

INFLUÊNCIA DA DIMENSÃO CANSAÇO EMOCIONAL NO SURGIMENTO DA SÍNDROME DE BURNOUT EM MÉDICOS VETERINÁRIOS

EUGÊNIA TAVARES BARWALDT; MARTHA BRAVO CRUZ PIÑEIRO²; ANA LAURA CRUZEIRO SZORTYKA³; MÁRCIA DE OLIVEIRA NOBRE⁴.

¹Universidade Federal de Pelotas – *tbeugenia@gmail.com*

²Universidade Federal de Pelotas – *martha.pineiro@hotmail.com*

³Universidade Federal de Pelotas – *alcruzeiro@gmail.com*

⁴Universidade Federal de Pelotas – *marciaonobre@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

Burnout, também designada como Síndrome do Esgotamento Profissional ou Síndrome de Burnout é uma classificação de ansiedade que rodeia o cenário da Medicina Veterinária, no entanto ainda não existem dados quantificados no Brasil e carece de estudos na área. A Síndrome de Burnout (SB) é definida como o processo no qual os aspectos do contexto de trabalho e interpessoais contribuem para o seu desenvolvimento e uma condição de sofrimento psíquico causado, principalmente, pelo estresse e ansiedade (PEREIRA, 2002).

A SB traz diversas consequências para o indivíduo, tanto psicológicas quanto físicas (DONATELLE & HAWKINS, 1989). Os principais sintomas apresentados no processo da SB foram subdivididos como sintomas físicos, psíquicos, comportamentais e defensivos. Dentre os principais, podemos citar fadiga constante, dores musculares, distúrbio do sono, cefaleias, falta de atenção, alterações de memória, sentimento de solidão, impaciência, depressão, baixa autoestima, desconfiança, irritabilidade, agressividade, tendência ao isolamento e até suicídio (PEREIRA, 2002; MASLACH & LEITER, 1999).

Esse distúrbio é basicamente definido por uma tríade de dimensões, também conhecidas como fatores de risco. A primeira é a exaustão emocional, que se caracteriza pela falta de energia e entusiasmo, sensação de esgotamento, sentimento de frustração e tensão nos trabalhadores; a segunda é a despersonalização, que se entende pelo desenvolvimento de uma insensibilidade e esgotamento emocional, fazendo com que o profissional trate os usuários, colegas e a organização de maneira desumanizada; e a terceira é a baixa realização profissional demonstrada por uma tendência do trabalhador se avaliar de forma negativa, tornando-se infeliz e insatisfeito (CARLOTTO & PALAZZO, 2006). Assim, o objetivo do estudo foi avaliar a importância e a relação do fator de risco cansaço emocional no aparecimento da Síndrome de Burnout em Médicos Veterinários.

2. METODOLOGIA

O presente projeto foi encaminhado à plataforma Brasil, a fim de quantificar a SB em Médicos Veterinários a partir dos seus fatores de risco, utilizando o questionário de Maslach Burnout Inventory (MBI). O instrumento avalia como o sujeito vivencia seu trabalho, investigando três fatores: cansaço emocional, falta de realização pessoal no trabalho e despersonalização.

Dentro da dimensão cansaço emocional, totaliza-se nove perguntas que indicam a frequência das atitudes e sentimentos perante o trabalho realizado, numa escala de pontuação que varia de 0 a 6, onde, 0 significa nunca; 1 significa

uma vez ao ano ou menos; 2 significa uma vez ao mês ou menos; 3 significa algumas vezes ao mês; 4 significa uma vez por semana; 5 significa algumas vezes por semana; e, 6 significa todos os dias. Caracterizando profissional com somatório ≥ 27 com nível alto desse fator de risco.

Neste trabalho, as perguntas avaliadas foram: "Sinto-me esgotado (a) emocionalmente devido ao meu trabalho"; "Sinto-me cansado (a) ao final da jornada de trabalho"; "Meu trabalho deixa-me exausto (a)"; "Creio que estou trabalhando em demasia"; "Quando me levanto pela manhã e vou enfrentar outra jornada de trabalho sinto-me cansado (a)"; "Trabalhar com pessoas o dia todo me exige um grande esforço"; "Sinto-me frustrado (a) em meu trabalho"; "Trabalhar diretamente com as pessoas causa-me estresse"; e "Sinto-me no limite de minhas possibilidades". O questionário foi disponibilizado e divulgado nas plataformas digitais a fim de alcançar maior número de profissionais, e posteriormente, analisado a frequência dos resultados obtidos.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram totalizadas 3.090 respostas. Dessas, 2270 (73,5%) das pessoas foram classificadas com nível alto para a dimensão cansaço emocional. Das perguntas avaliadas (gráfico 1), foi visto que 13,2% (408/3090) das pessoas se sentem cansadas todos os dias no fim do seu trabalho, e 27,6% (854/3090) (gráfico 2), cansadas ao se levantar pela manhã para enfrentar outra jornada. Além disso, 13,2% (408/3090) alegam diariamente que seu trabalho gera esgotamento emocional, 18,7% (578/3090) que seu trabalho é exaustivo e 19,6% (607/3090) diz trabalhar demasiadamente. A exaustão emocional ou cansaço emocional é a primeira resposta ao estresse laboral crônico, acompanhado de desgaste físico e esgotamento dos recursos emocionais para lidar com a situação estressora (CARLOTTO & PALAZZO, 2006).

