

Curso de Medicina Veterinária

Pesquisa a Campo

PERCEPÇÃO DOS SINAIS E SINTOMAS DA SÍNDROME DE *BURNOUT* EM ACADÊMICOS DE MEDICINA VETERINÁRIA

PERCEPTION OF SIGNS AND SYMPTOMS OF BURNOUT SYNDROME IN VETERINARY MEDICINE STUDENTS

Ana Caroline da Penha Santos Rodrigues¹, Kaick Eduardo Rocha dos Santos¹, Pedro Henrique Oliveira Ilha²

1 Alunos do Curso de Medicina Veterinária

2 Professor do Curso de Medicina Veterinária

RESUMO

A síndrome de *Burnout* (SB) é problema de saúde grave de natureza fisiológica e sociocultural, caracterizada pelo estresse emocional crônico. Esta síndrome é descrita em diversos profissionais, sendo os da área da saúde os mais acometidos, destacando-se o alto número de suicídios de médicos veterinários. Além do acometimento de profissionais, investigações no meio acadêmico vêm ocorrendo de forma mais frequente. A universidade expõe o acadêmico a circunstâncias que demandam adaptações e que podem levar a situações de estresse. O objetivo deste trabalho foi realizar um levantamento dos sinais e sintomas relacionados à síndrome de *Burnout* durante a graduação de medicina veterinária, com o intuito de alertar sobre esta síndrome. A pesquisa foi realizada com 108 estudantes do curso de medicina veterinária, mediante questionário composto por 24 perguntas baseadas no teste online da psicóloga Carol Milners (2022). A avaliação da síndrome de *Burnout* se baseou no Inventário de *Burnout Maslachi – Student Survey* (MIB-SS), o qual avalia os três pilares: exaustão emocional (EE), despersonalização/descrência (DE) e eficácia profissional/realização pessoal (EP). Mediante análise foi observado níveis elevados de exaustão emocional, descrência e o baixo nível de eficácia profissional. Considera-se a importância da conscientização e da prevenção desta síndrome em acadêmicos, principalmente nos de medicina veterinária, uma vez que o médico veterinário é o profissional com maior índice de suicídio. Com isso, as instituições de ensino superior devem valorizar a saúde mental dos acadêmicos, fornecendo medidas adaptativas para controle do estresse no ambiente, assim como o acompanhamento de psicólogos.

Palavras-Chave: suicídio; médico veterinário; exaustão emocional.

ABSTRACT

Burnout syndrome (BS) is a serious health problem of a physiological and sociocultural nature, characterized by chronic emotional stress. This syndrome is described in several professionals, the health area being the most affected, highlighting the high number of suicides of veterinarians. In addition to the involvement of professionals, investigations in academia have been occurring more frequently. The university exposes the academic to circumstances that demand adaptations and that can lead to stressful situations. The objective of this work was to carry out a survey of the signs and symptoms related to the Burnout syndrome during the graduation of veterinary medicine, in order to raise awareness about this syndrome. The survey was conducted with 108 students of the veterinary medicine course, using a questionnaire consisting of 24 questions based on the online test by psychologist Carol Milners (2022). The burnout syndrome assessment was based on the Maslachi Burnout Inventory – Student Survey (MIB-SS), which assesses the three pillars: emotional exhaustion (EE), depersonalization/disbelief (DE) and professional efficacy/personal fulfillment (EP). Upon analysis, high levels of emotional exhaustion, disbelief and a low level of professional efficacy were observed. It is considered the importance of awareness and prevention of this syndrome in academics, especially in veterinary medicine, since the veterinarian is the professional with the highest suicide rate. With this, higher education institutions should value the mental health of students, providing adaptive measures to control stress in the environment, as well as the monitoring of psychologists.

Keywords: suicide; veterinarian; emotional exhaustion.

Contato: ana.rodrigues@sounidesc.com.br

INTRODUÇÃO

A síndrome de *Burnout* (SB) é descrita como um fenômeno de natureza fisiológica e sociocultural, sendo caracterizada por uma maneira imprópria de suportar o estresse emocional crônico, onde se observa exaustão física e psíquica em decorrência do estresse ocupacional (PESSÔA et al., 2021; TRINDADE; SOUZA; PENA, 2022). Os primeiros estudos científicos sobre esta síndrome foram realizados na década de 70 por Freudenberg (1974) e Maslach (1976) (SILVA & VIEIRA, 2015).

