

UNIVERSIDADE ESTADUAL DA REGIÃO TOCANTINA DO MARANHÃO  
CENTRO DE CIÊNCIAS AGRÁRIAS-CCA  
CURSO DE MEDICINA VETERINÁRIA  
PROJETO DE TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

**IRIS JULIANA LIMA SILVA**

**AVALIAÇÃO DE INDICADORES DA SÍNDROME DE BURNOUT EM MÉDICOS  
VETERINÁRIOS ATUANTES NO SUL DO MARANHÃO**

IMPERATRIZ-MA  
2025

**IRIS JULIANA LIMA SILVA**

**AVALIAÇÃO DE INDICADORES DA SÍNDROME DE BURNOUT EM MÉDICOS  
VETERINÁRIOS ATUANTES NO SUL DO MARANHÃO**

Projeto de trabalho de conclusão de curso apresentada ao curso de Medicina Veterinária da Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão - UEMASUL, como requisito obrigatório para obtenção do título de Bacharel em Medicina Veterinária.

Orientador (a): Prof. Larissa Moura da Silva

IMPERATRIZ  
2025

S586a

Silva, Iris Juliana Lima

Avaliação de indicadores da síndrome burnout em médicos veterinários atuantes no sul do Maranhão. / Iris Juliana Lima Silva. – Imperatriz, MA, 2025.

49 f.; il.

Trabalho de Conclusão de Curso (Curso de Medicina Veterinária) – Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão – UEMASUL, Imperatriz, MA, 2025.

1. Burnout. 2. Síndrome. 3. Medicina veterinária. 4. Sul do Maranhão. 5. Imperatriz - MA. I. Título.

CDU 616.89:619(812.1)

Ficha elaborada pelo Bibliotecário: **Kacio Micael Oliveira Vidal CRB13/988**

**IRIS JULIANA LIMA SILVA**

**AVALIAÇÃO DE INDICADORES DA SÍNDROME DE BURNOUT EM MÉDICOS  
VETERINÁRIOS ATUANTES NO SUL DO MARANHÃO**

Projeto de trabalho de conclusão de curso apresentada ao curso de Medicina Veterinária da Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão - UEMASUL, como requisito obrigatório para obtenção do título de Bacharel em Medicina Veterinária.

Aprovado em 25 / 07 / 2025

**BANCA EXAMINADORA**



Documento assinado digitalmente  
**LARISSA MOURA DA SILVA**  
Data: 17/08/2025 21:52:40-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

---

Esp. Larissa Moura da Silva – Orientador  
Faculdade Vale do Aço – FAVALE



Documento assinado digitalmente  
**RAFAEL FRANCO SO**  
Data: 18/08/2025 07:49:00-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

---

Dr. Rafael Françoso – Examinador 1  
Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão - UEMASUL



Documento assinado digitalmente  
**SARA FERREIRA COSTA KARAM DE MELLO**  
Data: 18/08/2025 15:04:44-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

---

Esp. Sara Ferreira Costa Karam de Mello – Examinador 2  
Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão - UEMASUL

*Aos meus pais Isaias e Izaura, meus maiores incentivadores, que sob muito sol, fizeram-me chegar até aqui na sombra. A vocês, minha eterna gratidão.*

## **AGRADECIMENTOS**

A Deus, fonte inesgotável de força, luz e proteção, que guiou cada passo da minha vida e da minha trajetória acadêmica, sustentando-me com fé nos momentos mais desafiadores.

Aos meus pais, Isaias e Izaura, meus pilares de amor e coragem, pelo apoio incondicional, incentivo diário e por nunca deixarem que eu desistisse dos meus sonhos, cada conquista tem o reflexo da dedicação de vocês.

Ao meu irmão e minha cunhada, Isaias Junior e Thadylla Mirelly, que estiveram sempre presentes com palavras de encorajamento, conselhos valiosos e gestos de cuidado que fizeram toda diferença ao longo dessa jornada.

Ao meu companheiro, Anthony Ruan, agradeço por seu apoio constante, por acreditar em mim e por estar presente em cada etapa dessa jornada. Sua parceria foi meu refúgio e força nos momentos mais difíceis.

À minha orientadora, Larissa Moura da Silva, que não foi apenas orientadora, mas minha perceptora, confidente, amiga e verdadeira irmã no caminho acadêmico. Sua escuta generosa, ensinamentos precisos e confiança constante foram essenciais para que eu reconhecesse minha própria capacidade. Sua presença firme e afetuosa foi guia e impulso em todas as etapas desse projeto.

## RESUMO

A síndrome de Burnout é um distúrbio ligado ao estresse crônico no trabalho e foi reconhecida pela Organização Mundial de Saúde (OMS), como um fenômeno ocupacional. Ela se manifesta por exaustão, distanciamento das atividades e queda de desempenho. Com o aumento das exigências no ambiente profissional, seu impacto na saúde mental se tornou mais evidente. Nesse contexto, a atenção à saúde psicológica desses trabalhadores tem se tornado cada vez mais necessária, dado o aumento expressivo dos casos de esgotamento físico e mental, particularmente em profissões expostas a altas cargas emocionais, como a Medicina Veterinária. O objetivo principal do estudo foi identificar os principais sinais do burnout nessa categoria, relacionando-os às condições de trabalho enfrentadas no cotidiano da prática veterinária. Para isso, foi utilizada uma abordagem quantitativa e descritiva, com a aplicação de questionário eletrônico a 100 médicos veterinários distribuídos em diferentes municípios da região. Os resultados revelaram altos índices de exaustão física e emocional, dificuldades de sono, desmotivação e desejo frequente de abandonar a profissão. Fatores como múltiplas jornadas, baixa remuneração, ausência de apoio psicológico e pressão dos tutores foram apontados como os principais estressores. Conclui-se que o burnout entre veterinários não é uma condição isolada, mas reflexo de fatores emocionais, estruturais e econômicos combinados, reforçando a necessidade urgente de estratégias institucionais de prevenção, suporte emocional e valorização da profissão.

**Palavras-chave:** Burnout, Síndrome, Medicina Veterinária, Sul do Maranhão

## **ABSTRACT**

Burnout Syndrome is a disorder linked to chronic work-related stress and has been recognized by the World Health Organization (WHO) as an occupational phenomenon. It manifests through exhaustion, detachment from daily tasks, and decreased performance. With the rising demands of professional environments, its impact on mental health has become increasingly evident. In this context, attention to the psychological well-being of these workers has become ever more necessary, given the significant rise in physical and emotional exhaustion, particularly in professions exposed to intense emotional pressure, such as Veterinary Medicine. The main objective of this study was to identify the key signs of burnout in this professional category, relating them to the working conditions experienced in everyday veterinary practice. To achieve this, a quantitative and descriptive approach was employed, through the application of an electronic questionnaire to 100 veterinarians distributed across different municipalities in the region. The results revealed high levels of physical and emotional exhaustion, sleep disturbances, demotivation, and a frequent desire to leave the profession. Factors such as multiple work shifts, low remuneration, lack of psychological support, and pressure from pet owners were identified as primary stressors. It is concluded that burnout among veterinarians is not an isolated condition, but rather the result of a combination of emotional, structural, and economic factors, reinforcing the urgent need for institutional strategies focused on prevention, emotional support, and appreciation of the profession.

**Keywords:** Burnout, Syndrome, Veterinary Medicine, Southern Maranhão

## LISTA DE TABELAS

<b>Tabela 1</b> - Perfil sociodemográfico, socioeconômico e profissional.....	25
<b>Tabela 2</b> - Indicadores ocupacionais.....	35

## LISTA DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1</b> - Gráfico de áreas por atuação.....	26
<b>Gráfico 2</b> - Frequência das áreas de atuação.....	26
<b>Gráfico 3</b> - Você sente exaustão física ou mental devido ao trabalho?.....	28
<b>Gráfico 4</b> - Você sente que seu trabalho está interferindo negativamente na sua qualidade de vida pessoal? .....	28
<b>Gráfico 5</b> - Você tem se sentido emocionalmente esgotado devido ao seu trabalho? .....	29
<b>Gráfico 6</b> - Você tem tido dificuldades para dormir, devido ao estresse relacionado ao trabalho?.....	29
<b>Gráfico 7</b> - Você tem deixado de realizar atividades que antes lhe davam prazer, por causa do cansaço ou desmotivação?.....	30
<b>Gráfico 8</b> - Fatores mais estressantes na rotina veterinária .....	37
<b>Gráfico 9</b> - Você sabe o que é a Síndrome de Burnout?.....	38
<b>Gráfico 10</b> - Você já procurou ajuda psicológica ou psiquiátrica devido ao estresse relacionado ao trabalho? .....	39
<b>Gráfico 11</b> - Práticas para aliviar o estresse.....	41

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	11
<b>2 REFERENCIAL TEÓRICO</b> .....	13
<b>2.1 Caracterização</b> .....	13
<b>2.2 Sinais clínicos</b> .....	14
<b>2.3 Diagnóstico</b> .....	15
<b>2.4 Fatores predisponentes da síndrome de burnout entre médicos veterinários</b> .....	16
<b>2.5 Desafios da atuação exaustiva dos profissionais veterinários</b> .....	17
<b>2.6 Consequências da síndrome de burnout nas esferas pessoal e profissional</b> .....	18
<b>3 MATERIAIS E MÉTODOS</b> .....	21
<b>3.1 Área de estudo</b> .....	21
<b>3.2 Tipo de pesquisa</b> .....	21
<b>3.3 População de estudo</b> .....	21
<b>3.4 Aspectos éticos</b> .....	21
<b>3.5 Análise dos dados</b> .....	22
<b>4 RESULTADOS E DISCUSSÃO</b> .....	23
<b>5 CONCLUSÃO</b> .....	42
<b>6 REFERÊNCIAS</b> .....	43

## 1 INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, a saúde mental dos profissionais da área da saúde tem se tornado a pauta central de debates e pesquisas, especialmente diante das exigências emocionais e físicas impostas pela exaustiva rotina de trabalho, Brasil (2023). A medicina veterinária, integrante dessa área, também enfrenta um cenário desafiador, marcado por longas jornadas de trabalho, sobrecarga emocional, baixos salários e falta de reconhecimento (Amorim 2021).

De acordo com (Freudenberger 1974), a síndrome de burnout é descrita como um fenômeno ocupacional caracterizado pela exaustão extrema, estresse e esgotamento físico e mental decorrentes de condições de trabalho desgastantes, resultando em sentimentos de incompetência e negatividade em relação à profissão. Embora seja amplamente estudada em áreas como a medicina humana e a enfermagem, sua ocorrência entre médicos veterinários ainda é pouco explorada.

Segundo dados do Conselho Regional de Medicina Veterinária do Maranhão (CRMV-MA 2024), o estado conta com 2.076 profissionais veterinários, com uma maior concentração no Norte. Em contrapartida, no Sul do Maranhão observa-se uma menor quantidade de profissionais e uma oferta de recursos limitada, o que, conseqüentemente, acarreta uma maior sobrecarga de trabalho.

Esse cenário contribui significativamente para o aumento do risco de desenvolvimento da síndrome de burnout entre médicos veterinários a região. Esses profissionais enfrentam jornadas extenuantes, alta pressão emocional e um ambiente profissional marcado por desafios estruturais e econômicos, que dificultam o acesso a recursos básicos e suporte adequado para o exercício da profissão (Paiva 2024).

A avaliação de indicadores da síndrome de Burnout em médicos veterinários atuantes no sul do Maranhão é fundamental para aprofundar o conhecimento sobre as conseqüências emocionais dessa condição na prática veterinária. A escassez de pesquisas sobre a saúde mental desses profissionais na região evidencia uma lacuna importante na literatura científica.

Embora o Burnout seja amplamente estudado em outras áreas da saúde, seu impacto na medicina veterinária local ainda é pouco explorado, dificultando o reconhecimento do problema e a criação de estratégias eficazes de enfrentamento. Este estudo, portanto, é relevante ao dar visibilidade a uma questão frequentemente negligenciada, contribuindo para o avanço científico e para o desenvolvimento de

políticas específicas de prevenção e suporte, que promovam o bem-estar e a qualidade de vida dos veterinários no ambiente de trabalho.