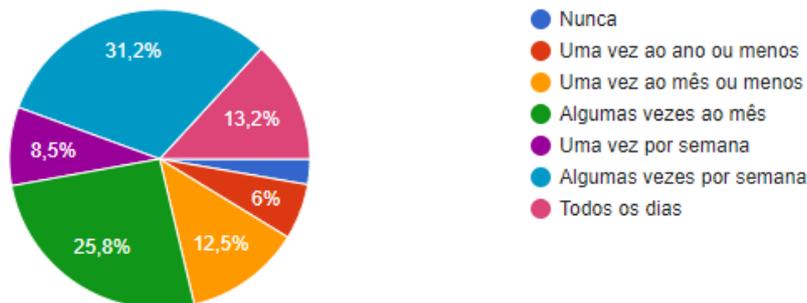


Gráfico 1. Referente a pergunta "Sinto-me cansado (a) ao final da jornada de trabalho"

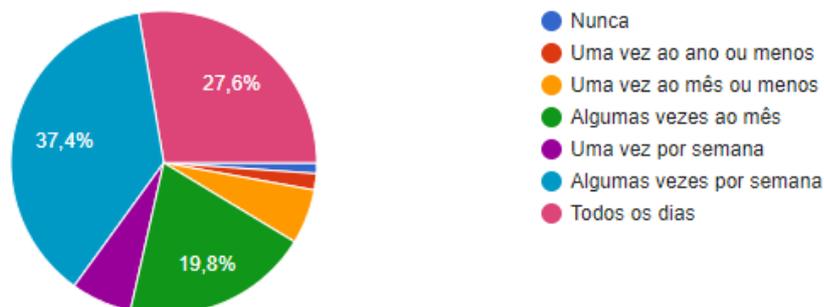


Gráfico 2. Referente a pergunta "Quando me levanto pela manhã e vou enfrentar outra jornada de trabalho sinto-me cansado (a)"

No estudo 15,2% (470/3090) (gráfico 3), afirmaram sentir-se frustrados em sua profissão e 14,6% (452/3090) (gráfico 4) no limite das suas possibilidades. A

falta de envolvimento pessoal no trabalho é uma dimensão na qual existe um sentimento de inadequação pessoal e profissional. Há uma tendência do trabalhador se auto avaliar negativamente, o que acaba afetando a habilidade para a realização do trabalho e o atendimento, o contato com os clientes, bem como com a organização profissional (CARLOTTO & GOBBI, 1999).

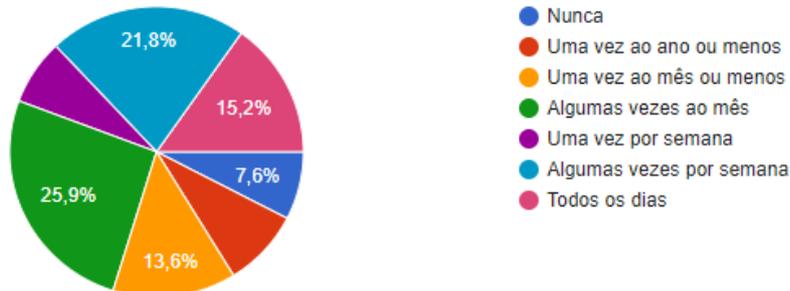


Gráfico 3. Referente a pergunta "Sinto-me frustrado (a) em meu trabalho"

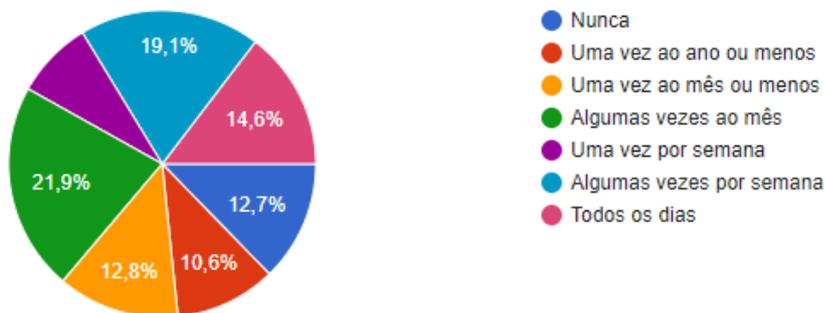


Gráfico 4. Referente a pergunta "Sinto-me no limite de minhas possibilidades"

