

FATORES INTRÍNSECOS E EXTRÍNSECOS QUE INTERFEREM NA SAÚDE MENTAL DE MEDICOS VETERINÁRIOS

INTRINSIC AND EXTRINSIC FACTORS THAT INTERFERE WITH THE MENTAL HEALTH OF VETERINARIANS

Andriele de Jesus Paulista¹, Liliâne Aparecida de Oliveira²

¹Estudante do Curso de Medicina Veterinária

² Professora Mestre do curso de Medicina Veterinária

Resumo: A profissão de medicina veterinária é desafiadora e complexa, exigindo não apenas conhecimento técnico, mas também empatia e habilidades de comunicação. No entanto, os profissionais enfrentam desafios como a síndrome de Burnout, um transtorno psicológico que causa esgotamento mental e emocional severo, que tem sido identificada em profissionais de diversas áreas, incluindo a medicina veterinária e fadiga por compaixão, outro fenômeno que ocorre quando um profissional se esgota física e mentalmente devido ao sofrimento de outros seres, como animais em situações de maus-tratos. O estudo mostrou que a maioria dos veterinários entrevistados eram mulheres, com a faixa etária predominante entre 31 e 40 anos. Apesar do crescimento na formação de novos profissionais nos últimos anos, muitos relatam sentir-se sobrecarregados e estressados, com dificuldade de cuidar da própria saúde e manter o equilíbrio entre vida profissional e pessoal; onde a falta de suporte psicológico e reconhecimento contribui para o surgimento desses transtornos, que podem ter sérias consequências para a saúde física e mental dos médicos veterinários. Destaca-se a importância de implementar medidas de cuidado com a saúde mental e emocional dos veterinários, além de buscar um equilíbrio entre vida profissional e pessoal, a fim de garantir seu bem-estar e qualidade de vida.

Palavras-chave: Saúde mental, Burnout, Exaustão mental

Abstract: The profession of veterinary medicine is challenging and complex, requiring not only technical knowledge but also empathy and communication skills. However, professionals face challenges such as burnout syndrome, a psychological disorder that causes severe mental and emotional exhaustion, has been identified in professionals from various fields, including veterinary medicine and compassion fatigue, another phenomenon that occurs when a professional becomes physically and mentally exhausted due to the suffering of other beings, such as animals in abusive situations. The study showed that the majority of veterinarians interviewed were women, with the predominant age range between 31 and 40 years. Despite the growth in the training of new professionals in recent years, many report feeling overwhelmed and stressed, struggling to take care of their own health and maintain a balance between professional and personal life; where the lack of psychological support and recognition contributes to the onset of these disorders, which can have serious consequences for the physical and mental health of veterinarians. It is important to implement measures to care for the mental and emotional health of veterinarians, as well as to seek a balance between professional and personal life, in order to ensure their well-being and quality of life.

Keywords: Mental Health, Burnout, Mental Exhaustion.

Contato: andrielepaulista98@gmail.com; liliane.paula@cescage.edu.br

INTRODUÇÃO

De acordo com os dados de 2020 do Conselho Federal de Medicina Veterinária (CFMV), o número de médicos veterinários que possuem registro ativo no Brasil era de 145,6 mil, tornando assim o Brasil, o país com o maior número de médicos veterinários no mundo (CFMV, 2020).

De acordo com as diretrizes do Ministério da Educação (MEC) na grade curricular devem conter disciplinas que permitam ao graduando trabalhar com a

diversidade entre as pessoas, culturas, diferenças sociais, para que o tratamento consiga ser compreendido pelo tutor e realizado de forma adequada (Ministério da Educação, 2018).

Entretanto, não se tem uma disciplina voltada a inteligência emocional e autocuidado psicológico e nem a disciplinas como do inglês *Mental health first aid*, que se trata de primeiros socorros de saúde mental que é uma prática que tem sido adotada nos Estados Unidos e Canadá e busca capacitar os profissionais a identificarem quando um colega de trabalho ou qualquer outra pessoa próxima está passando por uma crise de saúde mental (Keil, 2019).

Um grande desafio dos profissionais é o relacionamento com os tutores, na maior parte dos encontros entre médico veterinário e tutor, o tutor se encontra em um momento de vulnerabilidade, onde pode acabar transferindo alguns sentimentos como de angústia, tristeza, culpa e raiva para o médico veterinário; em muitos casos esse fato gera uma sobrecarga sobre esses profissionais (Donati, 2012).

Uma pesquisa realizada em 2016 pelo *Center of Disease Control* (CDC), apontou que a medicina veterinária está entre as cinco profissões que mais oferecem risco de suicídio quando comparadas à riscos da população em geral; dentre os fatores que levam a essa posição temos os transtornos como a síndrome de *Burnout*, a fadiga por compaixão, a exaustão dos profissionais e o estresse moral (Frank *et al.*, 2016).

A síndrome de *Burnout* é um distúrbio emocional onde o profissional fica em um estado de exaustão extrema, estresse e esgotamento por conta de situações no ambiente de trabalho (Kogan *et al.*, 2020).

Dentro da medicina veterinária existem diversos fatores que podem levar a um profissional a desencadear *Burnout* tais como, a carga excessiva de trabalho não tendo um equilíbrio entre a vida profissional e pessoal, na jornada diária passar muito tempo em pé, possuir uma alimentação inadequada e lidar com conflitos de tutores que não estão satisfeitos, diagnósticos desfavoráveis, sugestão da eutanásia a própria manutenção da clínica de equipamentos em geral todos esses são fatores que podem de forma gradativa acabar desgastando o profissional (Barwaldt *et al.*, 2020).

A fadiga por compaixão acontece quando há uma exaustão em prol do sofrimento do outro, podendo ser o resultado de acompanhar o sofrimento do paciente no decorrer do tratamento, a decisão da eutanásia ou presenciar cenas traumatizantes, que podem ser acompanhadas com certa frequência dentro da clínica veterinária como em casos de maus tratos e abandono (Harrison, 2021).

A fadiga por compaixão tem sido relatada em pessoas que trabalham em ONGs que cuidam de animais em situações desfavoráveis e de maus tratos, e na saúde humana tem sido relatada em enfermeiros e médicos que acompanham pacientes moribundos e em estágio terminal (Scotney *et al.*, 2015).

Os sinais mais relatados pelos profissionais são as jornadas de trabalho longas onde não se tem um equilíbrio da vida profissional e pessoal, a cobrança pelo diagnóstico e resultados a falta de reconhecimento por parte do tutor que pode resultar em interações turbulentas, lidar com situações difíceis a possibilidade de maus tratos e injúria aos pacientes, quadros terminais, a decisão da eutanásia e óbito do paciente (Brscic *et al.*, 2021).

Para compreender melhor os sinais da síndrome, primeiramente é necessário entender o contexto de QVP (Qualidade de Vida Profissional), que diz respeito a

quanto o profissional se sente bem atuando em sua profissão, no caso da veterinária o quando o veterinário se sente bem ajudando os animais (Barbosa *et al.*, 2014).

O objetivo do presente trabalho foi avaliar fatores que podem afetar a saúde mental de médicos veterinários atuantes em Ponta Grossa-PR e na região dos Campos Gerais.

2 MATERIAL E MÉTODOS

O trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética E Pesquisa (CEP) sob o CAAE 78142423.5.0000.5215.

A presente pesquisa foi realizada em formato de questionário on-line, que ficou disponível para respostas do dia 22 de abril a 6 de junho de 2024 para veterinários da cidade de Ponta Grossa – PR e região dos Campos Gerais.

O questionário foi composto por perguntas de múltipla escolha e de escore onde os entrevistados podiam marcar as opções: discordo totalmente, discordo, neutro, concordo e concordo totalmente (Anexo 1).