## 2 REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 Caracterização

Freudenberger (1974) foi o primeiro a utilizar o termo *burnout* para descrever um estado de esgotamento físico, emocional e mental progressivo, decorrente do enfrentamento contínuo de demandas emocionais no ambiente de trabalho. O termo, que em inglês significa “queimar até o fim”, simboliza o desgaste gradual do indivíduo até o colapso. Sua perspectiva pioneira ampliou a compreensão dos impactos psicológicos do trabalho e impulsionou o interesse científico sobre a saúde mental de profissionais do cuidado.

Por sua vez, (Maslach 1982) aprimorou o conceito do burnout, definindo-o como um processo progressivo que deteriora gradualmente o equilíbrio emocional do indivíduo. Segundo a autora, manifesta-se através de três dimensões inter-relacionadas: a exaustão emocional, que reflete o sentimento de sobrecarga e esgotamento; a despersonalização, que se expressa por atitudes frias e distantes em relação aos indivíduos atendidos; e a baixa realização profissional, indicando uma percepção de ineficácia e frustração com o próprio desempenho.

(Schaufeli e Enzmann 1998) reforçam esse modelo ao destacar que essas três dimensões são interdependentes e tendem a evoluir de forma sequencial. O esgotamento emocional resultante de exposição prolongada e intensa, seria o primeiro a se manifestar, seguido da despersonalização como uma forma de defesa psíquica, e, por fim, da redução da realização profissional, marcada pela percepção de ineficácia e baixa autoestima.

Já (Bakker e Demerouti 2007) apontam que a exaustão está fortemente associada a demandas elevadas no trabalho, como carga horária excessiva, pressão por resultados e exigências emocionais constantes. Em contrapartida, a baixa realização profissional costuma estar relacionada à ausência de recursos organizacionais essenciais, como apoio institucional, reconhecimento, retorno adequado sobre o desempenho e oportunidades de crescimento.

Em 2019, a Organização Mundial da Saúde (OMS) incluiu oficialmente a síndrome de burnout na 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11), sob o código QD85, definindo-a como um fenômeno ocupacional, e não como uma condição médica. Segundo a OMS (2022), o burnout é resultado de um estresse crônico no trabalho que não foi adequadamente gerenciado.

Essa definição delimita a síndrome ao contexto profissional, diferenciando-a de transtornos como a depressão ou a ansiedade, mesmo que seus sintomas possam se sobrepor. A caracterização institucional da síndrome por um organismo internacional confere maior legitimidade ao tema, contribuindo para sua inclusão em debates sobre saúde ocupacional e políticas públicas de prevenção.

## **2.2 Sinais clínicos**

Freudenberger (1974), ao descrever pela primeira vez a síndrome de burnout, identificou que ela vai além da simples exaustão. Para ele, trata-se de um processo progressivo de esgotamento físico e emocional que afeta principalmente indivíduos altamente dedicados ao trabalho.

Esses profissionais começam a apresentar sintomas como cansaço persistente, dores físicas, irritabilidade, insônia, sentimentos de fracasso, desmotivação e apatia generalizada. Freudenberger (1974) definiu esse estado como “queimar por dentro”, em que o indivíduo perde gradativamente sua energia vital diante das pressões constantes do ambiente de trabalho.

Com o avanço das pesquisas, estudos recentes passaram a aprofundar os aspectos clínicos e psicológicos do burnout, especialmente entre profissionais da saúde (Rotenstein et al. 2018) destacam que, entre médicos, sintomas como exaustão emocional intensa, distanciamento interpessoal (despersonalização) e sentimentos de ineficácia profissional são bastante comuns.

Esses sintomas frequentemente vêm acompanhados de alterações no sono, ansiedade, depressão e sintomas psicossomáticos, como cefaleias e distúrbios gastrointestinais, além de repercussões físicas e emocionais evidenciando o impacto multifacetado do burnout na saúde desses profissionais (Silva et al. 2021); (Maslach e Leiter 2016); (Brasil 2023).

De forma complementar, (Perniciotti et al. 2022), em revisão da literatura sobre o burnout em profissionais da saúde, destacam que os sinais clínicos mais frequentes são cansaço crônico, insônia, irritabilidade, lapsos de memória e dificuldades de concentração, comprometendo diretamente a qualidade de atendimento, gerando impactos na segurança e bem-estar dos pacientes.

Tais manifestações comprometem o desempenho profissional, as relações interpessoais e a qualidade do atendimento, impactando negativamente o ambiente de trabalho e a satisfação dos profissionais. Além disso, são agravadas por jornadas

extensas, alta demanda emocional e falta de apoio institucional, o que reforça a necessidade de políticas e intervenções específicas para a prevenção e o manejo do burnout.

### **2.3 Diagnóstico**

O diagnóstico da Síndrome de Burnout é considerado um desafio na prática clínica, principalmente por se tratar de uma condição multifatorial e de manifestação subjetiva Bianchi; (Schonfeld e Laurent 2015). Seus sintomas frequentemente se sobrepõem aos de outros transtornos psicológicos, como depressão e ansiedade, dificultando uma delimitação clara do quadro.

O Maslach Burnout Inventory (MBI) é o instrumento mais amplamente utilizado para avaliação do burnout, desenvolvido por (Maslach e Jackson 1981) e aprimorado por (Maslach e Schaufeli e Leiter 2001). Ele avalia três dimensões centrais: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, sendo especialmente eficaz em contextos organizacionais que envolvem cuidado interpessoal.

Estudo de (Dutra et al. 2019), com profissionais da enfermagem, confirmou sua alta consistência interna e validade convergente em populações brasileiras. Os autores ressaltam ainda que o uso do MBI deve ser contextualizado, considerando as especificidades de cada profissão e ambiente de trabalho, para garantir maior precisão diagnóstica.

O *Copenhagen Burnout Inventory* (CBI), desenvolvido por Kristensen et al. (2005), propõe uma avaliação objetiva da síndrome em três esferas: pessoal, relacionada ao trabalho e ao contato com clientes ou pacientes. Por apresentar linguagem acessível e estrutura clara, o CBI tem se mostrado útil na mensuração do burnout em grupos profissionais variados, incluindo os da área da saúde.

Em estudo com médicos residentes no Nordeste, (Moser et al. 2023) identificaram a exaustão laboral como fator predominante. O resultado evidencia o impacto das condições organizacionais no desenvolvimento do burnout. Os dados reforçam a importância de medidas institucionais e contribuem para diagnósticos mais contextualizados em ambientes de alta demanda.

No campo da saúde pública, pesquisas como a de (Jarruche e Mucci 2021) investigaram o burnout em agentes comunitários de saúde no Nordeste brasileiro. Segundo o estudo, 28% da amostra atendia aos critérios diagnósticos da síndrome

conforme o MBI, o que reforça a urgência de políticas públicas voltadas à saúde mental desses profissionais.

Diante dos desafios diagnósticos e da recorrência de casos, o acompanhamento psicológico e psiquiátrico torna-se essencial no enfrentamento da síndrome. A psicoterapia individual é indicada para auxiliar no manejo das emoções, no resgate da autoestima e na elaboração de estratégias de enfrentamento. Esse suporte contribui para melhorar a qualidade de vida e prevenir agravamentos do quadro.

Já o acompanhamento psiquiátrico é indicado em casos mais graves, especialmente quando há comorbidades como depressão ou transtornos de ansiedade. Conforme (Maslach; Schaufeli e Leiter 2001), o tratamento eficaz do burnout deve ser multidimensional, envolvendo suporte institucional, reestruturação organizacional e, quando necessário, intervenção medicamentosa.

#### **2.4 Fatores predisponentes da síndrome de burnout entre médicos veterinários**

Além dos fatores ocupacionais, os aspectos psicossociais também exercem papel significativo no surgimento da Síndrome de Burnout. A necessidade de manter empatia constante diante do sofrimento dos pacientes e de seus tutores favorece a chamada “fadiga por compaixão”, um estado de esgotamento mental e emocional que surge da exposição repetida a dores alheias.

A literatura também evidencia a ocorrência da chamada fadiga por compaixão como uma forma de desgaste emocional decorrente do envolvimento constante com o sofrimento animal e com as dores dos tutores. Essa condição é considerada uma porta de entrada para o desenvolvimento da síndrome, especialmente entre profissionais que atuam com pequenos animais e que enfrentam rotineiramente decisões moralmente difíceis, como a eutanásia (Zoetis 2021).

Segundo (CRMV-PB 2020), a falta de reconhecimento profissional, a precarização dos vínculos empregatícios e a dificuldade em estabelecer limites entre vida pessoal e profissional agravam essa vulnerabilidade. Em especial, profissionais jovens e recém-formados, que ainda não desenvolveram mecanismos eficazes de enfrentamento, tendem a ser mais afetados.

Fatores como pressão institucional, múltiplas funções acumuladas e carência de apoio psicológico contribuem diretamente para o adoecimento emocional dos veterinários, (Riva e Berni 2025). Os autores destacam ainda que a baixa valorização

da profissão, aliada à exposição constante à dor, morte e sofrimento animal, compõe um cenário propício ao esgotamento.

Nesse mesmo sentido (Gresele 2024), em pesquisa com 1.074 médicos veterinários clínicos de pequenos animais, identificou como principais fatores estressores da profissão a sobrecarga de trabalho, o estresse proveniente de atendimentos emergenciais e a constante pressão exercida pelos tutores dos animais. Esses elementos contribuem diretamente para o desgaste emocional e a vulnerabilidade psicológica desses profissionais.

Outro estudo conduzido por (Bacetti; Rosa e Costa 2024), com médicos veterinários atuantes em Boa Vista (RR), revelou que 72% dos participantes apresentavam altos níveis de exaustão emocional e 66% baixos níveis de realização pessoal. Os dados evidenciaram relação significativa entre as variáveis como gênero, estado civil, faixa etária e carga horária semanal, com o desgaste emocional e profissional.

Estudos recentes têm demonstrado que veterinários que trabalham em mais de um estabelecimento estão mais suscetíveis ao esgotamento emocional. A multiplicidade de vínculos empregatícios contribui para o aumento das horas trabalhadas semanalmente, reduzindo o tempo destinado ao descanso e ao convívio social, o que compromete a saúde mental desses profissionais (Gresele, 2024).

A compreensão desses elementos mostra-se essencial para que o próprio médico veterinário reconheça precocemente os fatores de risco aos quais está exposto, adote estratégias de enfrentamento adequadas e busque apoio profissional sempre que necessário, contribuindo para a preservação da saúde mental, o equilíbrio emocional e a sustentabilidade de sua prática profissional (Jarruche e Mucci, 2021).

## **2.5 Desafios da atuação exaustiva dos profissionais veterinários**

A Medicina Veterinária é uma profissão que exige não apenas conhecimentos técnicos e habilidades clínicas, mas também um grande preparo emocional. Os profissionais estão constantemente expostos a situações de estresse, como a tomada de decisões éticas difíceis, o enfrentamento de mortes de animais e a interação com tutores em sofrimento. Tais aspectos tornam a profissão vulnerável ao desgaste emocional e ao comprometimento da saúde mental (Bartram e Baldwin, 2010).

Um dos principais desafios enfrentados pelos veterinários é a sobrecarga de trabalho. Jornadas extensas, plantões contínuos e as múltiplas demandas

administrativas contribuem para o desenvolvimento de quadros de exaustão física e psicológica. De acordo com a pesquisa de (Nett et al. 2015), profissionais da Medicina Veterinária apresentam taxas elevadas de ansiedade, depressão e ideias suicidas quando comparados à população em geral.

Além disso, a relação entre veterinários e tutores pode se tornar um fator estressante. Muitos profissionais relatam sentir-se pressionados emocionalmente, especialmente em situações em que os tutores não têm condições financeiras de arcar com o tratamento dos animais, o que pode gerar sentimento de frustração, impotência e culpa (Mitchener e Ogilvie, 2002).

A constante exposição à morte e ao sofrimento animal também é um fator agravante. O chamado “luto empático” ocorre quando o profissional sofre ao compartilhar a dor do tutor pela perda do animal. Há aumento de risco, quando esse processo se torna repetitivo contribuindo para o desenvolvimento da fadiga por compaixão e da síndrome de burnout (Figley, 2002); (Maslach e Leiter, 2016).

