

IMPACTOS DO BURNOUT NA SAÚDE MENTAL DOS MÉDICOS VETERINÁRIOS: DESAFIOS, PREVENÇÃO E INTERVENÇÕES

Clara Marcellly Menezes Pires^{1*}, Vítor Ferreira Cançado²

¹Discente no Curso de Psicologia – Centro Universitário de Bom Despacho – UNA – Bom Despacho/MG – Brasil – claramarcellly02@gmail.com

²Discente do Curso de Medicina Veterinária – Centro Universitário de Bom Despacho – UNA – Bom Despacho/MG – Brasil – vitorcancado@yahoo.com.br

INTRODUÇÃO

A saúde mental dos médicos veterinários é crucial não apenas para o seu bem-estar pessoal, mas também para a qualidade do cuidado que oferecem aos seus pacientes. No entanto, as demandas da profissão, como longas horas^{3,5} de trabalho, carga emocional elevada, conflitos éticos e lidar com a morte de animais, podem contribuir significativamente para o desenvolvimento do Burnout. Compreender os fatores que levam ao Burnout e suas consequências é essencial para desenvolver intervenções eficazes que protejam a saúde mental dos profissionais veterinários.

A profissão de medicina veterinária é inerentemente desafiadora, exigindo uma combinação única de habilidades técnicas, empatia e resiliência emocional⁵. No entanto, como em muitas profissões de cuidados de saúde, os médicos veterinários estão enfrentando crescentes preocupações com sua saúde mental, com destaque para o fenômeno do Burnout.

O Burnout é um estado de exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal, e tem sido cada vez mais reconhecido como uma preocupação significativa na comunidade veterinária⁸. Este trabalho acadêmico visa explorar o impacto do burnout na saúde mental dos médicos veterinários, examinando seus desafios, estratégias de prevenção e possíveis intervenções

MATERIAL E MÉTODOS

A revisão foi desenvolvida e fundamentada a partir de banco de dados acadêmicos online nacionais e internacionais, livros de referência acadêmica, revistas e periódicos científicos, trabalhos e cartilhas técnicas. Todas as pesquisas bibliográficas, dados levantados, e escrita do mesmo foram feitos em Abril/2024.

Palavras chave: Burnout, Saúde mental, Médicos Veterinários, Bem-estar, Estresse ocupacional, Prevenção, Terapias alternativas, Estratégias de enfrentamento.

RESUMO DE TEMA

Em uma tradução livre, Burnout é algo como “perder o fogo”, ou “perder a energia”, resultando em uma síndrome em que o trabalhador perde o sentido da sua relação com o trabalho e qualquer ação começa a lhe parecer inútil^{3,6}.

O Burnout é formado por diversos fatores sucessivos que ocorrem em um estado de tempo e representam uma forma de adaptação às fontes de estresse^{3,9}. A literatura atual sobre o burnout entre médicos veterinários destaca uma série de fatores contribuintes, incluindo carga de trabalho excessiva, pressão para alcançar metas, quebra de expectativas em investimentos, falta de controle sobre o ambiente de trabalho e conflitos entre vida profissional e pessoal, o que gera um estado constante de frustração e fadiga.

Um estudo recente revelou que a prevalência do Burnout entre médicos veterinários é significativamente alta, com taxas superiores à média de outras profissões². Este estudo também identificou que a falta de apoio social e recursos para lidar com o estresse foram fatores de risco importantes para o desenvolvimento do Burnout². Ainda de acordo com pesquisadores da área essa síndrome afeta principalmente profissionais da área da saúde dos quais inevitavelmente possuem contato direto com pessoas⁷, e, além disso, demais estudos destaca que o envolvimento emocional dos médicos veterinários com seus pacientes, casos clínicos e seus clientes pode aumentar sua vulnerabilidade ao Burnout, especialmente quando confrontados com situações de sofrimento crônico animal ou decisões difíceis relacionadas à eutanásia^{5,7}.

Esses achados ressaltam a importância de abordar não apenas os fatores de estresse relacionados ao trabalho, mas também a necessidade de fornecer suporte psicológico e treinamentos adequados para garantir

habilidades de enfrentamento em situações que demandam maturidade e estabilidade emocional. Em termos de prevenção e intervenção, o acompanhamento psicológico é indispensável, desde as questões corriqueiras que o médico veterinário atravessa no dia a dia até para situações de esgotamento emocional consequentes de diversas situações estressantes no ambiente laboral.

Além do cuidado psicopatológico, também há várias estratégias que têm sido propostas na literatura. Programas de educação sobre saúde mental, mostraram-se eficazes na redução do estigma associado à busca de ajuda e no aumento da conscientização sobre os sinais precoces do burnout^{8,9}. Intervenções alternativas baseadas em mindfulness e técnicas de gestão do estresse têm sido cada vez mais recomendadas, oferecendo aos médicos veterinários ferramentas práticas para lidar com o estresse do dia a dia e promover o autocuidado.

O Burnout entre médicos veterinários é um problema significativo que requer uma abordagem multifacetada. Ao entender os fatores que contribuem para o desenvolvimento dessa síndrome e implementar estratégias eficazes de prevenção e intervenção, é possível promover uma cultura de cuidado e apoio que beneficie não apenas os médicos veterinários, mas também os animais e clientes que eles servem, para que o sofrimento psíquico do profissional não venha interferir nas suas atividades.

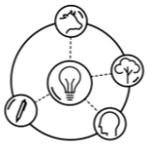
CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em síntese, o Burnout entre médicos veterinários representa um desafio significativo para a saúde mental e o bem-estar desses profissionais. A carga emocional elevada, longas horas de trabalho e falta de controle sobre o ambiente laboral contribuem para sua vulnerabilidade. No entanto, estratégias de prevenção e intervenção, como programas de educação sobre saúde mental e técnicas de gestão do estresse, oferecem caminhos promissores para mitigar esses efeitos adversos. Concluindo, o apoio institucional e comunitário é fundamental para promover uma cultura de cuidado e suporte dentro da profissão veterinária. Ao reconhecer e enfrentar o Burnout, é possível garantir a saúde mental dos veterinários e assegurar um cuidado de qualidade no atendimento dos animais e clientes.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1-BARWALDT, E. T. et al. **Reflexos da sociedade e a síndrome de Burnout na medicina veterinária: revisão de literatura.** Curitiba: 2018
- 2-BERG, I. J. et al **Prevalence of burnout, depression, anxiety, and stress in Australian midwives and doctors: A cross-sectional survey.** 2020
- 3-FRANK, A. C. **Síndrome de burnout na Medicina Veterinária.** 2018
- 4-HANSEZ, I. et al. **Occupational stress, work-home interference and burnout among Belgian veterinary practitioners.** 2008
- 5-MCCULLOCH, M. J. et al. **Ligação entre seres humanos e animais e a eutanásia – Um problema especial.** Tratado de Medicina Interna Veterinária. São Paulo: Manole, v.1, 1992
- 6-MEEHAN, M. P. et al. **Burnout and associated factors in members of the American College of Veterinary Surgeons.** 2019.

XIII Colóquio Técnico Científico de Saúde Única, Ciências Agrárias e Meio Ambiente



7-NETT, R. J. et al. **Risk factors for suicide, attitudes toward mental illness, and practice-related stressors among US veterinarians.** 2015

8-PLATT, B. et al. **Suicidal behavior and harm in animals: A review of the literature.** 2019

9-SILVA, F. P. P. **Burnout: um desafio à saúde mental do trabalhador.** 2000