As perguntas de múltipla escolha foram sobre gênero, idade, tempo de formação, área de atuação e cidade de realização dos atendimentos. As perguntas respondidas por escore foram sobre: realização profissional e pessoal, relação com proprietários e colegas de trabalho, comunicação de notícias ruins e eutanásia, tempo de descanso e lazer. Ao final do questionário os entrevistados podiam marcar opções referentes a sinais clínicos que são relatados na síndrome de *Burnout* e fadiga por compaixão.

Para inclusão no estudo os participantes devem atuar na cidade de Ponta Grossa e região e aceitar o termo de consentimento (Anexo 2), os dados foram preenchidos sem a necessidade de identificação do nome do médico veterinário. Foram excluídos da pesquisa veterinários formados não atuantes.

Durante o período em que o questionário ficou aberto foram obtidas 99 respostas.

Os dados foram agrupados em gráficos, gerados pelo próprio *Google forms* e demonstraram a distribuição de frequência relativa.

3 Resultados e discussão

Os 99 participantes assinalaram concordância com o termo de consentimento livre esclarecido.

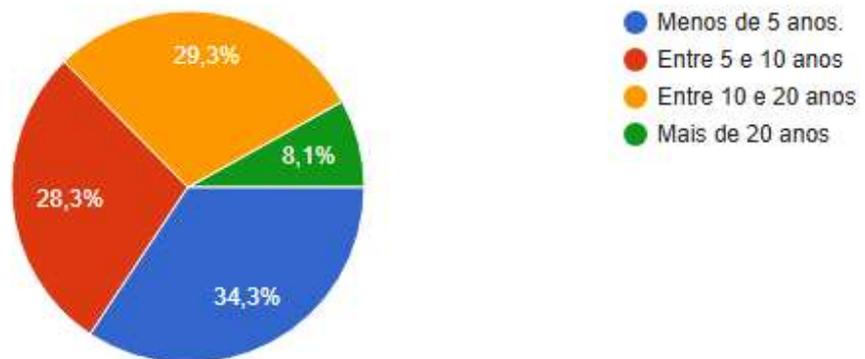
Quanto ao gênero 70,7% dos participantes eram mulheres e 29,3% homens. Segundo dados demográficos sobre a população médica veterinária realizada por Wouk *et al.* (2023), 55,7% dos profissionais são mulheres. Em outras pesquisas onde o número por gênero não é fator limitante, são observadas uma maior participação do público feminino.

Sobre a faixa etária 38,4% dos entrevistados tinham entre 23 e 30 anos, a maior parte 43,4% entre 31 e 40 anos, 13,1% entre 41 e 50 anos, e 3% entre 51 e 60 anos e 2% mais que 61 anos de idade. Segundo Wouk *et al.* (2023), a faixa etária predominante dos médicos veterinários atuantes no Brasil é entre 30-49 anos de idade, sendo 169,3 médicos-veterinários/habitante. No Paraná também a maioria se

encontra nessa faixa, sendo 278,0 médicos-veterinários/habitante.

O tempo de formação dos entrevistados foi 34,3% menos de 5 anos, 28,3% entre 5 e 10 anos, 29,3% entre 10 e 20 anos e 8,1% mais de 20 anos (Gráfico 1). Segundo dados de Wouk *et al.* (2023), nos últimos 20 anos houve um crescimento na formação de novos veterinários, devido ao aumento de oferta do curso.

GRÁFICO 1 - PORCENTAGEM DO TEMPO DE FORMAÇÃO DOS VETERINÁRIOS ENTREVISTADOS.



Fonte: A autora, 2024.

Segundo Bartram *et al.*, (2009), profissionais com menos de 10 anos de formação possuem uma tendência maior a apresentar o estresse ocupacional e apresentarem o sentimento de desvalorização. Isso pode estar relacionado a insegurança, tempo de inserção no mercado de trabalho e valorização profissional.

Dentre as áreas de atuação citadas pelos participantes, as com maior incidência foram: atuação com pequenos animais abordando clínica médica e também cirúrgica cerca de 35,35%, equinos englobando clínica médica e cirúrgica, reprodução e neonatologia 18,18%, bovinos também abrangendo a clínica médica e cirúrgica, reprodução e podologia 5,05%, suínos com 2,02%, diagnóstico por imagem com 5,05%, docência com 6,06%, atuação na área comercial 4,04%, com fisioterapia abrangendo a reabilitação e outras terapias como acupuntura foram cerca de 5,05%, outras áreas como a residência, dermatologia, oncologia, silvestres, inspeção, odontologia, patologia, intensivismo, psiquiatria e oftalmologia também apareceram, porém, com porcentagens baixas variando de 1% a 3%; sendo que muitos desses profissionais atuam em mais de uma área.

A maior parte dos entrevistados relatou trabalhar a campo ou com atendimento domiciliar 52,5%, trabalho fixo em clínicas ou consultórios 48,5%, serviço volante 22,2% e empresa privada 21,2%.

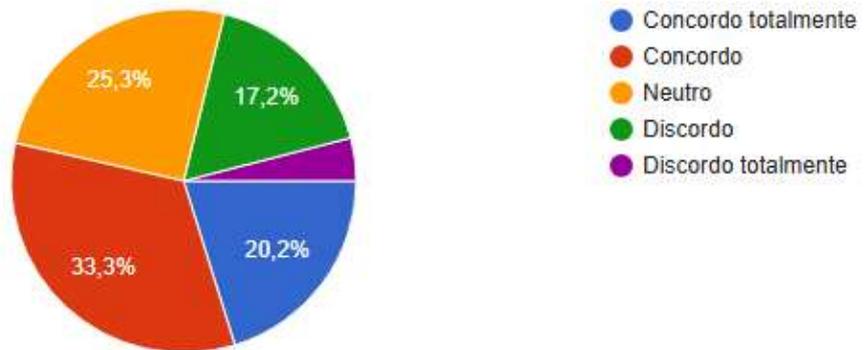
Quando perguntados sobre a quantidade de horas trabalhadas por semana a maioria 32,3% respondeu trabalhar entre 41 e 50 horas semanais, 21,2% mais de 60 horas, 17,2% até 30 horas, 16,2% entre 31 e 40 horas e 13,1% entre 51 e 60 horas.

A carga horária de médicos veterinários em início de carreira costuma ser maior e pode ser um ponto determinante na ocorrência de doenças, sendo que segundo Souza *et al.* (2018), cargas horárias maiores que 40 horas podem acabar

sobrecarregando esses profissionais.

As questões com resposta através de escore eram afirmações, o profissional podia concordar, se manter neutro ou discordar. Na afirmação “Me sinto realizado profissionalmente” 33,3% concordaram com a afirmação (Gráfico 2).

GRÁFICO 2 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “ME SINTO REALIZADO PROFIONALMENTE”

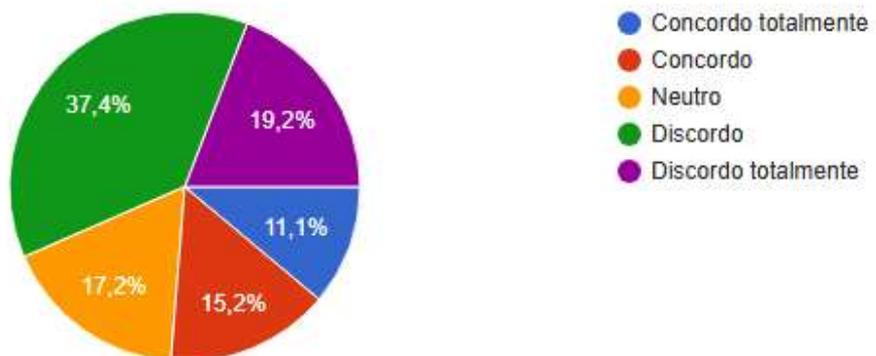


Fonte: A autora, 2024.

As respostas positivas para a afirmação foram superiores as negativas, Stamm (2010) afirma que embora os profissionais possam enfrentar fatores negativos, sua relação com o paciente acaba sendo compensatória, sendo assim o sentimento de bem-estar frente ao paciente pode superar a frustrações dos outros pontos.

