

O burnout, também conhecido como síndrome do esgotamento profissional, é uma síndrome que afeta milhões de trabalhadores ao redor do mundo. O esgotamento mental severo pode ser identificado como um alto nível de estresse no ambiente de trabalho que tem como motivo número um a sobrecarga, mas outros fatores como o baixo nível de autonomia e de participação nas decisões, corte de gastos, reestruturações na empresa, conflitos internos e outros também pode desencadear esse processo.

Como sabemos, o ano de 2020 foi bastante atípico para todos e, em especial, para os profissionais de saúde, principalmente para os que estiveram na linha de frente contra a covid-19. Um levantamento realizado pelo site Medscape mostrou que o número de médicos com burnout e/ou depressão diminuiu 10 pontos percentuais desde 2018, mas entre os que disseram sofrer com esses transtornos mentais, 59% afirmaram que os problemas se intensificaram com a pandemia.

A publicação foi divulgada no final de 2020 e contou com a participação de 2.475 profissionais, entre 9 de junho e 23 de agosto daquele ano. Segundo a pesquisa, um em cada 10 médicos afirmou pensar em abandonar a carreira para sempre por conta da gravidade do burnout que sofre, agravado com pandemia. Entre os fatores mais citados para o agravamento do problema estavam o excesso de tarefas burocráticas e muitas horas de trabalho por semana e baixa remuneração.

O levantamento do Medscape mostra que o grupo entre 25 e 39 anos são os que mais têm Burnout e depressão. Nessa faixa etária, 22% disseram sofrer de Burnout, contra 16% daqueles entre 40 e 54 anos e 8% para quem tem entre 55 e 73 anos.

Entre todos aqueles que afirmaram sofrer de esgotamento, seis em cada dez afirmou que isso ficou mais intenso com a pandemia de Covid-19. Veja abaixo alguns números do levantamento:

- 54% gostariam de ter mais reconhecimento pelo seu trabalho pelo engajamento ao combate à Covid-19;
- 34% gostariam de ter uma compensação financeira pelas horas extras trabalhadas;
- 74% acreditavam que o local de emprego não oferecia um programa para reduzir o estresse;
- 47% procuraram ajuda de um profissional;
- 60% se sentiam para baixo ou triste;
- 51% acreditavam que estavam deprimidos por conta do trabalho;
- 53% dos profissionais normalmente trabalharam mais de 40 horas por semana;
- 53% achavam que esses sintomas impactaram no atendimento médico;
- 34% apresentavam quadros de depressão grave;
- 11% pensavam em abandonar a medicina por conta do burnout;
- 79% achavam que a síndrome de burnout interferiu nas relações pessoais;
- 33% já tiveram pensamentos suicidas;
- 5% já tentaram o suicídio.

No Brasil, desde março de 2020, médicos e profissionais de saúde vivenciam uma verdadeira maratona contra um vírus com uma rotina completamente alterada — longas horas de trabalho, medo de se infectar, folgas cada vez mais distantes e plantões frequentes que geraram uma sobrecarga física e mental.

Nós falamos sobre a importância desses profissionais em diferentes momentos, como [aqui](#) ou ainda sobre a [vida do médico frente à pandemia](#).

[A pesquisa completa do Medscape pode ser acessada aqui. Veja.](#)

Fonte: IESS, em 20.01.2021