**A SAÚDE MENTAL NA JORNADA VETERINÁRIA – REVISÃO DE LITERATURA**

 COURA, Rafaela Santos¹\*; MORAES, Gabriele Almeida¹; ANUNCIAÇÃO, Vinícius de Souza¹; OLIVEIRA, Bruna Rodrigues de Albuquerque1; VICENTE, Ana Beatriz Soares1; BORGES, Andrezza Vieira1; REIS, Rafaella Serafim1; SACARI, Yuri Tarouqueta Dutra¹; RIBEIRO, Gabriella Avelar1; DRUMOND, Mariana Resende Soares².

*¹Graduando em Medicina Veterinária, Unipac - Lafaiete, MG, ²Professora do curso de Medicina Veterinária da UNIPAC - Conselheiro Lafaiete, MG. \*rscoura9@gmail.com*

**RESUMO:** No universo dos veterinários, desafios laborais como extensas jornadas, interações com clientes, procedimentos médicos e dilemas éticos afetam tanto o bem-estar físico/mental quanto às relações familiares. A ansiedade emerge como fruto do estresse, variando com a predisposição individual em reagir a estímulos. Empatia e sensibilidade aos animais se conectam ao *burnout* e à fadiga por compaixão, decorrentes da constante exposição ao sofrimento alheio. Isso culmina em exaustão física, ceticismo, desconexão do trabalho e sentimentos de ineficácia. A depressão, um transtorno de humor, traz consigo tristeza duradoura e desinteresse social, com uma variedade de sintomas e impactos no bem-estar geral. O alarmante risco de suicídio, mais alto entre veterinários, é impulsionado por estresse ocupacional, depressão e isolamento. Essas questões apontam para a necessidade urgente de abordagens holísticas para cuidar da saúde mental desses profissionais.

**Palavras-chave:** burnout, fadiga por compaixão, transtorno mental, veterinários

**INTRODUÇÃO**

A saúde mental relacionada ao trabalho é estudada pela psiquiatria, psicologia e medicina do trabalho. Todas estas áreas reconhecem que a saúde mental vai além da ausência de doença, abrangendo bem-estar físico, mental e social. O trabalho, embora seja uma fonte de realização e relações interpessoais, pode gerar estresse ocupacional, especialmente na medicina veterinária. Esses profissionais frequentemente enfrentam sintomas de estresse, como ansiedade, esgotamento e desmotivação, impactando no seu desempenho e bem-estar. A importância do suporte emocional para veterinários é muitas vezes subestimada. Pesquisas indicam que veterinários têm baixo bem-estar psicológico, especialmente os menos experientes. Portanto, é essencial que esses profissionais desenvolvam resiliência e autoconsciência para melhorar seu desempenho e qualidade do atendimento. A revisão de literatura teve como objetivo descrever alguns transtornos mentais comuns relacionados à Medicina Veterinária.

**REVISÃO DE LITERATURA**

Na medicina veterinária, fatores estressantes associados ao trabalho encontram-se relacionados a diversas causas, como longas jornadas trabalhistas, interações com clientes, estresse cirúrgico, exposição a situações de eutanásia e dilemas éticos. Esses fatores não apenas afetam o bem-estar físico e mental dos veterinários, mas também se estendem às relações familiares (Volk, 2018). O estresse ocupacional, ansiedade, *burnout*, fadiga por compaixão e depressão são doenças ligadas ao mal-estar desses profissionais, contribuindo para as elevadas taxas de suicídio (Queiroz, 2020).

O estresse ocupacional na maioria das vezes encontra-se relacionado com pressões excessivas no local de trabalho, como horas trabalhadas, resultados inesperados, relação com o tutor e funcionários, finanças, preocupações com a carreira, manutenção do conhecimento e habilidades (Platt et al., 2012).

*Burnout*, também conhecida como Síndrome de *Burnout* ou Síndrome de Esgotamento Profissional e é caracterizada pelo esgotamento mental crônico profissional (Saúde, 2019). Normalmente envolve condições de sofrimento psíquico: a baixa realização profissional/pessoal caracterizada pela despersonalização e/ou incompetência e o desgaste emocional (Barwalt et al., 2020). É uma síndrome que traz diversas consequências para o veterinário, tanto psíquicas quanto físicas. Queiroz (2020) mencionou diversas pesquisas sobre o stress na medicina veterinária. Em uma delas, 75% relataram possuir algum grau de estresse. Ainda foi observado que a Síndrome de Burnout encontra-se mais relacionada com profissionais mais jovens. Com relação ao grau de exaustão, 42% era moderada. Segundo Perret et al. (2020), dentre as causas do estresse, destacam-se: esgotamento e fadiga por compaixão, ansiedade e depressão. Corroborando com Cury (2016), segundo ele os veterinários são os profissionais que mais sabotam seu prazer de viver e sua própria saúde mental.