A palavra *burn out* possui origem inglesa, cujo termo significa *burn* – queima e *out* sugere que a pessoa tem um desgaste tanto físico e emocional (CHAGAS et al., 2016; SAKATA, 2018; BARWALDT et al., 2020), fazendo menção a aquilo que parou de funcionar por absoluta falta de energia. Tal metáfora retrata aquilo, ou aquele, que alcançou o seu limite, não tendo energia nem condições de desempenho físico e mental (SAKATA, 2018).

A SB é um problema de saúde pública, reconhecido como um fenômeno ocupacional e está incluída na Classificação Internacional de Doenças (CID-11), regularizada pela 72ª Assembleia Mundial da Organização Mundial de Saúde. Três aspectos básicos são descritos nesta doença, sendo eles: 1 – exaustão emocional, abrangendo o sentimento de fadiga extrema e o sentimento de cobrança excessiva; 2 – despersonalização, vinculada a atitudes negativas e relações sociais no trabalho distante; 3 – eficácia profissional, decaimento da realização pessoal, associada à percepção de incapacidade laboral (SILVA & VIEIRA, 2015; BARWALDT et al., 2020; RODRIGUES et al., 2020; TRINDADE; PENA; SOUZA, 2020).

Diversos profissionais são acometidos por essa síndrome, sendo que os profissionais da área da saúde são os que apresentam um dos maiores índices de *Burnout*, uma vez que além dos fatores desencadeantes do estresse comum a todas as profissões, estes estão sujeitos à fadiga por compaixão, ocorrendo principalmente nos profissionais em contato com pacientes terminais ou que passaram por situações traumáticas (atentados, guerras, abuso sexual, entre outros). Os médicos veterinários possuem um fator de risco a mais em relação aos demais profissionais da saúde, que é a indicação e realização de eutanásia em seus pacientes (ROCHA, 2016).

Os médicos veterinários apresentam maior risco de suicídio apresentando cerca de quatro vezes superior à população geral e duas vezes superior a outros profissionais da

área da saúde (RODRIGUES, 2021). O motivo da sobrecarga e esgotamento entre os médicos veterinários incluem: jornada de trabalho extensa, honorários baixos, casos complicados com desfecho desfavorável e levar trabalho para casa (SAKATA, 2018).

Além da SB no ambiente profissional, investigações no meio acadêmico, vem ocorrendo, estando voltada a mesma linha de princípios, onde se observa exaustão emocional, descrença e ineficácia profissional (PEREIRA, 2018). Silva & Vieira (2015) destacam que a síndrome de *Burnout* quando iniciada na fase acadêmica pode perdurar durante a vida profissional. Floss (2017) menciona que a universidade expõe o acadêmico a circunstâncias que demandam adaptações e que podem levar a situações de estresse, como lidar como um novo ambiente que muitas vezes é distante do seu contexto de vida ou de suas expectativas.

A qualidade de vida do estudante deve incluir a saúde física, psíquica e mental, promovendo o compromisso acadêmico e o estado mental positivo, fatores importantes para o aprendizado, estando em oposição à síndrome de *Burnout* (RODRIGUES et al., 2020). Dessa forma, o presente trabalho tem como objetivo realizar um levantamento dos sinais e sintomas relacionados à síndrome de *Burnout* durante a graduação de medicina veterinária, com o intuito de alertar esta síndrome.

MATERIAIS E MÉTODOS

Foi realizada uma pesquisa, através de formulário do Google, disponibilizado através de links aos alunos de instituições de ensino superior do curso de medicina veterinária de diversificados semestres e turnos diferentes, entre os dias 17 de Outubro e 31 de Outubro de 2022. O questionário era anônimo para assegurar a confidencialidade e foi obtido o consentimento dos participantes antes de responderem as questões propostas, podendo os mesmos desistir do preenchimento a qualquer momento.