Sobre a afirmação “recebo um valor satisfatório”, 37,4% discordaram (Gráfico 3).

GRÁFICO 3 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “RECEBO UM VALOR SATISFATÓRIO PELO MEU TRABALHO”



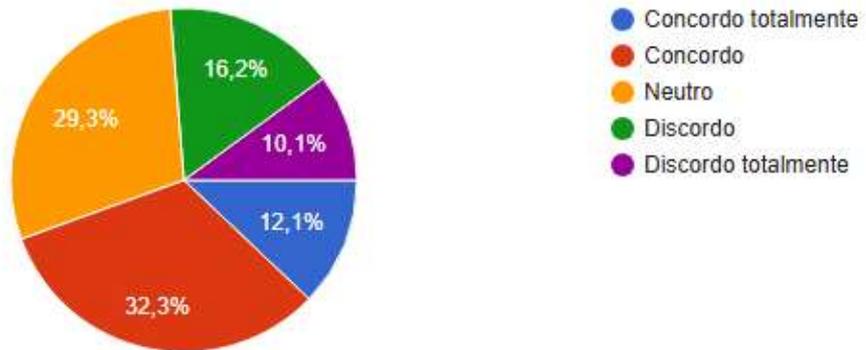
Fonte: A autora, 2024.

A valorização financeira é bastante complexa. Segundo Reis *et al.* (2010), o esforço no ambiente de trabalho gera um estado de recompensa social que gira em torno de três dimensões de gratificação ocupacional que são: dinheiro, estima e *status*. Como a maior parte dos veterinários entrevistados mostrou ser jovem, ter pouco tempo de formação, acredita-se que esses fatores contribuam para um baixo valor recebido ou quando comparado ao tempo trabalhado, seja insatisfatório.

Na afirmação “sou reconhecido pelos meus colegas” a maior parte concordou ou

se manteve neutra (Gráfico 4).

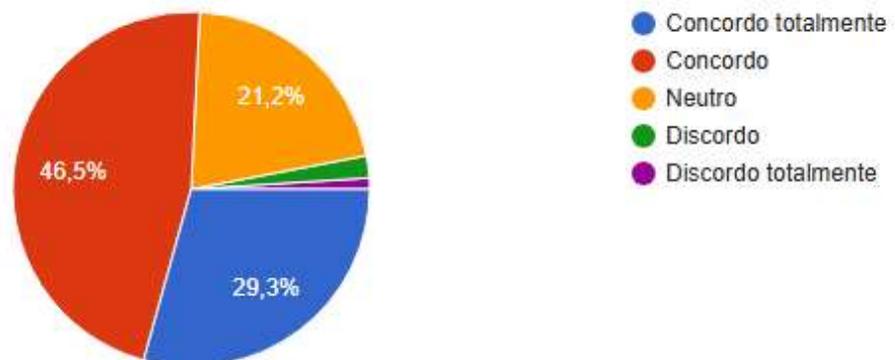
GRÁFICO 4 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “SOU RECONHECIDO PELOS MEUS COLEGAS DE TRABALHO”



Fonte: A autora, 2024.

Quanto a afirmação “me relaciono bem com meus colegas” a maioria concordou (Gráfico 5).

GRÁFICO 5 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “ME RELACIONO BEM COM MEUS COLEGAS DE TRABALHO”

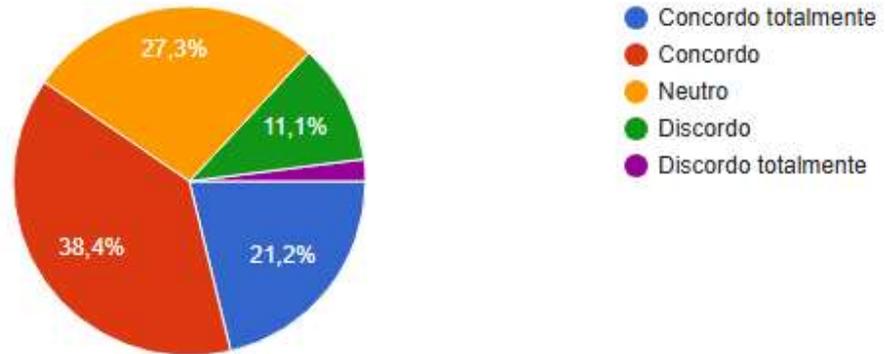


Fonte: A autora, 2024.

Diversos fatores são relacionados ao bom relacionamento com os colegas e se sentir bem no ambiente de trabalho, o que segundo Levi (1998) traz muitas consequências para o trabalhador, pois as relações no ambiente laboral criam *feedbacks* psicossociais ao trabalhador que responde conforme o estímulo que lhe foi dado. E ainda refletem na estima e *status* sugeridos por Reis *et al.* (2010).

Em resposta a afirmação sobre a interação com os clientes, a maioria 38,4% consideraram estressante (Gráfico 6).

GRÁFICO 6 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “CONSIDERO A INTERAÇÃO COM OS CLIENTES MUITO ESTRESSANTE”

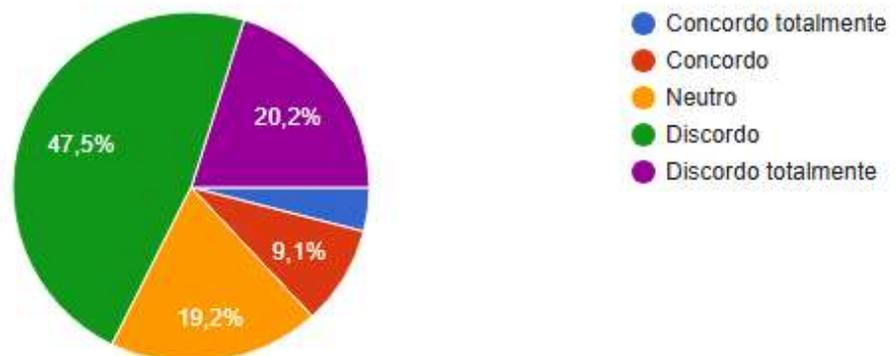


Fonte: A autora, 2024.

Donati (2012) em seu estudo concluiu que o relacionamento entre tutor e veterinário é um grande desafio, pois os tutores buscam respostas e podem acabar questionando demais e sobrecarregando os profissionais, fazendo com que se sintam pressionados e trazendo a eles sentimento de insegurança.

Sobre a interação com o paciente a maioria dos veterinários 47,5% discordou que ela seja estressante (Gráfico 7).

GRÁFICO 7 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “CONSIDERO A INTERAÇÃO COM O PACIENTE MUITO ESTRESSANTE”

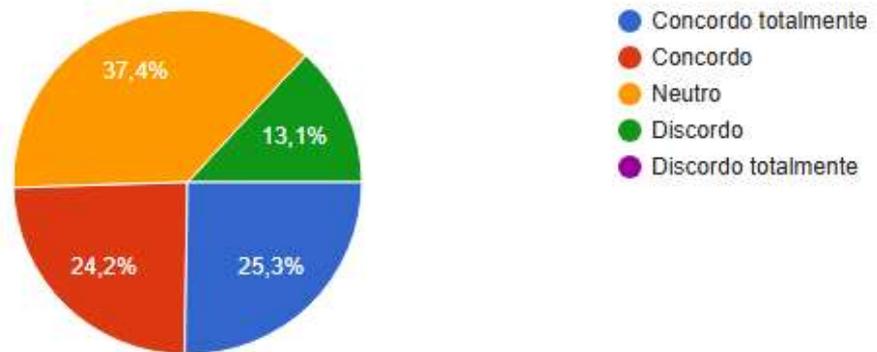


Fonte: A autora, 2024.

Como mencionado por Stamm (2010) a relação com o paciente compensa os fatores negativos da profissão. Embora, do ponto de vista da fadiga por compaixão essa variável pode acabar contribuindo para o surgimento do quadro, pois pode ser numa tentativa de fazer mais pelo paciente que na maioria das vezes se encontra em uma situação vulnerável, que o veterinário acaba se expondo e ultrapassando o limite do profissional (Barbosa *et al.*, 2014).