A falta de autocuidado enquanto se preocupa com outros pode levar a comportamentos autodestrutivos, como fadiga, isolamento e abuso de substâncias. No contexto dos veterinários, a empatia com o sofrimento animal também está ligada ao *burnout*. A interferência do trabalho na vida pessoal, dilemas éticos, eutanásia e emergências contribuem para o risco de esgotamento e a probabilidade de desenvolver tanto *burnout* quanto fadiga por compaixão. Sintomas da síndrome incluem desmotivação, mal-estar, insatisfação profissional, comportamentos arriscados, sensação de onipotência, cansaço emocional, desorientação, uso de substâncias e instabilidade no emprego. Além disso, sintomas físicos ligados ao estresse, como fadiga crônica, dores de cabeça, distúrbios do sono, suscetibilidade a infecções, úlceras, hipertensão, perda de peso, dores musculares e alergias, também podem ocorrer (Azevedo, 2008).

A depressão é outro aspecto relevante no meio veterinário. Considerada um transtorno de humor. Manifesta-se por um quadro prolongado de tristeza e desinteresse em relação à vida social. Pode surgir advindo de um agravamento do quadro da síndrome citada anteriormente. Seus sintomas incluem a perda de interesse, a incapacidade de sentir prazer, oscilações entre sentimento de culpa e autoestima reduzida, além de perturbações do sono, falta de apetite, fadiga e dificuldade de concentração (Lacerda, 2015).

Infelizmente, esses distúrbios psicológicos quando não tratados são uma ameaça iminente que podem acarretar no autoextermínio. O suicídio assume relevância significativa no âmbito veterinário. O envenenamento, principalmente por meio de agentes anestésicos, destaca-se como o método mais comum entre esses profissionais. É relevante observar que muitos dos fármacos utilizados para esse fim são adquiridos durante a rotina de trabalho, criando assim, um ambiente propenso ao risco (Platt et al., 2012). Em seu levantamento bibliográfico Queiroz (2020), observou que a veterinária tem uma das mais elevadas taxas de suicídios em relação a outras modalidades da área da saúde. Segundo ele, desde a década de 70 já existem trabalhos em vários países que relatam dados semelhantes. A taxa de suicídio de Médicos Veterinários é de 10,6 para cada um cidadão. Por trás deste dado, a Síndrome de *Burnout* e a fadiga por compaixão emergem como maiores fatores (Barwaldt, 2020).

**CONSIDERAÇÕES FINAIS**

É inegável que uma abordagem abrangente seja fundamental para fornecer o suporte necessário aos profissionais veterinários. A implementação de políticas públicas de saúde desempenharia um papel de extrema importância nesse contexto. A inclusão da fadiga por compaixão na Classificação Internacional de Doenças (CID) abriria as portas para viabilizar o acesso a suporte psicológico e psiquiátrico por meio de planos particulares e do sistema público de saúde, marcando um passo inicial de grande relevância. Gerar uma participação ativa do Ministério da Educação na revisão curricular e na promoção de melhores condições de estudo e trabalho se apresenta como uma estratégia imprescindível para capacitar adequadamente esses profissionais para os desafios da sua carreira. No âmbito das clínicas que operam 24 horas, a implementação de programas de monitoramento da saúde laboral demonstraria sua eficácia em assegurar que os profissionais engajados nos cuidados intensivos de animais recebam o suporte necessário para preservar sua saúde mental e bem-estar. Todas essas medidas holísticas visam abordar de forma abrangente os desafios de saúde mental enfrentados pelos veterinários, fornecendo-lhes o suporte essencial para uma carreira saudável e sustentável.

**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

AZEVEDO, G. X. Burnout: uma ameaça invisível, mas real. **Revista Alpha**, v.9, p.54-66, 2008.

BARWALDT, E. T. et al. Reflexos da sociedade e a síndrome de Burnout na medicina veterinária: revisão de literatura. **Braz. J. Hea. Rev**., v.3, n.1, p.2-14 jan./feb. 2020.

CURY, A. Ansiedade 2: Autocontrole: Como controlar o estresse e manter o equilíbrio. São Paulo: Benvirá, 2016. 192p.

LACERDA, A. N. Indícios de estresse, ansiedade e depressão em estudantes universitários. Brasília, 2015. 86p. Monografia (Licenciatura em Pedagogia) – Faculdade de Educação. Universidade de Brasília. Distrito Federal, Brasília.

PLATT, B., HAWTON, K. et al. Suicidal behaviour and psychosocial problems in veterinary surgeons: a systematic review. **Soc. Psychiatry Psychiatric Epidemiol.** 2012. Feb; 47(2), p.223-240.

PERRET, J. L., BEST, C. O. et al. Prevalence of mental health outcomes among Canadian veterinarians. **Journal of the American Veterinary Medical Association**, 2020. 256(3), p.365–375.

QUEIROZ, C. A. de. Suicídio em Profissionais de Veterinária: uma revisão narrativa e uma visão sobre Portugal. 2020. 60 f. Dissertação (Mestrado em Medicina Veterinária) - Faculdade de Medicina da Universidade do Porto e ao Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto, Porto.

SAÚDE, Organização Pan Americana da; SAÚDE, Organização Mundial da. CID: Burnout é um fenômeno ocupacional. 2019. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/28-5-2019-cid-burnout-e-um-fenomeno-ocupacional>. Acesso em: 23 ago 2023.

VOLK, John O.; STRAND, Elizabeth B.; LORD, Linda K.; SIREN, Colin W. Executive summary of the Merck Animal Health Veterinary Wellbeing Study. 2018.