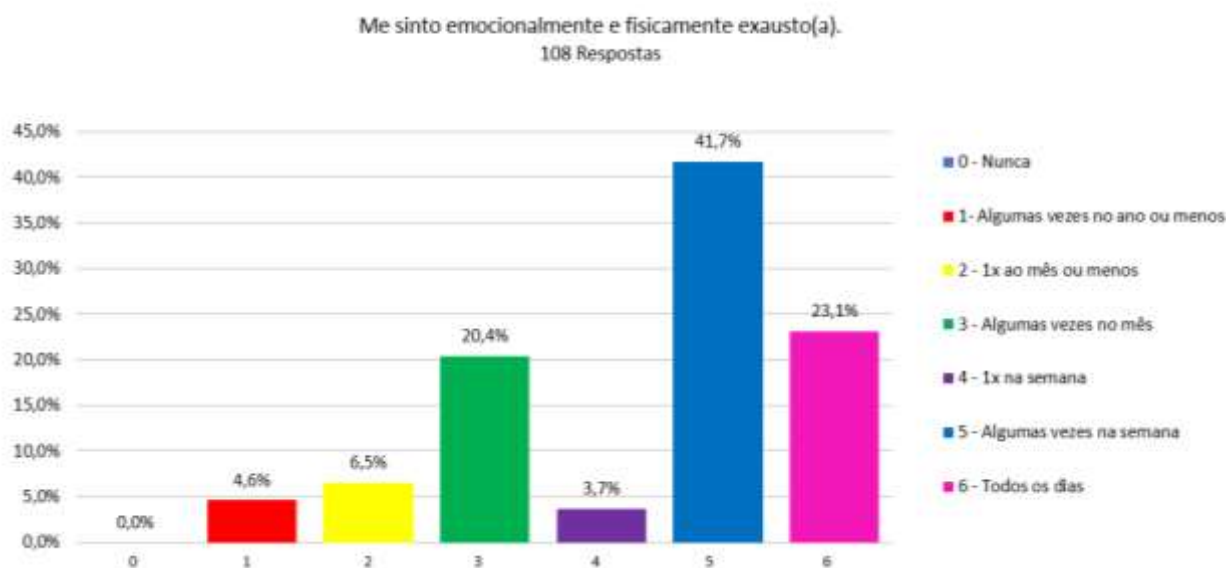
O questionário é constituído por 24 perguntas baseadas no teste online da psicóloga Carol Milters (2022), que se referem à saúde, sentimentos e emoções dos estudantes no contexto acadêmico, e os pesquisados respondem a frequência de ocorrência, numa escala de 7 pontos, em que 0 corresponde a “nunca” e 6 corresponde a “sempre”.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram preenchidos 108 questionários, cujos dados foram transferidos para programa Microsoft Excel e transformados em gráficos. A avaliação da síndrome de *Burnout* realizada no presente estudo se baseou no Inventário de *Burnout* Maslachi – Student Survey (MIB-SS), o qual avalia os três pilares desta enfermidade, sendo eles: exaustão emocional (EE), despersonalização/descrença (DE) e eficácia profissional/realização pessoal (EP) (FLOSS, 2017).

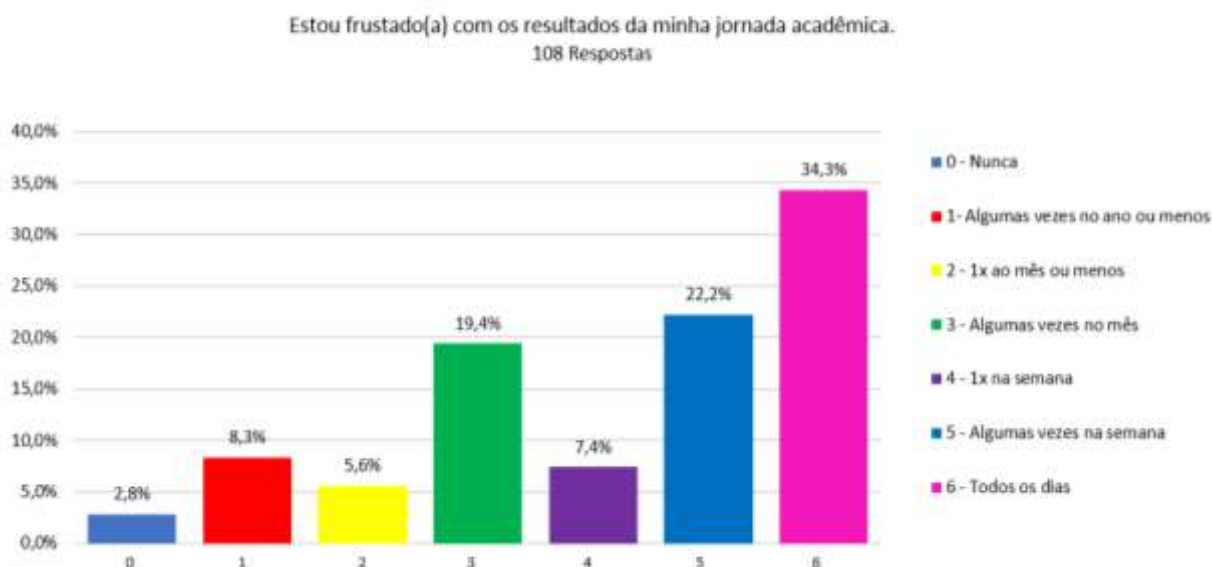
Com relação ao primeiro pilar da síndrome de *Burnout* que se refere à exaustão emocional, dos 108 pesquisados 41,7% (gráfico 01) responderam que algumas vezes na semana (escala 5) se sentem emocionalmente e fisicamente exaustos e 34,3% (gráfico 02) se sentem frustrados com os resultados da jornada acadêmica.