Ainda, 26,6% (822/3090) (gráfico 5) dos Médicos Veterinários alegaram que trabalhar com pessoas o dia todo exige grande esforço e 20,1% (620/3090) (gráfico 6) se sentem diariamente estressados por trabalhar diretamente com elas. O cansaço emocional caracteriza-se pela ausência de energia entrelaçada a um sentimento de esgotamento emocional, podendo se manifestar de diversas maneiras como física (dores musculares, cefaleia, etc.), psíquica (falta de paciência, dificuldade de relações interpessoais, endurecimento afetivo, ansiedade, conduta voltada pra si e perda de motivação profissional) ou até mesmo a combinação dos dois fatores (CODO & VASQUES-MENEZES, 1999).

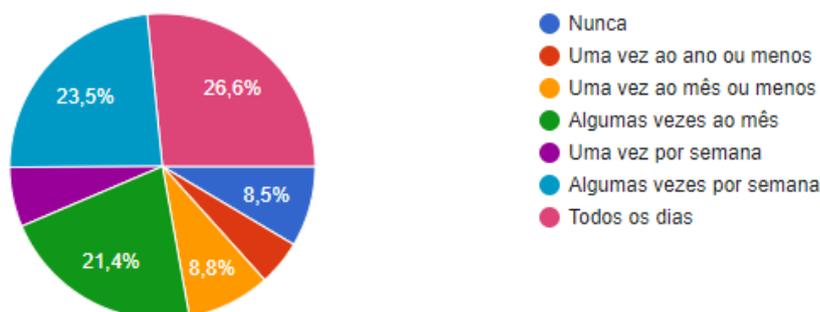


Gráfico 5. Referente a pergunta "Trabalhar com pessoas o dia todo me exige um grande esforço"

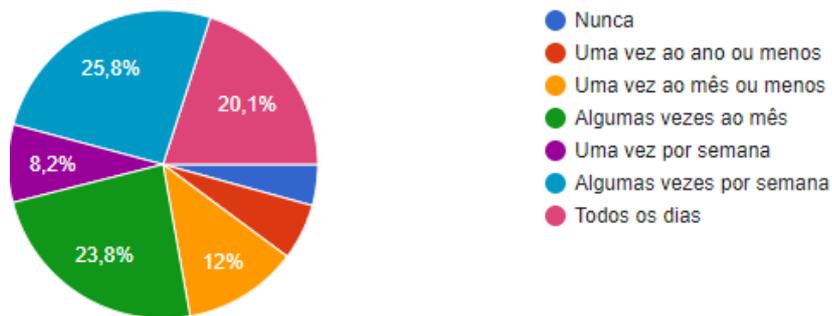


Gráfico 6. Rreferente a pergunta “Trabalhar diretamente com as pessoas causa-me estresse”

Médicos Veterinários trabalham em média de 44 a 54 horas por semana e está carga horária elevada, somada ao desequilíbrio entre vida pessoal e profissional e a intensa auto cobrança, são uns dos principais contribuintes para o aumento do cansaço emocional nessa profissão (MEEHAN & BRADLEY, 2007). Essa intensa cobrança em si próprio, faz com que sabote a tranquilidade nutrindo o estresse presente nas diversas esferas da vida.

4. CONCLUSÃO

Conclui-se que o cansaço emocional assume papel primordial no surgimento da Síndrome de Burnout em Médicos Veterinários.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Carlotto, M.S. & Gobbi M.D. Síndrome de Burnout: um problema do indivíduo ou do seu contexto de trabalho? **Aletheia**, 10,103-114. 1999.

Carlotto, M.S. & Palazzo, L.S. Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. **Cadernos de Saúde Pública**, 22(5), 1017-1026. 2006.

Codo, W & Vasques-Menezes, I. O que é burnout. **Educação: carinho e trabalho**, 2, 237- 254. 1999.

Donatelle, R.J.; Hawkins, M.J. Employee stress claims: increasing implications for health promotion programs. **American Journal of Health Promotion**, v.3, n.3, p.19-26, 1989.

Maslach, C.; Leiter, M.P. Trabalho: fonte de prazer ou desgaste? **Guia para vencer o estresse na empresa**. Papirus, Campinas, 239p., 1997.

Meehan, M.P. & Bradley, L. Identifying and evaluating job stress within the Australian small animal veterinary profession. **Australian Veterinary Practitioner**, 37(2),70-83. 2007.

Pereira, A.M.B.. Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. 4ed. São Paulo: **Casa do Psicólogo**. Disponível em: encurtador.com.br/xMP05. 2002.