Sobre a comunicação de notícias ruins a maior parte se manteve neutra 37,4% e na sequência os profissionais concordaram que é um ponto difícil (Gráfico 8).

GRÁFICO 8 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “COMUNICAR NOTÍCIAS RUINS É MUITO DIFÍCIL PARA MIM”

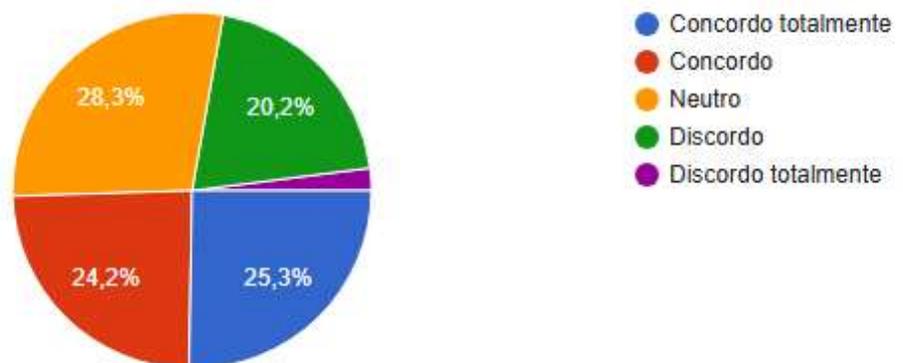


Fonte: A autora, 2024.

A maior parte dos indivíduos que escolhem a área veterinária possuem um apreço aos animais e o desejo de cuidar deles, então o fato de ter que dar uma notícia ruim como a indicação da eutanásia para algum tutor pode acarretar um desgaste emocional, pelo fato de ter que lidar com as emoções do tutor ou por se identificar com a situação (Harrison, 2021).

Sobre o procedimento de eutanásia, o resultado foi semelhante, 28,3% neutros e 25,3 concordaram totalmente que é difícil (Gráfico 9).

GRÁFICO 9 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “FAZER PROCEDIMENTOS COMO A EUTANÁSIA É MUITO DIFÍCIL PARA MIM”

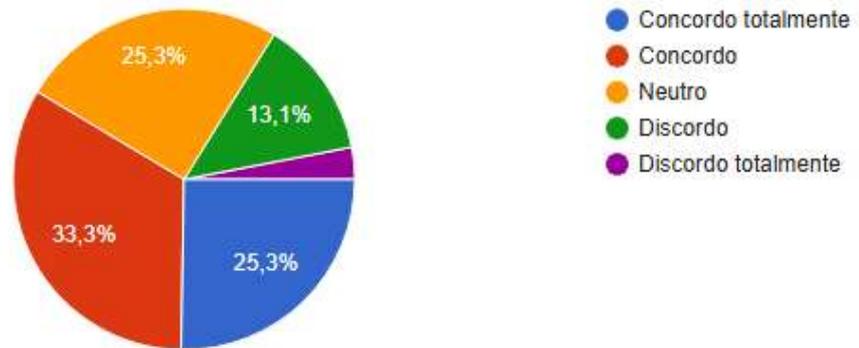


Fonte: A autora, 2024.

A realização da eutanásia pode levar o profissional ao sofrimento psicológico, nos casos de fadiga por compaixão pode fazer com que o profissional tenha os sentimentos do seu paciente transferido para si, e lidar com esses sentimentos envolvidos durante o procedimento não é algo que é ensinado ou falado durante a graduação (Menine, 2021). O fato de não saber como lidar com tais sentimentos pode ter contribuído para a neutralidade por parte da grande maioria dos entrevistados.

Na afirmação sobre dificuldades de concentração e motivação no trabalho a maioria concordou 33,3% (Gráfico 10).

GRÁFICO 10 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “VOCE SENTE QUE TEM TIDO DIFICULDADES PARA SE CONCENTRAR OU SE MANTER MOTIVADO NO TRABALHO”

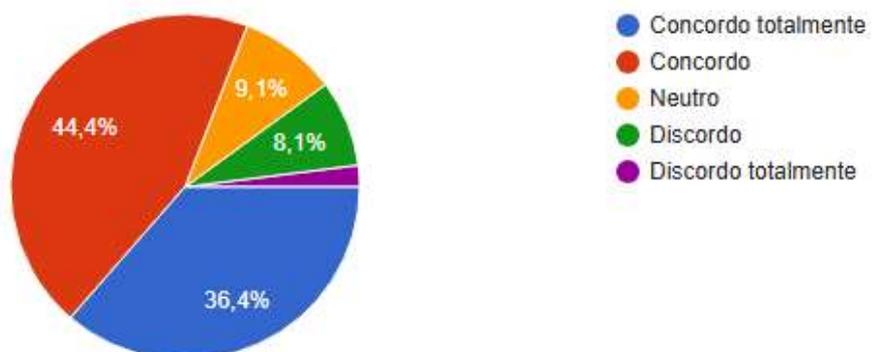


Fonte: A autora, 2024.

Fatores pessoais além dos profissionais podem interferir nessa afirmativa. Segundo Oliveira (2014), a importância da qualidade de vida no trabalho abrange aspectos intrínsecos e extrínsecos dos profissionais e do ambiente de trabalho. Um programa de qualidade de vida no trabalho interfere de forma direta no indivíduo em si e em suas relações sociais, resultando em aumento da motivação, melhoria nas relações interpessoais, maior criatividade e produtividade, formação de equipes de alto desempenho, melhorias na estrutura do ambiente de trabalho de forma geral. Com base nas informações coletadas, o tempo trabalhado atrelado a pouco lazer podem contribuir para essa realidade.

Sobre se sentir sobrecarregado ou sob pressão no trabalho a maioria 44,4% concordou com a afirmativa (Gráfico 11).

GRÁFICO 11 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “VOCÊ SENTE QUE ESTÁ CONSTANTEMENTE SOBRECARGADO OU SOB PRESSÃO PARA ATENDER AS EXPECTATIVAS NO TRABALHO”



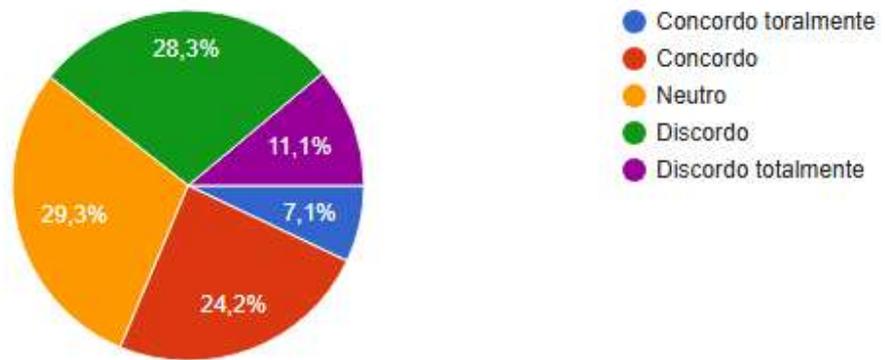
Fonte: A autora, 2024.

O contexto de cumprir expectativas de algo ou alguém gira em torno de um processo de autorrealização onde o indivíduo sente o desejo de corresponder a essas

expectativas para se sentir bem e realizado com isso acaba colocando muito peso em seus resultados (Reis *et al.*, 2010).

Em resposta a afirmação sobre ter tempo para outras atividades e hobbies a maioria se manteve neutra 29,3% e na sequência 28,3% discordaram (Gráfico 12). Segundo Lima *et al.* (2023), não possuir um *hobbie* como válvula de escape para o dia a dia pode acarretar sobrecarga tanto física quanto mental.