Gráfico 01: Referente à pergunta: “Me sinto emocionalmente e fisicamente exausto (a)”.



Fonte: Arquivo Pessoal

Gráfico 02: Referente à pergunta: “Estou frustrado (a) com os resultados da minha jornada acadêmica”.



Fonte: Arquivo Pessoal.

Os resultados deste trabalho indicam que 41,7% dos estudantes apresentam elevado índice de exaustão emocional. Rodrigues (2019) obteve média semelhante apresentando 44,3%, já Floss (2017) e Sakata (2018) que obtiveram 32,22% e 38,2% valores abaixo do apresentado nesta pesquisa.

Segundo Silva e Vieira (2015) a exaustão emocional é o primeiro fator a surgir na população que pode desenvolver a síndrome de *Burnout*, sendo a obtenção de valores elevados neste fator um indicio de risco potencial do desenvolvimento da síndrome.

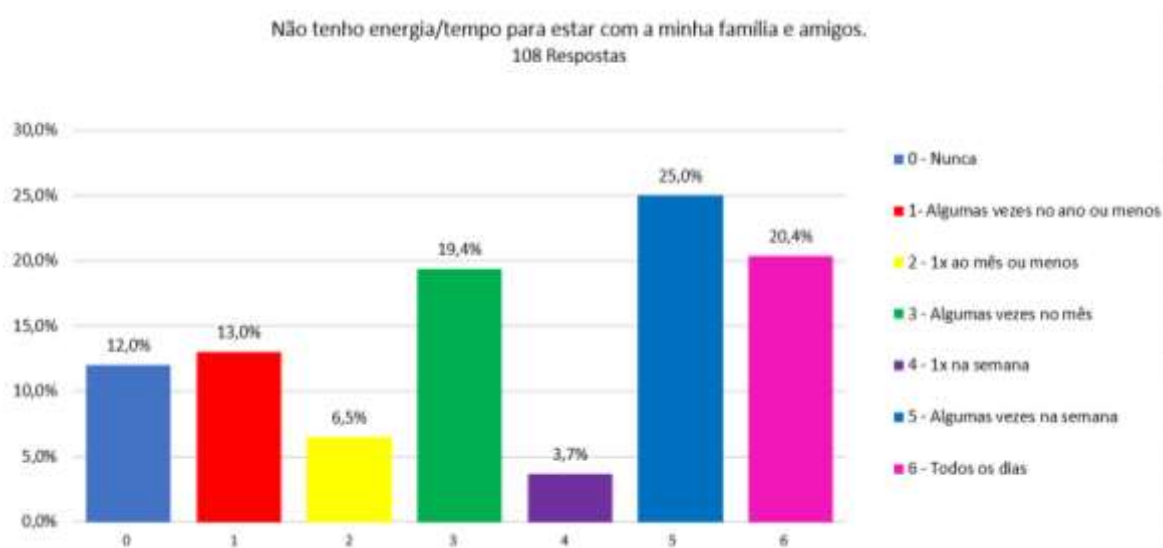
A Descrença ou despersonalização avalia uma resposta impessoal para com os outros (RODRIGUES, 2021). No presente trabalho 26,9% (gráfico 3) dos entrevistados alegaram ter se isolado de pessoas próximas e 25% (gráfico 4) responderam não ter energia para estar com familiares e amigos.

Gráfico 03: Referente à pergunta: “Tenho me isolado de outras pessoas, especialmente das mais próximas de mim”.