Outro aspecto importante é a cultura profissional de negação da vulnerabilidade emocional. Muitos veterinários evitam demonstrar fragilidade ou buscar ajuda por receio de julgamentos, o que dificulta o diagnóstico precoce de transtornos psíquicos e a adoção de estratégias preventivas (Bartram e Baldwin, 2010).

Dessa forma, os desafios da atuação veterinária não se restringem ao âmbito técnico, mas englobam um complexo conjunto de fatores emocionais, sociais e organizacionais que impactam diretamente na saúde mental desses profissionais. Compreender essa realidade é essencial para propor intervenções eficazes que promovam bem-estar e qualidade de vida na profissão.

## **2.6 Consequências da síndrome de burnout nas esferas pessoal e profissional**

A síndrome de burnout representa um esgotamento físico e emocional severo, associado principalmente ao ambiente de trabalho, e seus impactos vão muito além da exaustão. Suas consequências afetam diretamente tanto a vida pessoal quanto a trajetória profissional dos indivíduos acometidos, comprometendo o bem-estar, o desempenho e até mesmo a permanência na carreira (Bartram e Baldwin, 2010).

Considerando os sintomas já discutidos, é importante destacar que, na esfera pessoal, o burnout também compromete a qualidade das relações interpessoais. As alterações emocionais e comportamentais decorrentes da síndrome tendem a

dificultar a convivência com familiares e amigos, favorecendo o isolamento social e o distanciamento afetivo (Maslach e Leiter, 2016); (Bianchi; Schonfeld e Laurent, 2015).

Além disso, há evidências de que o burnout pode desencadear doenças psicossomáticas, como dores musculares, enxaquecas, gastrites e alterações cardiovasculares, sendo considerado um fator de risco para o desenvolvimento de hipertensão, doenças coronarianas e imunossupressão (Melamed et al. 2006). Esse impacto físico está associado à liberação crônica de cortisol e ao estado constante de alerta induzido ocasionado através do estresse.

No âmbito profissional, os efeitos são igualmente expressivos. A principal característica observada é a redução da eficácia profissional, manifestada por baixa produtividade, erros frequentes, falta de iniciativa, sentimento de incompetência, redução de realização profissional e dificuldade em tomar decisões (Maslach; Schaufeli e Leiter, 2001) além de provocar a perda de empatia pelos pacientes.

Profissionais afetados pela síndrome tendem a demonstrar comportamentos de despersonalização, tratando colegas, clientes ou pacientes com frieza e distanciamento emocional, podendo gerar conflitos no ambiente de trabalho. Essa atitude pode prejudicar o desempenho e a qualidade dos serviços prestados ocasionalmente afetando negativamente o clima organizacional (Maslach e Leiter, 2016).

O burnout pode afetar diretamente a produtividade, resultando em ausências frequentes (absenteísmo) ou presença no trabalho sem condições adequadas (presenteísmo), com prejuízo ao desempenho (Hyeda e Handar, 2011). Segundo a OMS (2022), a síndrome envolve exaustão, distanciamento mental e redução da eficácia. Em áreas de alta carga emocional, essas consequências podem levar a afastamentos prolongados ou ao abandono da carreira.

Estudos apontam ainda que a persistência dos sintomas de burnout pode desencadear ideação suicida, especialmente em profissionais da saúde. (Nett et al. 2015) identificaram que veterinários possuem uma taxa significativamente mais alta de pensamentos suicidas em comparação com a população geral, atribuída à sobrecarga emocional, senso de responsabilidade extrema e dificuldade de acesso a suporte psicológico.

A deterioração progressiva causada pelo burnout reforça a importância de ambientes de trabalho saudáveis, medidas preventivas e políticas de promoção de

saúde mental. Reconhecer os sinais precoces e adotar estratégias de enfrentamento adequadas são passos fundamentais para preservar o equilíbrio emocional e a longevidade profissional (Gaspar et al. 2024).

### **3 MATERIAIS E MÉTODOS**

#### **3.1 Área de estudo**

O estudo foi conduzido na região Sul do estado do Maranhão, abrangendo municípios como Imperatriz, Açailândia, Balsas, Porto Franco, Estreito e cidades vizinhas. Essa área possui uma dinâmica econômica marcada por setores industriais, comerciais e agropecuários, além de desafios estruturais IBGE (2024), que afetam diretamente o cotidiano profissional dos médicos veterinários. A escolha da região teve como base a necessidade de compreender os impactos das condições laborais sobre a saúde mental desses profissionais.

#### **3.2 Tipo de pesquisa**

A pesquisa foi de abordagem quantitativa, descritiva e de natureza transversal. Os dados foram obtidos por meio da aplicação de questionário eletrônico estruturado, com o objetivo de mensurar o nível de esgotamento emocional, a percepção de estresse ocupacional e outros fatores relacionados ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout.

#### **3.3 População de estudo**

A população do estudo foi composta por 100 médicos veterinários graduados e atuantes em diferentes municípios da região Sul do Maranhão. Os critérios de inclusão foram: formação superior em Medicina Veterinária, exercício profissional no momento da pesquisa e consentimento formal por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A seleção foi feita por conveniência, respeitando a disponibilidade e acessibilidade dos participantes.

#### **3.4 Aspectos éticos**

A pesquisa seguiu os princípios éticos estabelecidos pelo Conselho Nacional de Saúde, que regulamenta estudos envolvendo seres humanos. Os participantes foram devidamente informados sobre os objetivos, procedimentos, potenciais riscos e benefícios da pesquisa. A participação ocorreu mediante assinatura do TCLE. As informações pessoais e profissionais foram mantidas em sigilo absoluto, utilizadas exclusivamente para fins acadêmicos. O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Maranhão (UFMA).

### **3.5 Análise dos dados**

Os dados coletados foram organizados e tabulados com o apoio do software Microsoft Excel®. A análise envolveu a criação de planilhas, gráficos e tabelas que facilitaram a visualização dos resultados, permitindo a identificação dos níveis de burnout, a recorrência dos sintomas e possíveis associações com fatores sociodemográficos. Os resultados foram apresentados em porcentagens e distribuídos por categoria para facilitar a interpretação.

#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa contou com a participação de 100 médicos veterinários atuantes no Sul do Maranhão, realizada durante os meses de abril a junho, com respostas distribuídas em 13 municípios. Os participantes responderam ao questionário de forma voluntária, anônima e conforme os critérios éticos e de pesquisa estabelecidos. O estudo buscou identificar os principais indicadores da Síndrome de Burnout, considerando as condições de trabalho e o impacto emocional na rotina profissional.

Na primeira parte do questionário, a (Pergunta 1), buscou identificar as principais cidades de atuação dos profissionais respondentes. Através das respostas, observa-se uma forte concentração de profissionais na cidade de Imperatriz, que sozinha respondeu por 70% do total de respostas evidenciando seu destaque como principal polo regional da Medicina Veterinária no Sul do Maranhão.

As demais cidades com maior número de participantes foram: Estreito (8%), Porto Franco (4%), Açailândia e Balsas (3% cada). Outras localidades, como Amarante, Montes Altos, Senador La Roque e profissionais que atuam em mais de um município, representaram 2% cada. Por fim, os municípios de Campestre, Carolina, Grajaú e João Lisboa tiveram 1% de representatividade cada.

Segundo (Gonschor et al. 2023), veterinários que atuam em cidades grandes e de médio porte apresentam níveis mais elevados de burnout e depressão do que aqueles em áreas rurais. Essa diferença está associada à dinâmica urbana, caracterizada por maior competitividade, diversidade de demandas e ritmo acelerado, fatores que podem causar sobrecarga psicológica significativa nesses profissionais.

A amostra da pesquisa foi composta majoritariamente por mulheres, representando 66% dos respondentes, enquanto 34% se identificaram como do sexo masculino. Nenhum dos participantes optou por não informar o gênero. Muitas mulheres, além de suas responsabilidades no ambiente de trabalho, acumulam funções domésticas e maternas, o que pode gerar impactos significativos em sua saúde física e mental.

Em relação à faixa etária, a maior parte dos profissionais (68%) possui entre 20 e 30 anos, seguida por 21% na faixa de 30 a 40 anos. Apenas 10% se encontram entre 40 e 50 anos, e 1% tem mais de 50 anos. Esses dados indicam um predomínio de profissionais jovens, possivelmente refletindo a expansão do acesso ao ensino

superior, enquanto o número reduzido de profissionais mais velhos pode estar relacionado à migração ou abandono da profissão.

Quanto à remuneração mensal, 37% dos entrevistados afirmaram receber entre 2 e 4 salários-mínimos, enquanto 34% recebem de 1 a 2 salários. Um total de 24% indicou rendimento acima de 4 salários-mínimos, e 5% informaram receber até 1 salário-mínimo. Essa realidade pode estar relacionada com a frustração pessoal e a insatisfação profissional, principalmente em áreas como a veterinária, onde o investimento financeiro e emocional durante a formação é elevado.

A pesquisa publicada na *Revista Brasileira de Medicina Veterinária* Melo et al. (2022) destacou que a insatisfação com a remuneração foi apontada como um dos principais motivos de exaustão e abandono precoce da profissão por jovens veterinários. Essa realidade reflete a desvalorização do profissional no mercado de trabalho e contribui para o desencadeamento do Burnout em jovens no início da carreira e com baixa estabilidade financeira.

Sobre o tempo de serviço na profissão, 55% dos respondentes atuam entre 1 e 5 anos, 21% possuem menos de 1 ano de experiência, 11% entre 6 e 10 anos e 13% acima de 10 anos. Esse dado demonstra um predomínio de profissionais com tempo de atuação recente na área. O resultado sugere que a região é composta por mais profissionais recém-formados e com menos experiências, os quais ainda estão se adaptando as exigências do mercado.

Segundo estudo de (Bartram e Baldwin, 2010), profissionais recém-ingressos na carreira veterinária apresentam maior risco para desenvolvimento da síndrome de burnout, sendo esse risco associado a sobrecarga emocional, baixa remuneração e dificuldade em lidar com as exigências éticas e afetivas da profissão. Fatores esses quando somados à inexperiência e insegurança profissional, podem comprometer a permanência desses indivíduos na carreira.

Em relação à carga horária semanal, 46% dos participantes relataram trabalhar entre 41 e 50 horas por semana. Outros 33% afirmaram atuar até 40 horas semanais, 15% entre 51 e 60 horas, e 6% ultrapassam 60 horas semanais. Essa realidade de longas jornadas é comum na área da saúde e tem sido amplamente associada a elevados níveis de estresse, fadiga e maior risco de síndrome de burnout (Bartram e Baldwin, 2010).