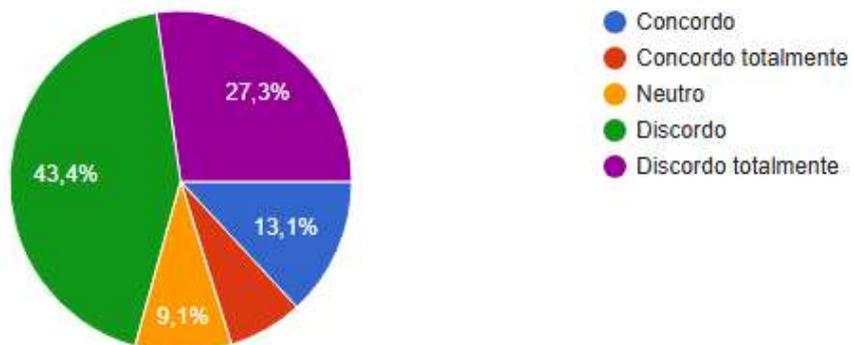
GRÁFICO 12 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “TENHO TEMPO PARA REALIZAR OUTRAS ATIVIDADES, COMO HOBBIES”



Fonte: A autora, 2024.

Em relação a não conseguir se desligar do trabalho 43,4% discordaram o que é um fator relevante (Gráfico 13). Visto que o fato de não conseguir se desligar do trabalho, no caso, levar o trabalho para casa, é preocupante pois quando não há essa separação de ambiente de trabalho e casa o corpo começa a entrar em sobrecarga pois a casa o lugar que era para ser de descanso se torna uma extensão do trabalho e o organismo fica perdido (Lima *et al.* 2023).

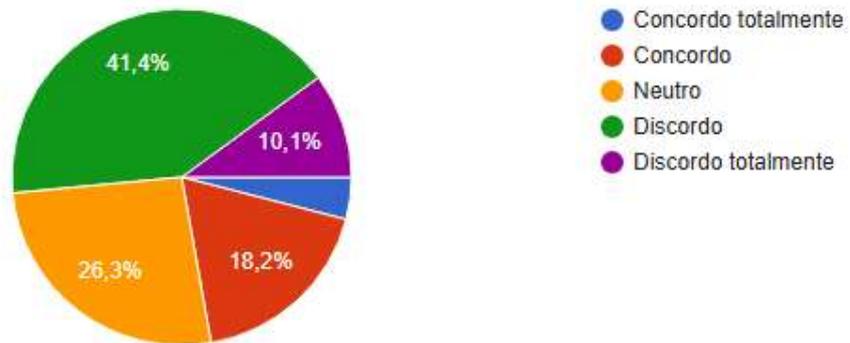
GRÁFICO 13 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “CONSIGO ME DESLIGAR DO TRABALHO QUANDO ESTOU EM CASA”



Fonte: A autora, 2024.

Outro fator importante na entrevista foi que a maioria dos entrevistados 41,4% discordou de que se sente descansado após uma noite de sono (Gráfico 14).

GRÁFICO 14 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “ME SINTO DESCANSADO APÓS UMA NOITE DE SONO”

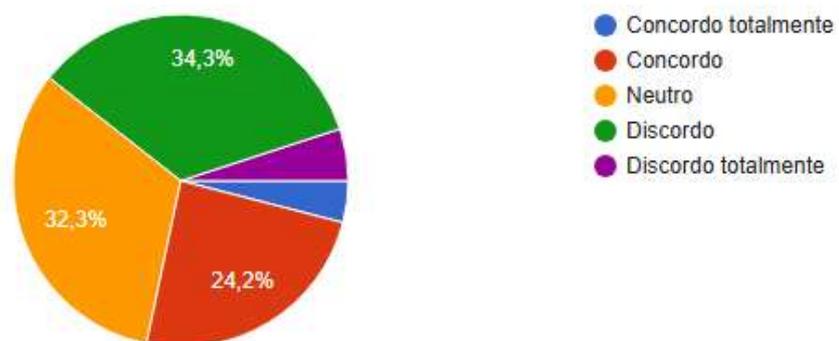


Fonte: A autora, 2024.

A privação do sono ou falta de qualidade dele pode impactar negativamente na saúde do profissional, pois interfere de forma direta na qualidade de vida, comprometendo as funções cognitivas e o desempenho no trabalho o que pode favorecer a ocorrência de erros por parte desses profissionais (Müller; Guimarães, 2007).

Em relação a ter tempo para cuidar da própria saúde a maioria 34,3% assinalou discordo e 32,3% se mostraram neutros ao tema (Gráfico 15), o que requer atenção pois os profissionais da veterinária estão mais predispostos a apresentarem o desgaste tanto físico quanto mental a ponto de precisar se afastar do ambiente de trabalho, de acordo com o estudo demográfico de Wouk *et al.* (2023), 34,1% precisaram se afastar do trabalho por conta da saúde mental.

GRÁFICO 15 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “TENHO TEMPO PARA CUIDAR DA MINHA SAÚDE”

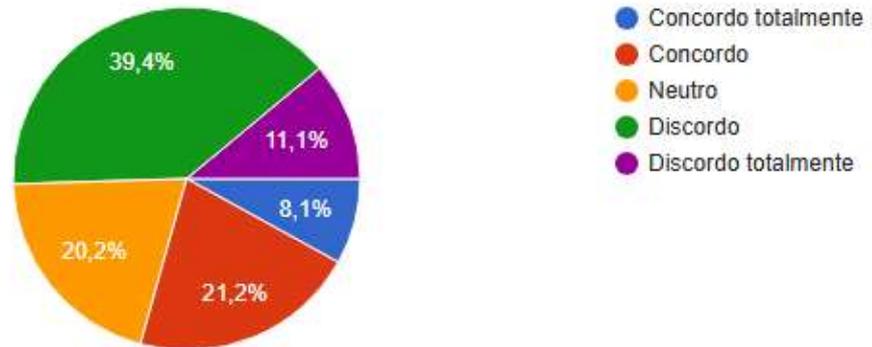


Fonte: A autora, 2024.

Sobre ter uma alimentação adequada a maioria dos entrevistados 39,4% discordou (Gráfico 16). Mesmo que se fale pouco sobre isso, existe uma grande relevância entre uma alimentação saudável e o menor índice de depressão e ansiedade, onde os micro e macro nutrientes, as gorduras e fibras associadas a microbiota intestinal tem ação sobre as cargas e alterações hormonais dentro do organismo humano, sendo que pessoas com dietas equilibradas se mostram menos

propensas ao aparecimento desses distúrbios psíquicos (Bear *et al.*, 2020).

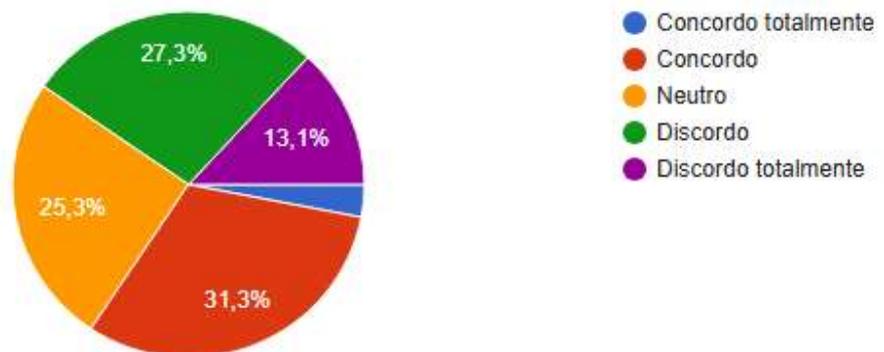
GRÁFICO 16 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “CONSIGO TER UMA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA”



Fonte: A autora, 2024.

No que diz respeito a ter uma rede de apoio no trabalho 39,4% dos entrevistados discordaram (Gráfico 17).