Fonte: Arquivo Pessoal.

Gráfico 04: Referente à pergunta: “Não tenho energia/tempo para estar com a minha família e amigos”.



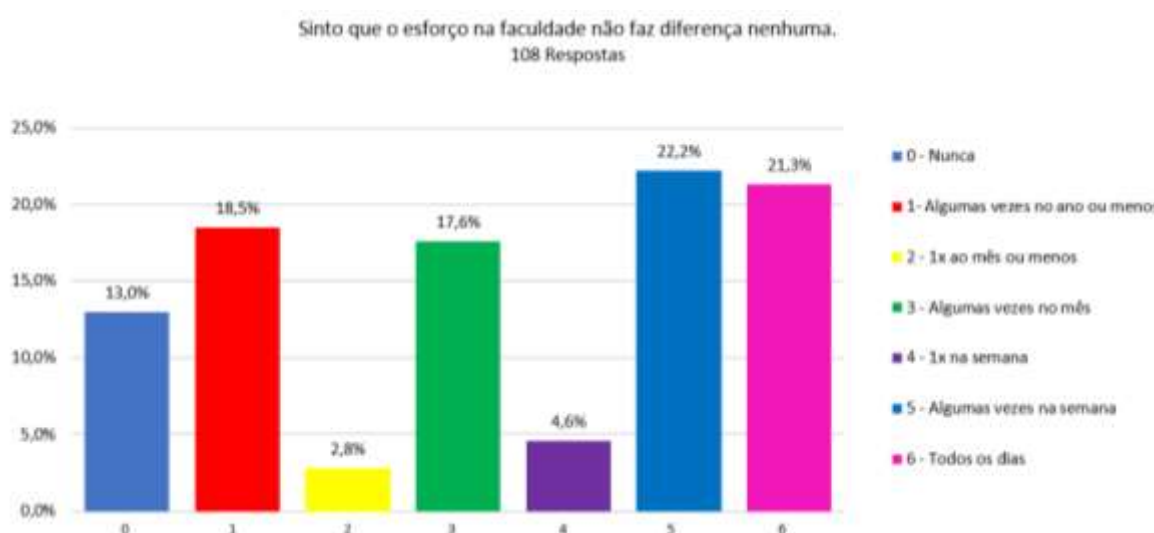
Fonte: Arquivo Pessoal.

Os níveis obtidos em relação à descrença de 26,9% foram inferiores aos níveis obtidos por Pena e Souza (2020) e Sakata (2018) que obtiveram níveis elevados de tal pilar, sendo 66,9% e 44,3% respectivamente. Silva e Vieira (2015) descrevem que a descrença é influenciada de forma negativa ou positiva, sendo que quanto mais baixa à autoestima, mais elevada à descrença, e quanto mais alta a autoestima, menor é a descrença.

Os dados observados nos gráficos demonstram que os acadêmicos encontram-se exaustos e descrentes pelo menos uma vez na semana, fato também observado por Chagas et al., (2016).

No que se refere à eficácia profissional 22,2% (gráfico 05) alegaram sentir que o esforço na faculdade não faz diferença nenhuma e 23,1% (gráfico 06) demonstraram se sentir incapaz de concluir o curso escolhido.

Gráfico 05: Referente à pergunta: “Sinto que o esforço na faculdade não faz diferença nenhuma”.



Fonte: Arquivo Pessoal

Gráfico 06: Referente à pergunta: “Me sinto incapaz de concluir o curso e ser um bom profissional”.



Fonte: Arquivo Pessoal

Com relação à eficácia profissional, os resultados obtidos no presente trabalho (23,1%) são superiores ao de Sakata (2018) que obteve 12,3% considerados níveis

baixos de EP. Os valores observados no presente trabalho demonstram a forma negativa dos alunos de se auto avaliarem, corroborando com Floss (2017) que descreve que a reduzida avaliação da eficácia profissional é caracterizada pela forma negativa de auto avaliação, demonstrando insatisfação com seu desenvolvimento, com declínio no seu sentimento de competência e êxito.

No presente trabalho os níveis elevados de exaustão emocional, descrença e o baixo nível de eficácia profissional assemelham-se com os de Rodrigues (2021), demonstrando que tais pilares são considerados indícios de síndrome de *burnout*.