(Bartram e Baldwin, 2010) destacam ainda que a sobrecarga de trabalho, especialmente em jornadas excessivas, é um dos principais fatores que contribuem para o esgotamento mental e o aumento do risco de suicídio entre veterinários. Além de evidenciar que a pressão por resultados, a falta de apoio e suporte organizacional, intensifica o desgaste emocional

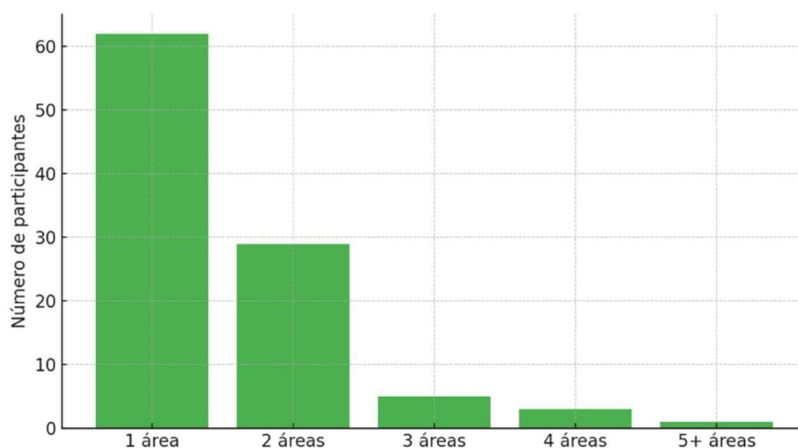
**Tabela 1** - Perfil sociodemográfico, socioeconômico e profissional

Variáveis	Alternativas	Resultados
Gênero	Feminino	66%
	Masculino	34%
Idade	Entre 20 – 30	68%
	Entre 30 – 40	21%
	Entre 40 – 50	10%
	Acima de 50 anos	1%
Média Salarial	Até 1 salário	5%
	Entre 1-2 salários-mínimos	34%
	Entre 2-4 salários-mínimos	37%
	Acima de 4 salários	24%
Tempo de Serviço	Menos de 1 ano	21%
	Entre 1 - 5 anos	55%
	Entre 6 -10 anos	11%
	Acima de 10 anos	13%
Carga Horária Semanal	Até 40h	33%
	Entre 41 - 50h	46%
	Entre 51 - 60h	15%
	Acima de 60h	6%

**Fonte:** Autor (2025)

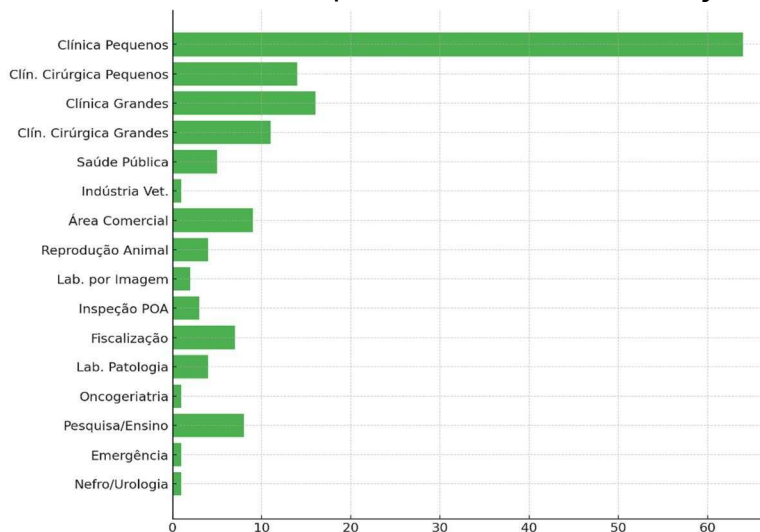
A pergunta 6, (Gráfico 1), refere-se à área de atuação profissional permitia múltiplas escolhas. Dos 100 participantes, 62% indicaram atuar em apenas uma área, enquanto 29% relataram atividades em duas áreas distintas, 5% em três, 3% em quatro, e 1% em cinco ou mais áreas, demonstrando uma tendência de atuação multifuncional entre parte dos profissionais veterinários da região.

No estudo realizado por (Marciel e Gonçalves, 2020) identificou que enfermeiros com uma rotina de trabalho dupla (ou até tripla), reduz o tempo de autocuidado pessoal e interfere em atividades de lazer e descanso, interferindo na saúde física e psicológica dos profissionais.

**Gráfico 1 - Gráfico de áreas por atuação**

Fonte: Autor (2025)

Entre as áreas mencionadas (Gráfico 2), a clínica de pequenos animais foi a mais citada, com 64 marcações, seguida por clínica cirúrgica de pequenos animais (14), clínica de grandes animais (16) e clínica cirúrgica de grandes animais (11). Esses dados refletem a predominância da atuação voltada para pequenos animais na amostra, evidenciando também uma menor representação das especialidades cirúrgicas e de grandes animais.

**Gráfico 2 - Frequência das áreas de atuação**

Fonte: Autor (2025)

Outras áreas também foram apontadas, embora em menor proporção: saúde pública (5), área comercial (9), reprodução animal (4), fiscalização (7), laboratório de diagnóstico em patologias (4), laboratório por imagem (2), inspeção de produtos de origem animal (3), pesquisa e ensino (8), e indústria veterinária, emergência, oncogeriatria e nefrologia/urologia veterinária, com uma marcação cada.

A ampla predominância da atuação clínica, especialmente em pequenos animais, reflete a maior demanda por esse serviço na região pesquisada. Além disso, a presença de profissionais em múltiplas áreas indica uma realidade de polivalência profissional, possivelmente associada à necessidade de complementar a renda ou à escassez de especialização local, o que pode contribuir para a sobrecarga e o risco de esgotamento emocional (Gresele, 2024).

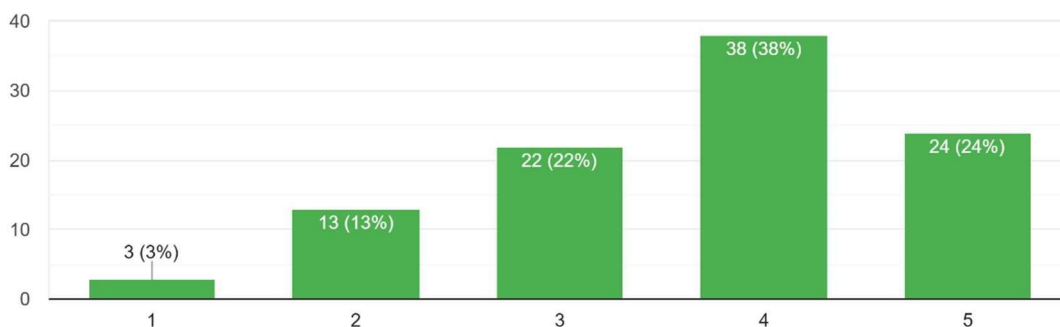
A segunda parte do questionário, correspondente às perguntas de 8 a 12, teve como objetivo avaliar os indicadores pessoais e de saúde mental e física dos médicos veterinários participantes com ênfase em sintomas compatíveis com a síndrome de burnout. Essa etapa buscou identificar sinais de desgaste emocional, fadiga e outras manifestações clínicas associadas ao impacto do estresse ocupacional na rotina desses profissionais.

As perguntas foram estruturadas com base em uma escala de frequência de 1 a 5, em que 1 representa "nunca" e 5 representa "sempre", possibilitando mensurar a intensidade com que os profissionais vivenciam sintomas de esgotamento, desmotivação e distanciamento emocional no contexto do trabalho, facilitando a avaliação quantitativa do impacto na rotina dos profissionais.

Com base nessa escala, o gráfico 3 avaliou a percepção dos participantes sobre a exaustão física ou mental causada pelo trabalho. Observou-se que 62% dos profissionais marcaram 4 ou 5, indicando exaustão frequente ou constante. Outros 22% assinalaram 3, refletindo cansaço moderado, enquanto 13% marcaram 2 e 3% relataram nunca sentir esse tipo de desgaste.

Segundo Trigo, Teng e Hallak (2007), o estresse prolongado no ambiente profissional é o principal precursor da exaustão física e emocional, gerando desequilíbrios no eixo neuro-hormonal do indivíduo. Essa desregulação favorece sintomas como fadiga persistente, irritabilidade e prejuízo cognitivo, sendo considerada uma das fases iniciais da evolução do burnout.

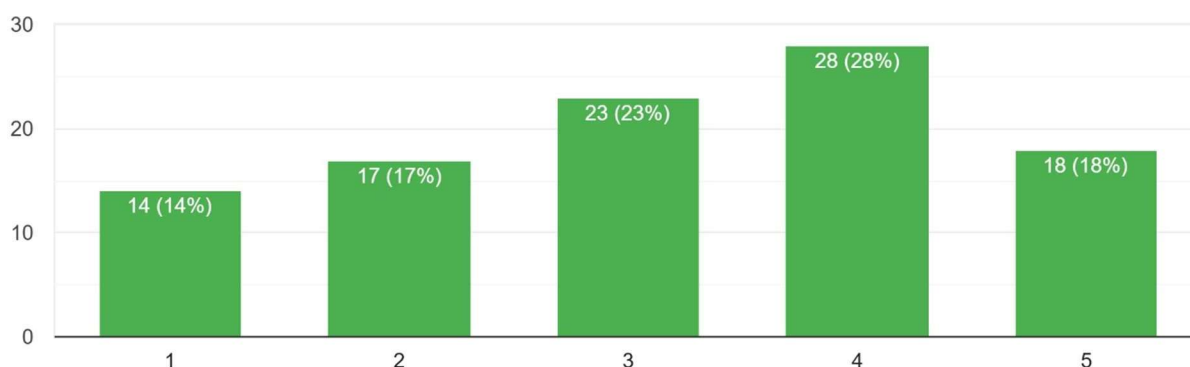
Larissa Fonseca (apud D'Ambrosio, 2025) aponta que exaustão física e mental representa um dos primeiros sinais da Síndrome de Burnout, manifestando-se de forma gradual e silenciosa. Esse processo não ocorre de maneira abrupta, mas se instala aos poucos, com sintomas que frequentemente são confundidos com cansaço comum ou estresse passageiro.

**Gráfico 3 - Você sente exaustão física ou mental devido ao trabalho?**

Fonte: Autor (2025)

O gráfico 4 analisou a percepção dos participantes sobre a interferência negativa do trabalho na qualidade de vida pessoal. Quase metade (46%) relatou esse impacto de forma frequente ou constante (escalas 4 e 5). Outros 23% indicaram uma interferência moderada (nota 3), enquanto 17% e 14% assinalaram pouco ou nenhum impacto (escalas 2 e 1, respectivamente).

Perdigão (2019) destaca que o conflito entre vida profissional e pessoal não se limita ao campo individual, mas reflete falhas estruturais nas políticas institucionais de cuidado. A ausência de espaços para recuperação psíquica e de gestão flexível da jornada de trabalho amplifica esse conflito, tornando-o um fator crônico de adoecimento em profissões de cuidado.

**Gráfico 4 - Você sente que seu trabalho está interferindo negativamente na sua qualidade de vida pessoal?**

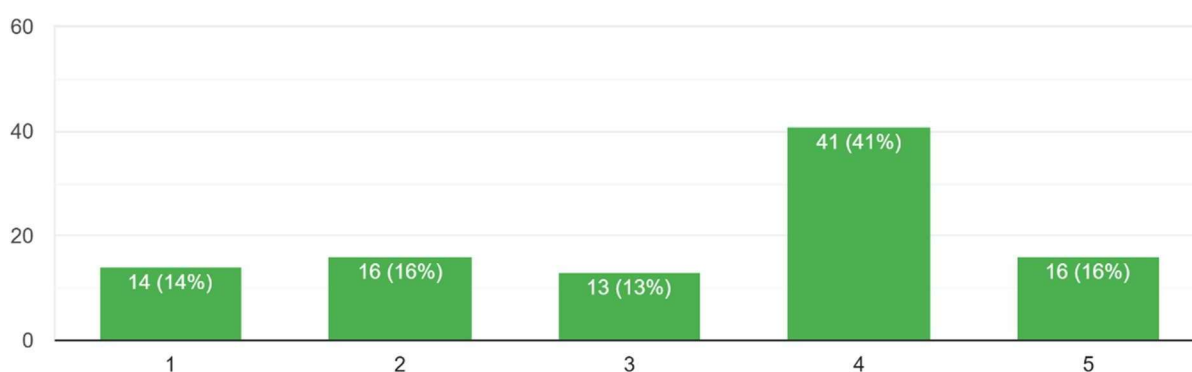
Fonte: Autor (2025)

A análise do gráfico 5 evidencia o grau de esgotamento emocional relatado pelos médicos veterinários em decorrência do trabalho. A maior concentração de respostas ocorreu na opção 4, com 41 participantes, e na opção 5, com 16

participantes, totalizando 57% dos respondentes que afirmam sentir-se emocionalmente esgotados com frequência ou de forma constante.

Outros 13% dos participantes indicaram um nível moderado de desgaste (escala 3), enquanto as escalas 1 e 2 somaram 30%, indicando baixa percepção de esgotamento emocional. Esses dados reforçam a predominância do cansaço psicológico entre os profissionais da amostra caracterizando o esgotamento emocional, considerado por (Maslach e Jackson, 1981) como o primeiro estágio do processo de burnout.

