecer para Prevenir-se, uma intervenção necessária.** 2009. 21f. Artigo apresentado como requisito de avaliação ao Programa de Desenvolvimento da Educação – PDE Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/2338-8.pdf>. Acesso em: 07 abr. 2020.

Agradecimentos

Ao Mestrado Profissional em Ensino na Saúde e Tecnologia da Universidade Estadual de Ciência da Saúde de Alagoas – MEST/UNCISAL.

Contribuição dos autores

Autor 1: Participação na construção do recurso educacional e elaboração do artigo.

Autor 2: Contribuição substancial para a revisão final do artigo.

Autor 3: Contribuição para a estruturação utilizada na confecção do vídeo educativo enquanto ferramenta de educação em saúde.

Enviado em: 21/fevereiro/2021 | Aprovado em: 07/junho/2021