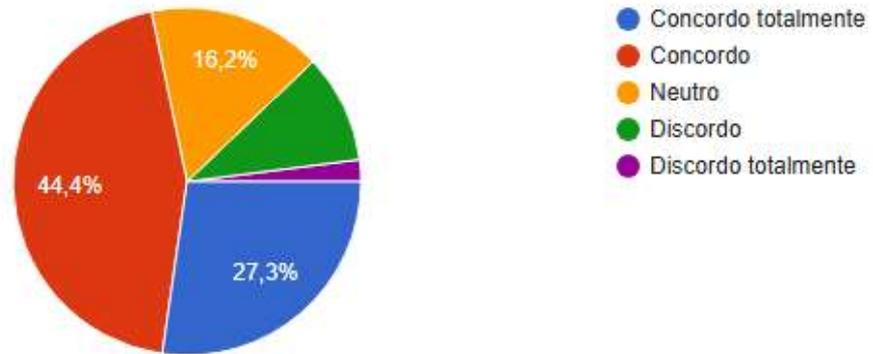
GRÁFICO 17 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “TENHO UMA REDE DE APOIO NO TRABALHO”



Fonte: A autora, 2024.

Sobre a rede de apoio em casa 44,4% concordaram (Gráfico 18). Segundo Reis *et al.* (2010), possuir uma rede de apoio tanto em casa quanto no trabalho influencia no comportamento do indivíduo no ambiente, pois esse apoio interfere diretamente em como as relações sociais são mantidas e como cada indivíduo vê e sente o ambiente de trabalho.

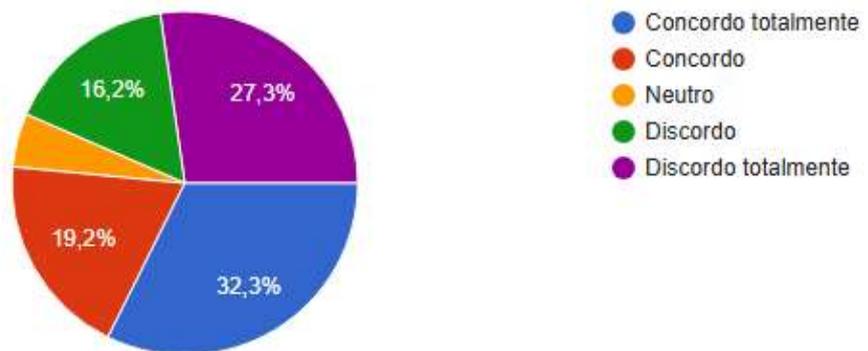
GRÁFICO 18 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “TENHO UMA REDE DE APOIO EM CASA”



Fonte: A autora, 2024.

Dos 99 entrevistados 32,2% afirmaram ter feito ou estar fazendo terapia (Gráfico 19).

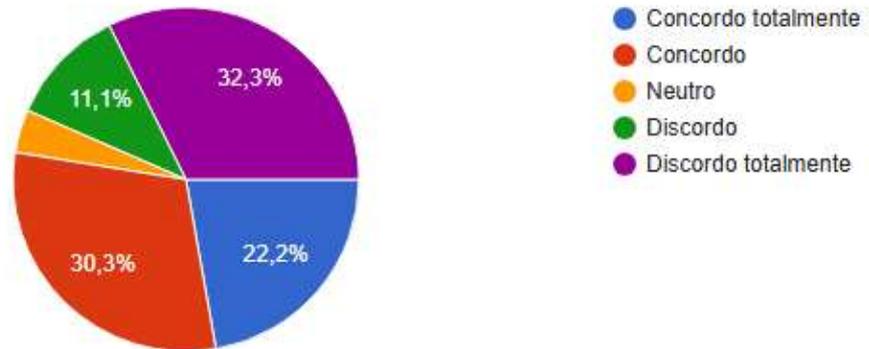
GRÁFICO 19 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “JÁ FIZ/FAÇO TERAPIA”



Fonte: A autora, 2024.

De acordo com as respostas assinaladas sobre o uso de fármacos para a manutenção do bem-estar, dentre os 99 profissionais 32,3% discordaram e 30,3 concordaram (Gráfico 20). Embora o uso de fármacos ainda possa ser considerado tabu, uma boa parcela de profissionais reconhece que precisa de um auxílio profissional para uma qualidade de vida e de trabalho melhor, visto que a medicina veterinária é uma área que requer atenção por possuir muitos fatores que corroboram para o aparecimento de estresse ocupacional e sentimentos de desvalorização e frustração (Bartram *et al.*, 2009).

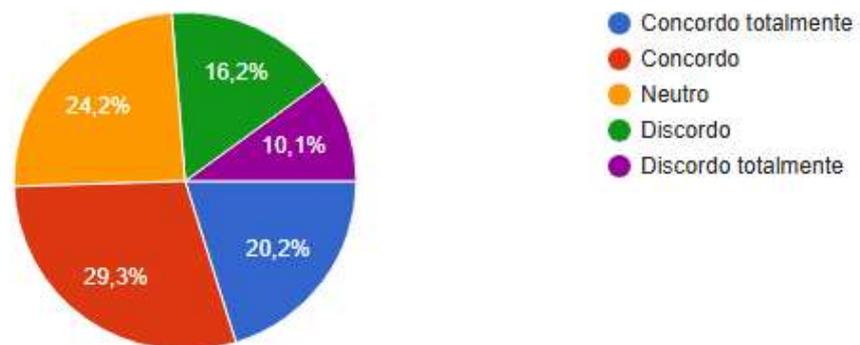
GRÁFICO 20 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “JÁ FIZ/FAÇO USO DE FÁRMACOS PARA MEU BEM-ESTAR”



Fonte: A autora, 2024.

Quanto ao sentimento de perder a paixão pelo trabalho a maioria 29,3% concordaram (Gráfico 21). O que segundo Maslach *et al.* (2001), com o aumento do desgaste emocional e mental do profissional, também aumenta o sentimento de despersonalização, o que leva o profissional a perder o interesse e paixão pelo que fazia.

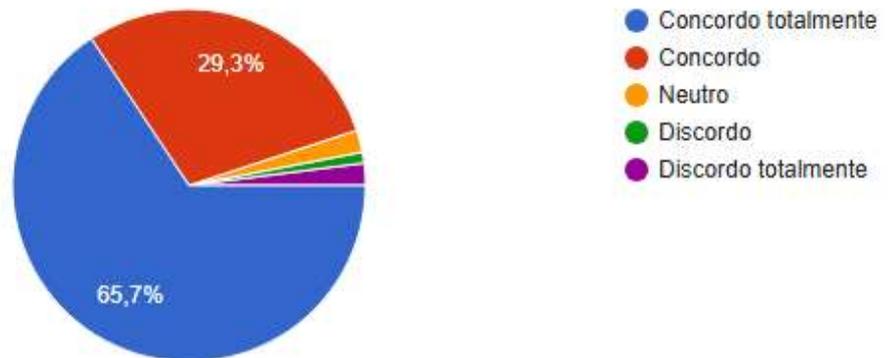
GRÁFICO 21 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “VOCÊ SENTE QUE TEM PERDIDO O INTERESSE OU PAIXÃO QUE COSTUMAVA TER PELO TRABALHO”



Fonte: A autora, 2024.

Dos 99 entrevistados 65,7% afirmaram conhecer colegas que desistiram da profissão (Gráfico 22).

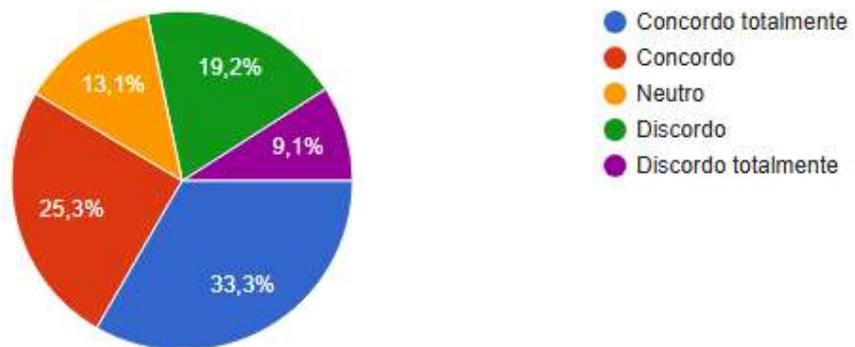
GRÁFICO 22 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “CONHEÇO COLEGAS QUE DESISTIRAM DA PROFISSÃO”



Fonte: A autora, 2024.