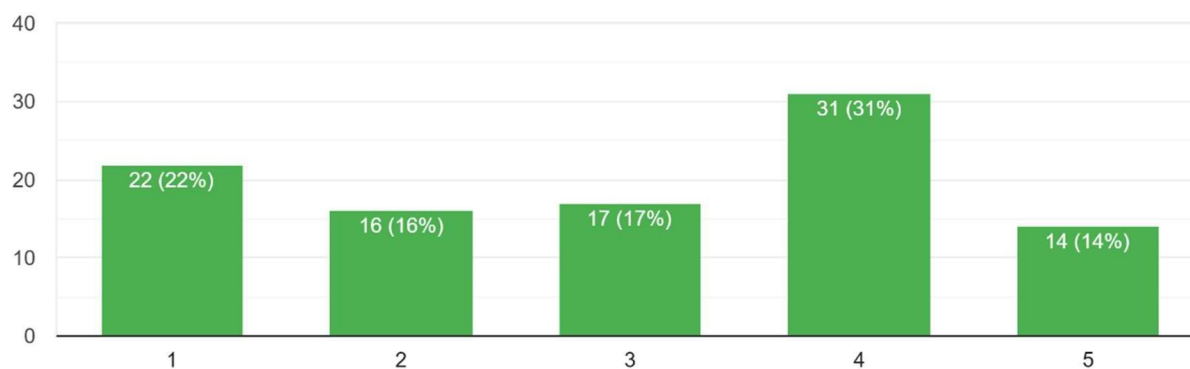
**Gráfico 5 - Você tem se sentido emocionalmente esgotado devido ao seu trabalho?**



Fonte: Autor (2025)

Já o gráfico 6 aponta que 45% dos médicos veterinários (31% na escala 4 e 14% na escala 5), têm enfrentado dificuldades frequentes ou constantes para dormir em razão do estresse relacionado ao trabalho, enquanto 38% (22% na escala 1 e 16% na escala 2) apontam baixo impacto e 17% sinalizam intensidade moderada (escala 3). A longo prazo, esses resultados indicam que a falta de sono já afeta ou afetará gradativamente a saúde e o bem-estar dos participantes.

**Gráfico 6 - Você tem tido dificuldades para dormir, devido ao estresse relacionado ao trabalho?**



Fonte: Autor (2025)

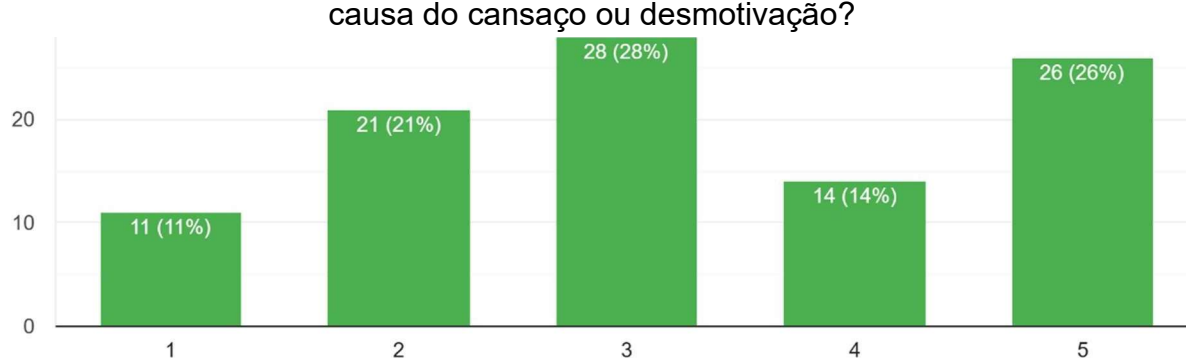
Conforme (Vieira et al. 2023), em estudo com profissionais de saúde da UFSCar, níveis elevados de estresse e burnout estão associados à pior qualidade do sono, reduzindo sua duração e fragmentando o descanso noturno, o que contribui para dor musculoesquelética e maior fadiga diurna. Além disso, (Morais et al. 2022) destacam que os plantões noturnos, comuns na rotina de médicos veterinários, desregulam o ciclo circadiano, intensificando episódios de insônia e fadiga crônica.

Segundo os autores, o comprometimento do sono não apenas reflete o desgaste emocional, mas também agrava o risco de erro clínico, diminuição da imunidade e prejuízos à saúde mental de longo prazo (Steffey et al. 2023). Além desses impactos, a redução na qualidade do sono está diretamente associada à diminuição da empatia e da capacidade de comunicação entre profissionais da saúde, o que pode comprometer o vínculo terapêutico e a qualidade do atendimento

O gráfico 7, revela que 40% dos médicos veterinários (14% marcaram 4 e 26% marcaram 5) afirmam ter deixado de realizar atividades prazerosas com frequência ou de forma constante, em razão do cansaço ou da desmotivação. Outros 28% dos participantes indicaram intensidade moderada (escala 3), enquanto apenas 32% (11% na escala 1 e 21% na 2) relataram baixo impacto. Esses dados sugerem que, mais da metade da amostra (68%) apresenta sinais de anedonia ou retraimento social, sintomas frequentemente associados ao esgotamento emocional e à sobrecarga laboral.

Segundo (Gomes et al. 2025), a síndrome de burnout pode se manifestar por meio da diminuição do sentimento de realização pessoal e da perda de interesse por atividades antes prazerosas, afetando diretamente o bem-estar e a saúde mental dos profissionais. Essa condição, quando prolongada, compromete não apenas o desempenho ocupacional, mas também a qualidade das relações interpessoais e o equilíbrio emocional.

**Gráfico 5** - Você tem deixado de realizar atividades que antes lhe davam prazer, por causa do cansaço ou desmotivação?



Fonte: Autor (2025)

A terceira parte do questionário teve como foco os indicadores ocupacionais que afetam diretamente o bem-estar dos médicos veterinários. As perguntas buscaram compreender como fatores como concentração no trabalho, reconhecimento profissional, empatia no atendimento, desempenho, dificuldade em se desconectar fora do expediente, ausência de suporte emocional, impactos na vida pessoal e tendências ao isolamento ou abandono da profissão refletem os efeitos da rotina sobre a saúde mental e emocional.

A dificuldade de concentração durante as atividades profissionais mostrou-se um dos sintomas mais expressivos entre os médicos veterinários participantes. Na pergunta A (Tabela 2) indicam que apenas 5% dos participantes relataram dificuldade constante (escala 5), e 14% afirmaram que isso ocorre com frequência (escala 4), totalizando 19% com nível elevado de comprometimento atencional. A maioria (37%) posicionou-se na escala 3, indicando intensidade moderada, enquanto 44% relataram baixo impacto (escala 1 e 2).

Segundo Hirschle e Gondim (2020), o estresse ocupacional atua de maneira progressiva sobre funções executivas, como atenção seletiva e memória operacional, influenciando diretamente o rendimento profissional e favorecendo lapsos durante procedimentos técnicos. Assim, mesmo os sintomas moderados devem ser considerados como indicadores de alerta, especialmente em ambientes de alta responsabilidade como o veterinário.

A percepção de reconhecimento profissional entre os médicos veterinários revelou um cenário de insatisfação predominante. Na pergunta B (Tabela 2), 48% dos participantes atribuíram escalas 1 ou 2, indicando que não se sentem reconhecidos de forma adequada em seu ambiente de trabalho. Apenas 25% relataram sentir-se valorizados com frequência ou de forma constante (escalas 4 e 5), enquanto 27% posicionaram-se na escala intermediária.

Esse cenário encontra respaldo na literatura especializada. Estudo conduzido por Hilton et al. (2023) com 73 veterinários australianos revelou que níveis reduzidos de reconhecimento, estão diretamente associados a maiores índices de estresse, depressão e intenção de deixar a profissão. Os autores destacam que, mesmo após controlar variáveis como resiliência individual, a falta de reconhecimento no trabalho continua sendo um forte preditor de adoecimento psicológico.

A perda de interesse ou empatia pelos pacientes e clientes, investigada na (Tabela 2) Pergunta C, apresentou um perfil predominantemente positivo, com 57% dos médicos veterinários negando esse tipo de afastamento afetivo (escalas 1 e 2). Outros 28% apontaram intensidade moderada (escala 3), enquanto 15% relataram vivenciar esse sintoma com frequência ou de forma constante (escala 4 e 5).

Segundo Lima et al. (2019), a empatia representa um eixo ético fundamental no cuidado em saúde, pois sustenta o reconhecimento do outro como sujeito de dignidade e escuta. A perda desse vínculo pode configurar um estágio avançado da síndrome de burnout, comum em profissões de alta exposição emocional.

A percepção de queda no desempenho profissional, investigada na (Tabela 2) Pergunta D, revelou que 16% dos médicos veterinários relataram sentir essa diminuição com frequência ou de forma constante (escalas 4 e 5). Outros 27% indicaram intensidade moderada (escala 3), enquanto 57% negaram ou relataram baixo impacto (escala 1 e 2). Esses dados reforçam a necessidade de estratégias institucionais voltadas à saúde ocupacional como incentivo a práticas de autocuidado.

Embora a maioria não perceba uma queda acentuada, o dado ainda aponta que 43% da amostra já vivencia algum grau de comprometimento no rendimento profissional, o que pode estar relacionado à sobrecarga emocional e à dificuldade de concentração observada na pergunta A (tabela 2). Essa correlação reforça a ideia de que o desempenho não é apenas técnico, mas profundamente influenciado por fatores subjetivos e emocionais.

Esse achado está em consonância com estudiosos da área. Steffey et al. (2023), em uma revisão publicada no *Frontiers in Veterinary Science*, destacam que o burnout está associado a alterações fisiológicas como distúrbios do sono, inflamação crônica, desequilíbrios hormonais e imunodepressão, condições que afetam diretamente a atenção, raciocínio e tomada de decisão, reduzindo o desempenho profissional.

Já a Pergunta E revelou um dado preocupante: 55% dos médicos veterinários relataram dificuldade frequente ou constante para se desvincular do trabalho mesmo fora do ambiente profissional, invadindo o horário de descanso e reduzindo a recuperação psíquica (escalas 4 e 5). Outros 21% indicaram intensidade moderada (escala 3), enquanto apenas 24% afirmaram não enfrentar esse problema (escalas 1 e 2).

Esse resultado reforça a ideia de que o trabalho ultrapassa os limites físicos do ambiente profissional, invadindo o tempo pessoal e comprometendo o descanso mental. Essa dificuldade em desconectar-se está diretamente relacionada ao fenômeno conhecido como compaixão como apego emocional, frequentemente presente em profissões de cuidado. Nos estudos da *Irish Veterinary Journal*, Pohl et al. (2022) destacaram que o constante vínculo afetivo com os pacientes.

Nas profissões da área da saúde, é comum que o vínculo estabelecido com os pacientes ultrapasse os limites do ambiente de trabalho. A preocupação contínua com o bem-estar daqueles sob seus cuidados, mesmo fora do expediente, é frequentemente interpretada como uma expressão de responsabilidade ética, empatia e envolvimento emocional (Schimith et al. 2011), características valorizadas nessas profissões.

A percepção de apoio psicológico ou emocional para lidar com os desafios da profissão, investigada na Pergunta F, revelou um cenário de fragilidade institucional. 60% dos médicos veterinários afirmaram não contar com esse tipo de suporte (escalas 1 e 2), enquanto apenas 20% relataram ter acesso frequente ou constante (escalas 4 e 5). Os demais 20% posicionaram-se na escala intermediária, indicando apoio ocasional ou limitado.

Esse dado é particularmente preocupante, já que o suporte emocional institucional é apontado como um dos principais fatores protetores contra o burnout. De acordo com (Melo et al. 2022), a ausência de espaços de escuta, acolhimento ou acompanhamento psicológico no ambiente de trabalho contribui para o agravamento dos sintomas de exaustão emocional e despersonalização, especialmente em profissões com alta carga emocional, como a Medicina Veterinária.

Esse cenário é consistente com o que aponta (Filiponi, 2023) em sua dissertação desenvolvida pela PUC–Campinas, que destaca como o “custo do cuidar” manifestado pela constante exposição a mortes, sofrimento animal e angústia na relação com tutores é agravado pela ausência de mecanismos institucionais de acolhimento, tornando-os mais vulneráveis à fadiga por compaixão, à exaustão emocional e potenciais quadros de burnout.