Rodrigues (2021) destaca que há evidência de que fatores sociodemográficos e financeiros, assim como fatores de personalidade e diferenças individuais são considerados relevantes para o estresse psicológico de estudantes universitários.

No que tange as estratégias voltadas para prevenção da síndrome de *burnout* Floss (2017) menciona que a criação de um ambiente favorável ao dialogo, sendo possível a exposição dos medos, dificuldades e angustias dos estudantes deve ser adotada. Além disso, Pereira (2018) descreve que práticas de atividades físicas, organização e controle de tempo também devem ser utilizados como estratégias para reduzir os níveis de estresse nos estudantes universitário.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A síndrome de *burnout* é bastante descrita em profissionais da área da saúde incluindo os acadêmicos. Nota-se a importância da conscientização e da prevenção desta síndrome em acadêmicos, principalmente nos de medicina veterinária, uma vez que o médico veterinário é o profissional com maior índice de suicídio.

Com isso, as instituições de ensino superior devem valorizar a saúde mental dos acadêmicos, fornecendo medidas adaptativas para controle do estresse no ambiente, assim como o acompanhamento de psicólogos.

REFERÊNCIAS

BARWALDT, E. T.; PIÑEIRO, M. B. C.; CRUZ, D. B.; SILVA, A. B.; NOBRE, M. O. Reflexos da sociedade e a síndrome de *Burnout* na medicina veterinária: revisão de literatura. **Braz. J. Hea. Rev.**, Curitiba, v. 3, n. 1, p. 2-14 jan./feb. 2020.

CHAGAS, M. K. S.; MOREIRA JUNIOR, D. B.; CUNHA, G. N.; CAIXETA, R. P.; FONSECA, E. F. Ocorrência da síndrome de *burnout* em acadêmicos de medicina de instituição de ensino no interior de Minas Gerais. **Revista de Medicina e Saúde de Brasília**, 2016.

FLOSS, G. G. *Burnout* em estudantes de graduação da área da saúde. Trabalho (Bacharelado) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2017.

MILTERS, C. Síndrome de *Burnout*: teste online que avalia seu nível de estresse. 2022. Disponível em: <https://carolmilters.com/sindrome-de-burnout-teste-autoavaliacao-estresse/>. Acesso em: 12 de outubro de 2022.

PEREIRA, V. S. A incidência de risco da síndrome de *burnout* em estudantes universitários do curso de educação física da UNESP de Bauru. Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado) – Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Bauru, 2018.

PESSÔA, W. B. O.; SAMPAIO, F. M. S.; FEITOSA, E. M. F.; COELHO, A. A.; PENHA, M. R. G. ANDRADE, J. F.; MACIEL, W. N. S.; GADELHA, M. S. V. Síndrome de *burnout* nos profissionais da medicina veterinária. SAÚDE: ASPECTOS GERAIS – SAÚDE MENTAL Vol. 1, Editora-OMNIS SCIENTIA, Triunfo – PE, 2021.

ROCHA, F. D. L. *Burnout* e fadiga por compaixão: o mal dos tempos modernos?. Monografia (Programa de aprimoramento profissional) – UNESP, Jaboticabal – SP, 2016.

RODRIGUES, I. M. L. Saúde mental em estudantes de medicina veterinária: *Burnout* e ansiedade durante a pandemia COVID-19. Dissertação (Mestrado) – Universidade de Lisboa, Lisboa, 2021.

RODRIGUES, C. S.; DEUS, M. L. A.; ANDRADE, F. T.; REZENDE, G. B.; MARIANO, L. A.; SÉ, A. B. Avaliação da prevalência da síndrome de *Burnout* em estudantes de medicina. Revista Brasileira De Educação Médica, 44 (4) : e176; 2020.

SAKATA, P. C. S. Médico veterinário: síndrome de *burnout* e ingresso no mercado de trabalho formal. Trabalho de conclusão (Mestrado) – Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2018.

SILVA, A. H.; VIEIRA, K. M. Síndrome de *burnout* em estudantes de pós-graduação: análise da influência da autoestima e relação orientador-orientando. PRETEXTO, Belo Horizonte, v. 16, n1, p.52-58, jan/mar, 2015.

TRINDADE, E. M. V.; SOUZA, J. G. B.; PENA, I. M. Análise comparativa de prevalência da síndrome de *burnout* em estudantes da área de saúde em um centro universitário, considerando os traços da personalidade tipo D. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v.8, n.2, p. 9741-9780 feb. 2022.