Enquanto 33,3% afirmaram que já pensaram em seguir outra profissão (Gráfico 23).

GRÁFICO 23 - RESPOSTAS A AFIRMAÇÃO “JÁ PENSEI EM SEGUIR OUTRA PROFISSÃO”

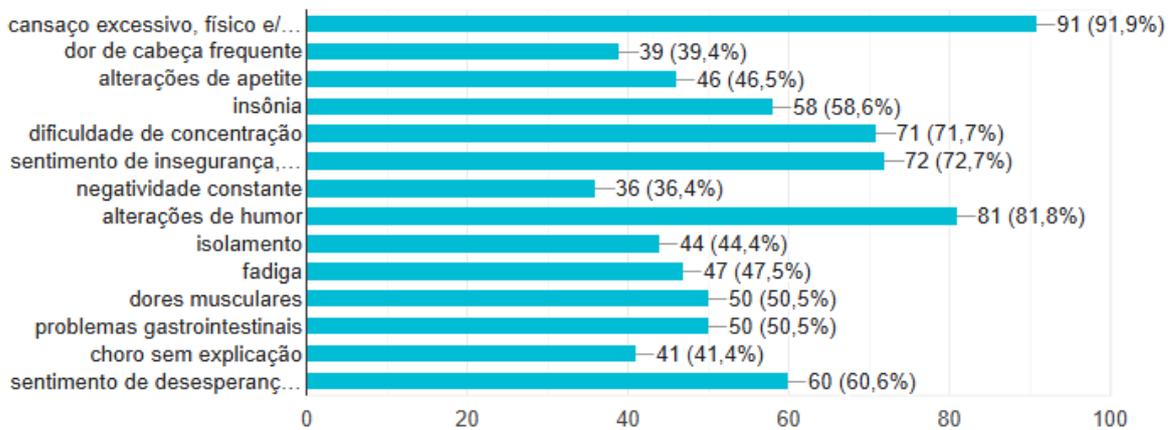


Fonte: A autora, 2024.

Segundo Wouk *et al.* (2023), 60% dos profissionais entrevistados já pensou em abandonar a profissão. Segundo Maslach *et al.* (2001), sentimentos como a empatia ou solidariedade vão perdendo o sentido, onde o profissional passa a adotar um comportamento distante e frio perante as situações do ambiente laboral.

Na última questão os profissionais podiam marcar sintomas que já tenham sentido em algum momento, estes são relacionados a síndrome de *Burnout* ou fadiga por compaixão. Os três mais assinalados foram cansaço excessivo físico e mental 91,9%, alterações de humor 81,8% e sentimento de insegurança (Gráfico 24).

GRÁFICO 24 – RESPOSTAS A MÚLTIPLA ESCOLHA “ABAIXO ESTÃO LISTADOS ALGUNS SINTOMAS, MARQUE AS OPÇÕES CASO JÁ TENHA SENTIDO ALGUM DELES”.



Fonte: A autora, 2024.

Conforme as respostas acima muitos profissionais apresentam sintomas relacionados ao esgotamento profissional, pois quando ocorre o esgotamento o profissional apresenta sintomas físicos como cansaço excessivo, insônia e a dor de cabeça frequente, sinais psíquicos como a dificuldade de concentração e também sintomas comportamentais como as alterações de humor, sentimento de desesperança e isolamento; sendo a intensidade dos fatores dependente de cada indivíduo e o desafio de seu ambiente profissional (Benevides-Pereira, 2002).

4 Conclusão

Neste trabalho, foi possível identificar os desafios enfrentados rotineiramente pelos profissionais da medicina veterinária, que corroboram para o aparecimento de certos transtornos como a síndrome de *Burnout* e a fadiga por compaixão, que podem levar a consequências graves para a saúde física e mental do veterinário

A sobrecarga emocional gerada envolvendo conflitos rotineiros dentro do relacionamento entre tutores que exigem um diagnóstico preciso e médicos veterinários, juntamente à falta de suporte psicológico, também como cargas horárias excessivas com mais de 40 horas semanais, que levam a um esgotamento físico e também mental do profissional aliada a ausência de equilíbrio entre vida pessoal e profissional não possuindo uma válvula de escape para alívio da tensão, associados a distúrbios do sono e alimentação inadequada; além disso, a falta de qualidade de vida no ambiente de trabalho, onde não há uma rede de apoio; todos esses pontos interferem na saúde mental e também física dos médicos veterinários. Sendo que o peso de cada um tem variância de indivíduo para indivíduo

Por isso, é fundamental que sejam implementadas medidas de cuidado com a saúde mental e emocional dos profissionais da área, bem como a busca por equilíbrio entre vida profissional e pessoal, para garantir o bem-estar e a qualidade de vida desses profissionais tão importantes para a saúde animal e pública.

Referências

- BARBOSA. C.; SILVANA. *et al.*; Compassion Fatigue as a Professional Quality of Life Hazard for Hospital Service Workers. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, v.14, n. 3, p.315-323, 2014.
- BARWALDT, E.T. *et al.* Reflexos da sociedade e a síndrome de Burnout na medicina veterinária: revisão de literatura. **Brazilian Journal of health Review**, v. 3, n. 1, p. 2-14, 2020.
- BEAR, T. L. K. *et al.*; The Role of the Gut Microbiota in Dietary Interventions for Depression and Anxiety, **Advances in nutrition**, v.11, n. 4, p 890-907, 2020.
- BRSCIC, M. *et al.* Challenging suicide, burnout, and depression among veterinary practitioners and students: text mining and topics modelling analysis of the scientific literature. **BMC Veterinary Research**, v.1, p.1-10, 2021.
- BARTRAM, D. J. *et al.* Psychosocial working conditions and work-related stressors among UK veterinary surgeons. **Occupational Medicine**, v. 59, n. 5, p.334-341, 2009.
- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. 3. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.
- Censo – CFMV**, 2020 Disponível em: <<https://www.cfmv.gov.br/censo/transparencia/2017-2020/2020/12/11/>>. Acesso em: 08 mai. 2023.
- DONATI. C.K. **Estudo sobre o relacionamento entre médico veterinário, cliente, paciente na cidade de Erechim-RS**. 48f. Monografia (Especialização em Clínica Médica e Cirúrgica de Pequenos Animais) - Universidade Federal Rural do Semi Árido-UFERSA, Porto Alegre, 2012.
- FRANK, A. C. *et al.* Quando cuidar dos animais cansa. Burnout, fadiga por compaixão e a exaustão de cuidar. **Clínica veterinária**, n. 123. P. 44-48, 2016.
- História Sistema CFMV/CRMVs – CFMV**, Disponível em: <<https://www.cfmv.gov.br/historia-4/institucional/2019/10/29/>>. Acesso em: 05 mai. 2023
- HARRISON, K. Compassion Fatigue: Understanding Empathy. **Vet Clin North Am Small Anim Pract**, v. 5, p.1041-1051, 2021.
- KEIL, K. Mental health first aid. **The Canadian Veterinary Journal**. v.60, n. 12, p. 1289-1290, 2019.
- KOGAN, L.R. *et al.* Veterinary Technicians and Occupational Burnout. **Frontiers in Veterinary Sciences**, v.7, p.1-9, 2020.
- LIMA, A. F. S.; MARQUES, D. O. DIMARÃES, C. C. S. O impacto da sobrecarga

laboral que desencadeia a síndrome burnout no colaborador nos dias atuais. **Ciências humanas, saúde coletiva**, v. 27, ed. 128, 2023.