Na percepção de prejuízo à vida pessoal, abordada na Pergunta G, revelou que 47% dos médicos veterinários afirmaram vivenciar esse impacto com frequência ou

de forma constante (escalas 4 e 5). Outros 21% indicaram intensidade moderada (escala 3), enquanto apenas 32% relataram baixo comprometimento (escala 1 e 2).

Sousa et al. (2018), aponta que as longas jornadas e a sobrecarga de trabalho vivenciadas pelos enfermeiros comprometem diretamente as relações familiares, sendo frequente o relato de conflitos conjugais e afastamento dos filhos. Além disso, os autores destacam que o esgotamento contínuo interfere no tempo e na qualidade das interações familiares, contribuindo para sentimento de culpa, irritabilidade e isolamento social

A pergunta H, na tabela 4, investigou um dos aspectos mais críticos do esgotamento ocupacional: a vontade de se afastar socialmente ou abandonar a profissão devido ao cansaço e estresse do trabalho. Os resultados revelaram que 57% dos médicos veterinários (21 na escala 4 e 36 na escala 5) relataram esse sentimento de forma frequente ou constante. Outros 12% posicionaram-se em nível moderado (nota 3), e apenas 31% afirmaram nunca ou raramente ter vivenciado esse desejo (21 na escala 1 e 10 na escala 2).

Segundo Bartram e Baldwin (2010), a intenção de abandono não representa apenas uma reação ao desgaste, mas configura um quadro de 'desencanto profissional', em que o vínculo afetivo com a profissão se fragiliza diante da sobrecarga e da ausência de reconhecimento. Tal estado é descrito como uma fase avançada do burnout, marcada pela perda de propósito e desejo de evasão emocional e social.

Segundo Gresele et al. (2025), 87,78% dos veterinários clínicos entrevistados já consideraram deixar a profissão, sendo os principais fatores estressores o desgaste emocional nos atendimentos, a associação da profissão à caridade e a dificuldade de equilibrar vida pessoal e profissional. O desencanto profissional entre médicos veterinários não é apenas uma questão individual, mas reflete um cenário estrutural de desvalorização e sobrecarga.

Mesmo que em outra profissão como a docência, (Lapo; Bueno, 2003) demonstram que além dos baixos salários, as precárias situações, a insatisfação no trabalho e o desprestígio profissional estão entre os fatores que mais contribuem para que os professores deixem a profissão docente e o abandono da carreira não é um ato isolado, mas o resultado de um processo de desgaste progressivo.

Correlacionando com a pergunta F, que mostra que 60% dos profissionais não contam com apoio psicológico ou emocional estruturado, reforça o caráter solitário com que esses sentimentos vêm sendo enfrentados. Além disso, uma análise cruzada com os dados da Tabela 1, referentes ao tempo de atuação na área, sugere que parte dos participantes pode ter passado por mudanças significativas em sua trajetória, como a troca de região em busca de infraestrutura e suporte adequados, ou mesmo a migração para outra profissão.

**Tabela 2 - Indicadores ocupacionais**

	Pergunta	Escalas					Total
		1	2	3	4	5	
A	Você tem dificuldade para se manter concentrado durante suas atividades profissionais?	14%	30%	37%	14%	5%	100%
B	Você sente que seu trabalho tem sido reconhecido de forma adequada?	17%	31%	27%	19%	6%	100%
C	Você sente que perdeu o interesse ou a empatia pelos seus pacientes ou clientes?	29%	28%	28%	13%	2%	100%
D	Você sente que seu desempenho profissional diminuiu nos últimos meses?	23%	34%	27%	13%	3%	100%
E	Você tem dificuldade de se desconectar do trabalho quando estar fora do ambiente de trabalho?	12%	12%	21%	23%	32%	100%
F	Você sente que tem apoio psicológico ou emocional para lidar com os desafios da profissão?	36%	24%	20%	9%	11%	100%
G	Você percebe que sua vida pessoal tem sido prejudicada devido ao estresse relacionado ao trabalho?	14%	18%	21%	32%	15%	100%
H	Você já sentiu vontade de se afastar socialmente ou até mesmo abandonar a profissão, devido ao cansaço e estresse do trabalho?	21%	10%	12%	21%	36%	100%

Fonte: Autor (2025)

O gráfico 8, evidencia que os principais estressores enfrentados por médicos veterinários no Sul do Maranhão estão concentrados em aspectos financeiros, emocionais e estruturais. A baixa remuneração (69%) destaca-se como o fator mais apontado, seguido por cobrança excessiva dos clientes (60%) e incerteza sobre o setor financeiro (52%), o que reflete a instabilidade e desvalorização percebida pela categoria.

Conforme um estudo realizado por Sequeira et al. (2015), analisa o impacto da crise financeira e social na saúde mental onde situações de instabilidade econômica e precarização das condições de trabalho, estão diretamente associadas ao aumento de transtornos como ansiedade e insônia, além de afetarem a capacidade de resiliência e adaptação dos profissionais.

Fatores como a falta de reconhecimento profissional (51%) e a dificuldade em equilibrar vida pessoal e profissional (44%) também assumem posição de destaque, evidenciando os impactos emocionais e sociais da prática veterinária. Além disso, aspectos relacionados à sobrecarga, como carga horária excessiva (43%) e pressão para atingir metas (37%), apontam para um ambiente de trabalho exigente e, muitas vezes, pouco acolhedor.

Os fatores mencionados configuram um ambiente emocionalmente desgastante, com alta demanda psicológica, sendo apontados como gatilhos para transtornos mentais e sintomas de esgotamento. A combinação entre exigências intensas, falta de suporte e vínculos profissionais frágeis favorece o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, especialmente em profissões com grande envolvimento afetivo (Benevides-Pereira, 2003).

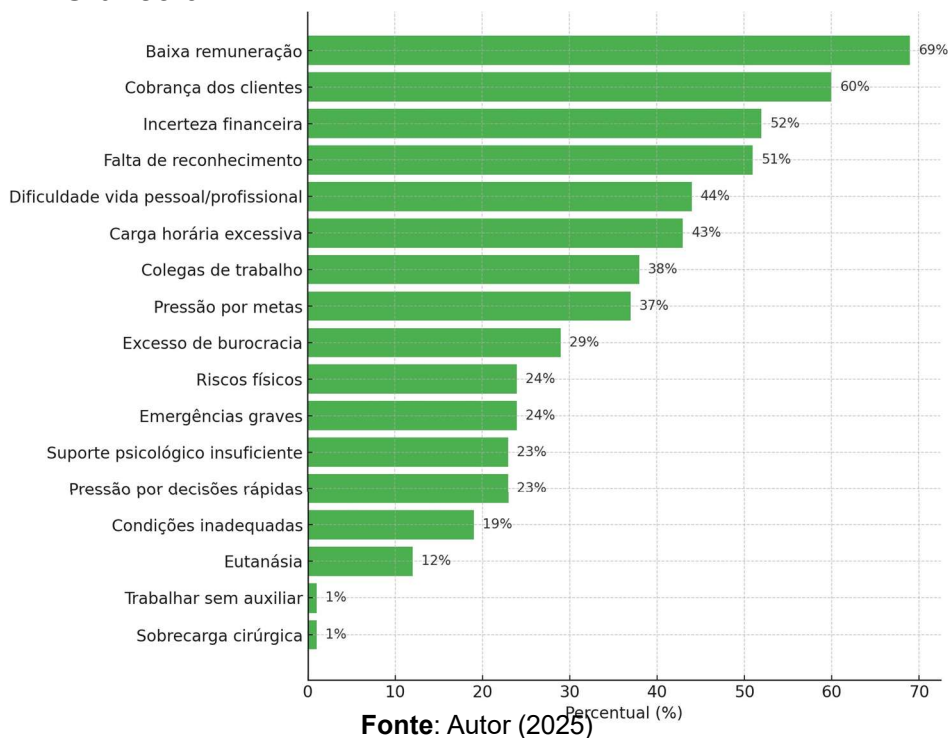
Em menor frequência, mas ainda relevantes, destacam-se o excesso de burocracia (29%) nos diversos ramos da veterinária e os riscos físicos (24%) associados à prática profissional. Conforme Benevides-Pereira (2003), a burocracia excessiva, quando desvinculada de propósitos humanizadores, reduz o trabalho a uma função meramente técnica, promovendo alienação e sensação de inutilidade.

A pressão para decisões rápidas (23%), principalmente diante de emergências, embora menos mencionada, exerce impacto direto sobre o desgaste emocional. Estudos apontam que o estresse agudo ativa o sistema nervoso simpático e reduz a função do córtex pré-frontal, comprometendo o raciocínio lógico, o julgamento e aumentando o risco de erros em contextos críticos (Arnsten, 2009).

A realização de eutanásia (12%) embora menos citada, possui alto impacto emocional e ético. Um estudo realizado por (Matte et al. 2019), concluiu que o processo de decisão e condução de eutanásia, causa mais estresse emocional nos veterinários, do que o ato em si. Fatores como pressão dos tutores, o bem-estar animal e as condições financeiras, tornam esse procedimento ainda mais desgastante.

Os índices mais baixos, como trabalhar sem auxiliar (1%) e a sobrecarga de cirurgias e procedimentos invasivos (1%), ainda que pouco mencionados, levantam reflexões importantes. Apesar de alguns municípios da região contarem com um número expressivo de profissionais, outros apresentam realidades em que o trabalho é solitário e mais desgastante, exigindo que o veterinário realize múltiplas funções sem apoio adequado.

**Gráfico 6 - Fatores mais estressantes na rotina veterinária**



Estudos mostram que essa condição é percebida como indesejável por até 93% dos veterinários envolvidos em atividades de campo, estando associada a pior qualidade do sono, desequilíbrio entre vida profissional e pessoal e aumento do desgaste emocional (Pohl et al. 2022), especialmente quando o profissional precisa assumir múltiplas funções sem apoio ou divisão de responsabilidades.

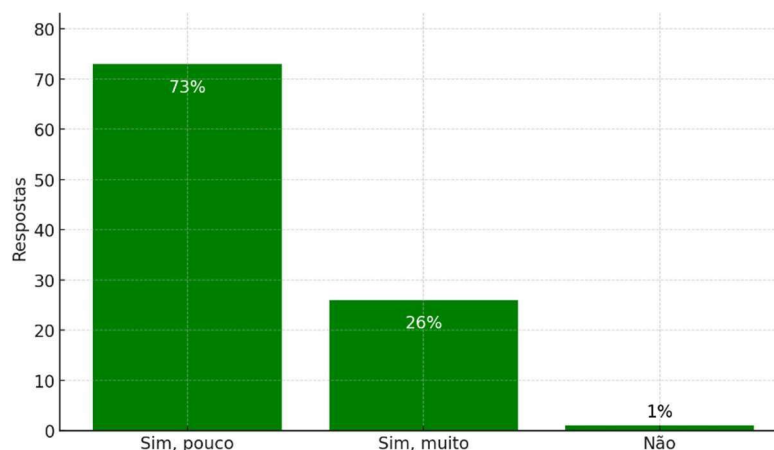
A quarta parte do questionário teve como objetivo compreender o nível de conhecimento dos profissionais sobre a síndrome de burnout na Medicina Veterinária, identificar o grau de conscientização sobre o tema e verificar se já buscaram ajuda profissional ou utilizam estratégias para lidar com o estresse ocupacional. Buscou-se ainda analisar a existência de iniciativas de cuidado e apoio, tanto individuais quanto institucionais, voltadas à preservação da saúde mental desses profissionais.

A pergunta apresentada no Gráfico 9 buscou avaliar o nível de conhecimento dos participantes sobre a Síndrome de Burnout. Os resultados indicaram que 73% dos

médicos veterinários afirmaram conhecer o tema de forma superficial (“sim, um pouco”), enquanto 26% declararam ter conhecimento aprofundado (“sim, muito”). Apenas 1% relatou não saber o que é burnout, evidenciando que o termo já está, em alguma medida, inserido no cotidiano da categoria.

O número de profissionais que afirmaram ter ao menos alguma noção sobre o tema na categoria “pouco” sugere que o conhecimento ainda é limitado ou pouco aprofundado, comprometendo a identificação precoce dos sinais. O reconhecimento adequado dos sintomas da síndrome de Burnout depende diretamente do grau de informação, sendo a educação em saúde mental uma estratégia essencial para prevenir o agravamento dos quadros (Silva et al. 2021).

**Gráfico 7 - Você sabe o que é a Síndrome de Burnout?**



Fonte: Autor (2025)

Em complemento, o gráfico 10 mostrou que 86% dos médicos veterinários nunca buscaram ajuda psicológica ou psiquiátrica devido ao estresse no trabalho, enquanto apenas 14% procuraram esse suporte. Isso indica a baixa adesão ao cuidado psicológico formal, mas também sugere a persistência de barreiras culturais, institucionais ou pessoais, que dificultem o acesso a esse tipo de atendimento.

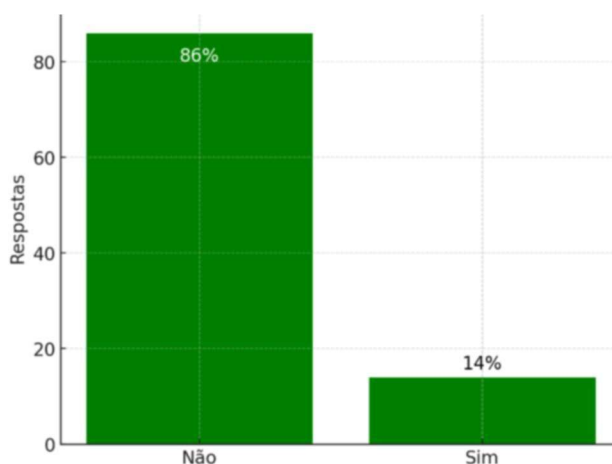
Segundo Silva et al. (2021), os principais obstáculos para buscar ajuda incluem o estigma social, o medo de julgamento no ambiente profissional e a banalização dos sintomas de esgotamento. Na Medicina Veterinária, a valorização da resistência emocional e o senso de dever levam os profissionais a negligenciarem os próprios sinais de adoecimento.

Além disso, estudos indicam que o medo de perder a credibilidade entre os colegas e o receio de impactos negativos na carreira também são fatores que desestimulam a busca por apoio psicológico entre profissionais da saúde (Bartram &

Baldwin, 2010). Esses elementos reforçam a complexidade das barreiras enfrentadas para o acesso ao cuidado mental.

Esses fatores criaram um verdadeiro tabu em torno da saúde mental na profissão, dificultando que os profissionais falem abertamente sobre seus desafios emocionais e procurem ajuda (Silva et al. 2021). Como consequência, há a negligência dos sinais importantes, distanciando a busca por apoio psicológico e agravando os impactos do estresse ocupacional,

**Gráfico 8** - Você já procurou ajuda psicológica ou psiquiátrica devido ao estresse relacionado ao trabalho?



Fonte: Autor (2025)

Na questão sobre a existência do tabu na veterinária, revelou que a maioria dos profissionais reconhece sua presença, embora em diferentes intensidades. Dos entrevistados, 51% acreditam que o estigma existe, mas de forma moderada, enquanto 44% consideram que é muito presente e apenas 5% negaram a existência desse tabu. Com esses dados, observa-se que grande parte concorda com a existência o que se acredita que evitam buscar ajuda.

Em relação às estratégias para aliviar o estresse no cotidiano profissional, 78% dos médicos veterinários relataram adotar alguma prática, enquanto 22% afirmaram não fazer nada nesse sentido. Apesar da maioria buscar formas de enfrentamento, ainda há profissionais que não investem em cuidados pessoais, o que pode intensificar os efeitos do desgaste emocional ao longo do tempo. Esses dados reforçam a importância de ações preventivas voltadas à saúde mental na profissão.

O enfrentamento ineficaz do estresse prolongado contribui diretamente para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, especialmente em profissões de alta demanda emocional, como a Medicina Veterinária. Quando os profissionais não

adotam estratégias adequadas de autocuidado, há um acúmulo progressivo de tensão física e mental, que pode levar à exaustão, desmotivação e distanciamento afetivo do trabalho (Maslach e Leiter, 2016).

Entre os profissionais que relataram adotar práticas para aliviar o estresse (gráfico 11), as mais relatadas foram: sair com amigos (52,6%), praticar esportes (50%), assistir filmes e séries (50%) e realizar atividades em família (42,3%). Essas estratégias envolvem lazer, descontração e fortalecimento de vínculos sociais, funcionando como fatores protetivos à saúde mental. Uma vez que as atividades prazerosas ajudam a regular as emoções e a diminuir os efeitos do estresse no cotidiano profissional (Lazarus e Folkman, 1984).

Também se destacaram as caminhadas ao ar livre (41%) e, em menor proporção, o hábito de estudar (12,8%) e dançar (11,5%). Essas práticas envolvem movimento corporal, estimulação cognitiva e expressão artística, elementos que favorecem a sensação de bem-estar e promovem uma pausa mental em relação às pressões do trabalho. Além disso, são atividades que estimulam a autonomia e o autocuidado, reforçando o papel ativo do indivíduo na gestão de sua saúde emocional.

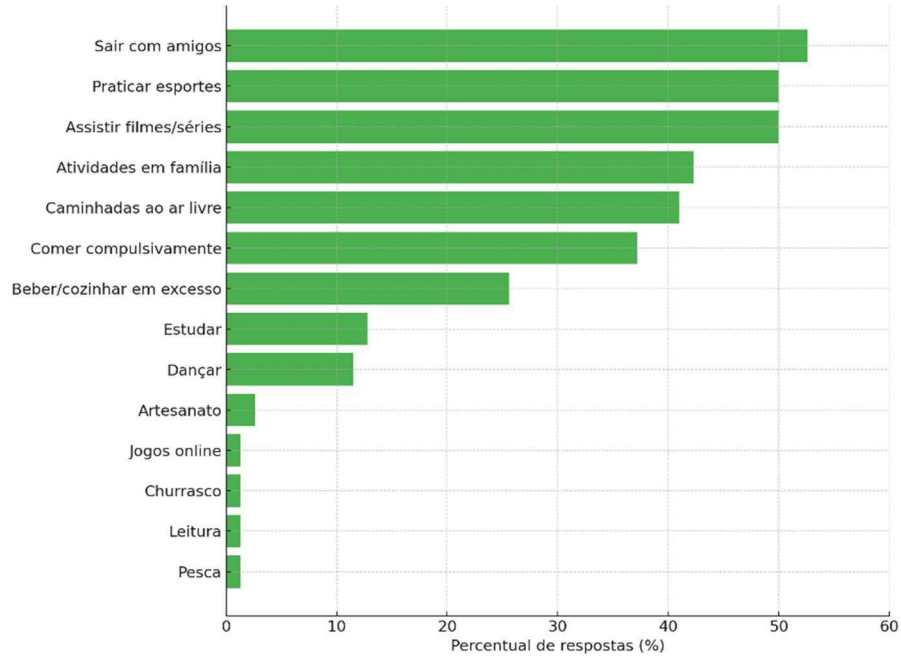
Algumas estratégias, no entanto, revelam um padrão compensatório, como comer compulsivamente (37,2%) e beber ou cozinhar em excesso (25,6%), que, embora possam proporcionar alívio momentâneo, tendem a ser ineficazes ou até prejudiciais a longo prazo, aumentando riscos de transtornos metabólicos, dependências e agravamento dos quadros de ansiedade e depressão (De Souza et al. 2024).

Por fim, atividades menos frequentes incluíram artesanato (2,6%), jogos online, churrasco, leitura e pesca (1,3% cada). Esses dados evidenciam que, embora muitos veterinários busquem formas positivas de lidar com o estresse, ainda há um número expressivo que recorre a comportamentos que mascaram o sofrimento, sem resolver sua origem o que, pode intensificar os sintomas do burnout e comprometer a saúde mental ao longo do tempo (Maslach e Leiter, 2016).

Segundo Bartram e Baldwin (2010), o fortalecimento de vínculos sociais e o cultivo de interesses fora do ambiente profissional são estratégias que ajudam a preservar o vínculo afetivo com a carreira, funcionando como antídoto ao desencanto profissional. Quando essas práticas são incorporadas de forma consciente e regular,

elas contribuem para a reconstrução do propósito e para a prevenção de quadros avançados de burnout.

**Gráfico 9 - Práticas para aliviar o estresse**



**Fonte:** Autor (2025)

## 5 CONCLUSÃO

A presente pesquisa teve como foco central a avaliação dos indicadores da Síndrome de Burnout em médicos veterinários atuantes no Sul do Maranhão. Trata-se de um tema de elevada relevância no cenário atual da saúde ocupacional, especialmente diante das crescentes exigências emocionais, estruturais e econômicas que permeiam a rotina desses profissionais.

Nesse contexto, os médicos veterinários mostram-se vulneráveis ao adoecimento psíquico, reflexo da invisibilidade histórica desse debate em sua área de atuação. A pesquisa buscou trazer luz a essas condições, reconhecendo o impacto direto da profissão sobre o equilíbrio mental e emocional dos envolvidos.

O estudo demonstra que o burnout na Medicina Veterinária é resultado de um conjunto de fatores interligados, seja emocionais, organizacionais e culturais, que extrapolam a responsabilidade individual. O sofrimento psíquico, muitas vezes invisibilizado, exige atenção sistêmica e ações institucionais concretas voltadas à prevenção e valorização profissional.

Recomenda-se ampliar os estudos sobre a relação entre burnout e formação acadêmica, além de avaliar a eficácia de políticas voltadas à saúde mental dos veterinários. Pesquisas comparativas com outras áreas da saúde podem contribuir para uma abordagem interdisciplinar mais robusta sobre o adoecimento ocupacional.

## 6 REFERÊNCIAS

- AMORIM, A. **Saúde mental: esgotamento profissional ameaçando o bem-estar dos médicos veterinários de londrina, paraná**. Universidade Estadual de Londrina, 2022.
- ARNSTEN, A. F. T. **Stress signalling pathways that impair prefrontal cortex structure and function**. *Nature Reviews Neuroscience*, v. 10, n. 6, p. 410–422, jun. 2009.
- BACETTI, G. L. T.; ROSA, J. S. DA; COSTA, S. D. M. **Incidência de síndrome de burnout em médicos veterinários e fatores sociodemográficos associados**. In: Encontro nacional dos cursos de graduação em administração – ENANGRAD, 35., 2024, Campinas. Campinas: Pontifícia Universidade Católica de Campinas, 2024.
- BAKKER, A. B.; DEMEROUTI, E. **The Job Demands-Resources model: State of the art**. *Journal of Managerial Psychology*, v. 22, n. 3, p. 309–328, 2007.
- BARTRAM, O. J.; BALDWIN, D. S. **Veterinary surgeons and suicide: A structured review of possible influences on increased risk**. *Veterinary Record*, v. 166, n. 13, p. 388–397, 27 mar. 2010b.
- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. B. **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002. p. 21–92.
- BIANCHI, R.; SCHONFELD, I. S.; LAURENT, E. **Burnout–depression overlap: A review**. *Clinical Psychology Review*, v. 36, p. 28–41, 1 mar. 2015.
- BRASIL, M. DA S. **Burnout — Ministério da Saúde**. Disponível em: <<https://www.gov.br/...>>. Acesso em: 27 abr. 2025.
- CRMV-MA. **CRMV-MA celebra o Dia do Médico-Veterinário, nesta segunda**. Disponível em: <<https://www.crmvma.org.br/crmv-ma-celebra-o-dia-do-medico-veterinario-com-campanha-especial/>>. Acesso em: 27 abr. 2025.
- CRMV-PB. **Entrevista sobre síndrome de burnout e fadiga por compaixão – Revista CFMV nº80 – CRMV-PB – Conselho Regional de Medicina Veterinária do Estado da Paraíba**. Disponível em: <<https://www.crmvpb.org.br/entrevista-sobre-sindrome-de-burnout-e-fadiga-por-compaixao/>>. Acesso em: 21 maio. 2025.