LEVI, L. Stress in organizations: Theoretical and empirical approaches. *In*: C. L. Cooper (Ed.), **Theories of organizational stress**. New York: Oxford University Press, 1988, p. 129-174.

Ministério Da Educação Conselho Nacional De Educação Câmara De Educação Superior Resolução Nº 7, De 18 De Dezembro De 2018. Disponível em: < rces00718 (mec.gov.br) >. Acesso em: 16/06/2024.

MASLACH, C. *et al.* Job Burnout. **Annual Review of Psychology**, v. 52, p.397-422, 2001.

MÜLLER, M. R.; GUIMARÃES, S. S. Impacto dos transtornos do sono sobre o funcionamento diário e a qualidade de vida. **Estudos de psicologia**, v. 24, n. 4, p.519-528, 2007.

MENINE, N. P. M. Paliativismo em pacientes oncológicos e o impacto da eutanásia na medicina veterinária: Revisão. **PUBVET**. v.15, n.09, p.1-5, 2021.

OLIVEIRA, R. C. **Qualidade de Vida no Trabalho. Fatores de bem-estar e mal-estar no trabalho em uma autarquia federal**. 77f. Monografia (Especialização em Gestão de pessoas) - Escola Nacional de Administração Pública, Brasília, 2014.

REIS, A. P. P. *et al.* Estresse e Fatores Psicossociais. **PSICOLOGIA CIÊNCIA E PROFISSÃO**, v. 30, n. 4, p.712-725, 2010.

SCOTNEY, R.L.; MCLAUGHLIN, D; KEATES, H. L. A systematic review of the effects of euthanasia and occupational stress in personnel working with animals in animal shelters, veterinary clinics, and biomedical research facilities. **Journal of the American Veterinary Medical Association**, v. 247, n. 10, p. 1121-1130, 2015.

STAMM, B. H. **The concise ProQOL manual**. 2010. ProQOL. Disponível em:<https://proqol.org/ProQOL_Test_Manuals.html> Acesso em 17 jun. 2024.

SOUZA, V. S. *et al.* Qualidade de vida dos profissionais de enfermagem atuantes em setores críticos. **Revista Cuidarte**, v. 9, n. 2, p. 2177-2186, 2018.

WOUK *et al.* **Demografia da medicina veterinária do Brasil 2022** - 1. ed. Cotia, SP: Editora Guará, 2023.

ANEXO 1 – PERGUNTAS PRESENTES NO QUESTIONÁRIO.

Declaro que li e concordo com o Termo de consentimento livre e esclarecido	<input type="checkbox"/> aceito participar	<input type="checkbox"/> não aceito participar			
Sexo	<input type="checkbox"/> Feminino	<input type="checkbox"/> Masculino.	<input type="checkbox"/> Prefiro não dizer.		
Idade	<input type="checkbox"/> 23 e 30 anos.	<input type="checkbox"/> 31 e 40 anos.	<input type="checkbox"/> Entre 41 e 50 anos.	<input type="checkbox"/> Entre 51 e 60 anos.	<input type="checkbox"/> Mais de 61 anos.
Quanto tempo possui de formação?	<input type="checkbox"/> menos de 5 anos.	<input type="checkbox"/> entre 5 e 10 anos	<input type="checkbox"/> entre 10 e 20 anos	<input type="checkbox"/> mais de 20 anos	
Qual a área de atuação?					
Onde realiza os seus atendimentos	Em clínica veterinária/consultório	Domiciliar/campo	Volante	Empresa privada	
Quantas horas você trabalha por semana?	<input type="checkbox"/> até 30 horas	<input type="checkbox"/> entre 31 e 40 horas	<input type="checkbox"/> até 41 e 50 horas	<input type="checkbox"/> entre 51 e 60 horas	<input type="checkbox"/> mais de 60 horas
Me sinto realizado profissionalmente	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Recebo um valor satisfatório pelo meu trabalho	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Sou reconhecido pelos meus colegas de trabalho	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Me relaciono bem com meus colegas de trabalho	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Sou reconhecido pelos meus clientes	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Considero a interação com os clientes muito estressante	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente

Considero a interação com o paciente muito estressante	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Comunicar notícias ruins é muito difícil para mim	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Fazer procedimentos como a eutanásia é muito difícil para mim	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Você sente que tem tido dificuldades para se concentrar ou se manter motivado no trabalho?	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Você sente que está constantemente sobrecarregado ou sob pressão para atender as expectativas no trabalho	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Tenho tempo para realizar outras atividades, como hobbies	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Consigo me desligar do trabalho quando estou em casa	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Me sinto descansado após uma noite de sono	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Tenho tempo para cuidar da minha saúde	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Consigo ter uma alimentação adequada	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Tenho uma rede de apoio no trabalho	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Tenho uma rede de apoio em casa	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente

Já fiz/faço terapia	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Já fiz/faço uso de fármacos controlados para meu bem-estar	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Você sente que tem perdido o interesse ou a paixão pelo trabalho que costumava ter	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Conheço colegas que desistiram da profissão	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente
Já pensei em seguir outra profissão	<input type="checkbox"/> discordo totalmente	<input type="checkbox"/> Discordo	<input type="checkbox"/> neutro	<input type="checkbox"/> concordo	<input type="checkbox"/> concordo totalmente

Abaixo estão listados alguns sintomas, marque as opções caso já tenha sentido algum deles.

<input type="checkbox"/> cansaço excessivo, físico e/ou mental	<input type="checkbox"/> alterações de humor
<input type="checkbox"/> dor de cabeça frequente	<input type="checkbox"/> isolamento
<input type="checkbox"/> alterações de apetite	<input type="checkbox"/> fadiga
<input type="checkbox"/> insônia	<input type="checkbox"/> dores musculares
<input type="checkbox"/> dificuldade de concentração	<input type="checkbox"/> problemas gastrointestinais
<input type="checkbox"/> sentimento de insegurança, fracasso	<input type="checkbox"/> choro sem explicação
<input type="checkbox"/> negatividade constante	<input type="checkbox"/> sentimento de desesperança

ANEXO 2 - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE ESCLARECIDO.

Saúde mental de Médicos Veterinários

B *I* U ↻ ✕

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Você está sendo convidado(a) para participar de forma anônima, como voluntário(a), em uma pesquisa científica. Caso você não queira participar, não há problema algum. Você não precisa me explicar porque, e não haverá nenhum tipo de punição por isso. Você tem todo o direito de não querer participar do estudo. Para confirmar sua participação você precisará ler todo este documento, depois selecionar a opção correspondente no final dele (ACEITO PARTICIPAR ou NÃO ACEITO PARTICIPAR).

A pesquisa será realizada por meio de um questionário online e totalmente anônimo, constituído por perguntas de múltipla escolha e de escala. Estima-se que você precisará de aproximadamente 10 minutos. A precisão de suas respostas é determinante para a qualidade da pesquisa. O questionário estará disponível para ser respondido entre os meses de fevereiro a maio de 2024.

1- Natureza da pesquisa: O Sr(a) está sendo convidado(a) a participar desta pesquisa que tem como finalidade avaliar os FATORES INTRÍNSECOS E EXTRÍNSECOS QUE INTERFEREM NA SAÚDE MENTAL DE MEDICOS VETERINÁRIOS.

2- Sobre os dados necessários: Nenhum tipo de dado pessoal será coletado.

3- Benefícios: Esperamos que este estudo traga informações importantes sobre o estado da saúde mental dos veterinários de Ponta Grossa, de forma que o conhecimento que será construído a partir desta pesquisa possa esclarecer possíveis causas que tenham levado a deterioração da saúde dos profissionais, para que se possa buscar alternativas que visem melhorar esse problema que é tão alarmante onde o pesquisador se compromete a divulgar os resultados obtidos.

4- Pagamento: O Sr(a) não terá nenhum tipo de despesa para participar desta pesquisa, bem como nada será pago por sua participação.

5- Após estes esclarecimentos, solicitamos o seu consentimento de forma livre para participar desta pesquisa.

Fonte: A autora, 2024.