D'AMBROSIO, L. **O primeiro sinal de burnout não é uma crise de ansiedade.** Psicólogo lista 8 sintomas que antecedem esse esgotamento. Disponível em: <[https://www.terra.com.br/vida-e-estilo/o-primeiro-sinal-de-burnout-nao-e-uma-crise-de-ansiedade-psicologo-lista-8-sintomas-que-antecedem-esse-egotamento,0ae4de77f8257f0a22548bb0ce64c667zf0iublw.html#google\\_vignette](https://www.terra.com.br/vida-e-estilo/o-primeiro-sinal-de-burnout-nao-e-uma-crise-de-ansiedade-psicologo-lista-8-sintomas-que-antecedem-esse-egotamento,0ae4de77f8257f0a22548bb0ce64c667zf0iublw.html#google_vignette)>. Acesso em: 3 jul. 2025.

DE SOUZA, Y. L. L. et al. **Relação entre Transtorno da Compulsão Alimentar, estado nutricional e saúde mental.** CONTRIBUCIONES A LAS CIENCIAS SOCIALES, v. 17, n. 2, p. e5348, 21 fev. 2024.

DUTRA, H. S. et al. **Burnout entre profissionais de enfermagem em hospitais no Brasil.** Revista Cuidarte, v. 10, n. 1, 1 jan. 2019.

FIGLEY, C. R. **Compassion fatigue: Psychotherapists' chronic lack of self-care.** Journal of Clinical Psychology, v. 58, n. 11, p. 1433–1441, 1 nov. 2002.

FREUDENBERGER, H. J.; YORK, N. **Staff Burn-Out.** Journal of Social Issues, v. 30, n. 1, p. 159–165, 1 jan. 1974.

GASPAR, T. et al. **Burnout as a multidimensional phenomenon: How can workplaces be healthy environments?** The European Journal of Public Health, v. 34, n. Suppl 3, p. ckae144.1850, 1 nov. 2024.

GOMES, J. J. M.; COSTA, N. S.; LOPES, W. A. **A SÍNDROME DE BURNOUT E SUAS POSSÍVEIS CONSEQUÊNCIAS NA VIDA ACADÊMICA.** REVISTA FIMCA, v. 12, n. 1, p. 1–6, 10 abr. 2025.

GONSCHOR, C. et al. **Well-being of veterinarians in rural and urban areas.** Frontiers in Veterinary Science, v. 10, p. 1276229, 16 nov. 2023.

GRESELE, Bianca Stevanin. **Fatores de risco para saúde mental de médicos veterinários clínicos.** 2024. Tese (Doutorado em Psicologia Clínica) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2024. Disponível em: <<https://repositorio.pucsp.br/jspui/handle/handle/41246>>. Acesso em: 3 jul. 2025.

HILTON, K. R.; BURKE, K. J.; SIGNAL, T. **Mental health in the veterinary profession: an individual or organisational focus?** Australian veterinary journal, v. 101, n. 1–2, p. 41–48, jan. 2023a.

HIRSCHLE, Ana Lucia Teixeira; GONDIM, Sônia Maria Guedes. **Estresse e bem-estar no trabalho: uma revisão de literatura**. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, n. 7, p. 2721–2736, jul. 2020. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/csc/a/7rhP4hgWgcspPms5BxRVjfs/>>. Acesso em: 2 jul. 2025.

HYEDA, Adriano; HANDAR, Zuher. **Avaliação da produtividade na síndrome de burnout**. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, v. 9, n. 2, p. 78–84, 2011.

Disponível em:

<[https://www.researchgate.net/publication/280320580\\_Avaliacao\\_da\\_produtividade\\_na\\_sindrome\\_de\\_burnout](https://www.researchgate.net/publication/280320580_Avaliacao_da_produtividade_na_sindrome_de_burnout)>. Acesso em: 7 jul. 2025.

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Maranhão: cidades e estados**. Rio de Janeiro: IBGE, 2024. Disponível em:

<<https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/ma.html>>. Acesso em: 5 abr. 2025.

JARRUCHE, L. T.; MUCCI, S. **Burnout syndrome in healthcare professionals: An integrative review**. *Revista Bioetica*, v. 29, n. 1, p. 162–173, 1 jan. 2021.

KRISTENSEN, T. S. et al. **The Copenhagen Burnout Inventory: A new tool for the assessment of burnout**. *Work and Stress*, v. 19, n. 3, p. 192–207, jul. 2005.

LAPO, F. R.; BUENO, B. O. **Professores, desencanto com a profissão e abandono do magistério**. *Cadernos de Pesquisa*, v. 118, n. 118, p. 65–88, mar. 2003.

LAZARUS, R. S.; FOLKMAN, S. **Stress, appraisal, and coping**. Disponível em: <<https://archive.org/details/stressappraisalc0000laza>>. Acesso em: 8 jul. 2025.

LIMA, D. T.; LIBERATO, M. T. C.; DIONÍSIO, B. W. R. **A empatia como atitude ética no cuidado em saúde mental**. *Revista Polis e Psique*, v. 9, p. 152–170, jul. 2019.

MARCIEL, A. P.; GONÇALVES, J. **Incidência da síndrome de burnout na enfermagem**. Disponível em:

<<https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/109/175>>. Acesso em: 3 jul. 2025.

MASLACH, C. **Burnout, the cost of caring**. Disponível em:

<<https://archive.org/details/burnoutcostofcar00masl/page/2/mode/1up>>. Acesso em: 12 abr. 2025.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. **The measurement of experienced burnout.**

Journal of Organizational Behavior, v. 2, n. 2, p. 99–113, 1 abr. 1981a.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. **Maslach Burnout Inventory Manual.** Menlo Park:

Mind Garden, v. 4 ed, 2016.

MASLACH, C.; SCHAUFELI, W. B.; LEITER, M. P. **Job burnout.** Annual Review of Psychology, 2001.

MATTE, A. R. et al. **Impacts of the process and decision-making around companion animal euthanasia on veterinary wellbeing.** Veterinary Record, v. 185, n. 15, p. 480, 1 out. 2019.

MELAMED, S. et al. **Burnout and risk of cardiovascular disease: Evidence, possible causal paths, and promising research directions.** Psychological Bulletin, v. 132, n. 3, p. 327–353, maio 2006.

MELO, J. K. et al. **Análise da síndrome de Burnout em médicos veterinários do agreste de Pernambuco.** Brazilian Journal of Development, v. 7, n. 12, p. 123204–123217, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete da Ministra. **Portaria GM/MS nº 1.999, de 27 de novembro de 2023.** Diário Oficial da União: seção 1, v. 226, p. 99–241, 23 nov. 2023. Disponível em:

<[https://bvs.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2023/prt1999\\_29\\_11\\_2023.html](https://bvs.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2023/prt1999_29_11_2023.html)>.

Acesso em: 8 abr. 2025.

MITCHENER, K. L.; OGILVIE, G. K. **Understanding Compassion Fatigue: Keys for the Caring Veterinary Healthcare Team.** Journal of the American Animal Hospital Association, v. 38, n. 4, p. 307–310, 1 jul. 2002.

MORAIS, Mônica Larissa Barra de; SOUZA, João Antônio Germano Figueredo de; SOUZA, Luan Martins de. **Fatores de risco associados à síndrome de burnout em médicos veterinários.** In: CONGRESSO NACIONAL DE CIÊNCIA E EDUCAÇÃO – CONCED, 3., 2022. Anais [...]. Mossoró: Faculdade Católica do Rio Grande do Norte, 2022. Disponível em:

<<https://doity.com.br/anais/conced22/trabalho/388541>>. Acesso em: 5 maio 2025.

MOSER, C. M. et al. **Psychometric properties of the Brazilian Portuguese version of the Copenhagen Burnout Inventory (CBI) in healthcare professionals.** Trends in Psychiatry and Psychotherapy, v. 45, 2023.

NETT, R. J. et al. **Risk factors for suicide, attitudes toward mental illness, and practice-related stressors among US veterinarians.** Journal of the American Veterinary Medical Association, v. 247, n. 8, p. 945–955, 15 out. 2015.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Classificação Internacional de Doenças – CID-11.** Genebra: OMS, 2022. Disponível em: <<https://icd.who.int/pt>>. Acesso em: 27 maio 2025.

PAIVA, Késia de Araújo Gonçalves. **Fatores associados ao possível desenvolvimento da Síndrome de Burnout em colaboradores de empresas em Vilhena.** 2024. Trabalho de Conclusão de Curso (Administração) – Centro Universitário de Vilhena, Vilhena, RO, 2024. Disponível em: <<https://www.univilhena.edu.br/tcc/paiva-burnout-vilhena>>. Acesso em: 4 maio 2025.

PERDIGÃO, Joana Patrícia Gonçalves. **Equilíbrio entre a vida profissional e a vida pessoal: um estudo exploratório.** 2019. Dissertação (Mestrado em Gestão de Empresas) – Instituto Universitário da Maia, Maia, Portugal. Disponível em: <<https://repositorio.umaia.pt/bitstreams/f2bdcb3c-dfb0-4b68-852f-b4c9297037f9/download>>. Acesso em: 7 jul. 2025.

POHL, R. et al. **Stress and strain among veterinarians: a scoping review.** Irish Veterinary Journal, v. 75, n. 1, p. 1–24, 1 dez. 2022.

RIVA, M. E. A.; BERNI, L. B. **Saúde mental dos profissionais da medicina veterinária: relato de experiência.** Brazilian Journal of Development, v. 11, n. 4, p. e78893–e78893, 9 abr. 2025a.

ROTENSTEIN, L. S. et al. **Prevalence of Burnout Among Physicians: A Systematic Review.** JAMA, v. 320, n. 11, p. 1131–1150, 18 set. 2018.

SCHAUFELI, W. B.; ENZMANN, D. **The burnout companion to study and practice: a critical analysis.** London: Taylor & Francis, 1998. Disponível em: <<https://books.google.com.br/books?id=yowEEAAQBAJ>>. Acesso em: 11 maio 2025.

SCHIMITH, M. D. et al. **Relações entre profissionais de saúde e usuários durante as práticas em saúde**. Trabalho, Educação e Saúde, v. 9, n. 3, p. 479–503, nov. 2011.

SCHMIDT, B. et al. **Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19)**. Estudos de Psicologia (Campinas), v. 37, p. e200063, 18 maio 2020.

SEQUEIRA, C. et al. **Impacto da crise financeira e social na saúde mental**. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental, n. 14, p. 72–76, dez. 2015.

SILVA, L. P. et al. **Prevalência da síndrome de burnout e fatores associados em professores universitários atuantes na cidade de Salvador, estado da Bahia**. Revista Brasileira de Medicina do Trabalho, v. 19, n. 2, p. 151–156, 2021.

STEFFEY, M. A. et al. **A narrative review of the physiology and health effects of burnout associated with veterinarian-pertinent occupational stressors**. Frontiers in Veterinary Science, v. 10, p. 1184525, 2023.

TRIGO, Telma Ramos; TENG, Chei Tung; HALLAK, Jaime Eduardo Cecílio.

**Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos**.

Revista de Psiquiatria Clínica, São Paulo, v. 34, n. 5, p. 223–233, 2007. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rpc/a/6CTppSZ6X5ZZLY5bXPPFB7S/>>. Acesso em: 09 abr. 2025.

VIEIRA, L. M. S. M. DE A.; MININEL, V. A.; SATO, T. DE O. **Sleep Quality as a Mediator of Burnout, Stress and Multisite Musculoskeletal Pain in Healthcare Workers: A Longitudinal Study**. Healthcare 2023, Vol. 11, Page 2476, v. 11, n. 18, p. 2476, 6 set. 2023.

ZOETIS. **Veterinary Technicians and Occupational Burnout**. Zoetis Brasil, 7 jun. 2021. Disponível em:

<<https://www2.zoetis.com.br/prevencaocaesegatos/posts/burnout-e-a-s%C3%ADndrome-da-compaix%C3%A3o-na-medicina-veterin%C3%A1ria>>. Acesso em: 13 jun. 2025.