

Tolerância à Incerteza e *Burnout*

Tolerance of Uncertainty and Burnout

<https://dx.doi.org/10.25751/rspa.34043>



Prof. Doutor Manuel Vico

Anestesiologia é a especialidade com maior número de *burnout* (32,4%).

São vários os motivos apontados como os causantes do aparecimento, desenvolvimento e perpetuação do *burnout*, mas chama a atenção que quando se realiza uma pergunta aberta no questionário, os inquiridos apontam principalmente a elevada carga horária (não prevista no programa de internato) associada ao trabalho e estudo autónomos e prossecução de objetivos curriculares.

A preocupação com o bem-estar dos médicos é elevada e existem muitos estudos sobre as suas causas. Begin *et al.* em 2022 propuseram-se examinar os factores associados à tolerância à incerteza, incluindo métricas de bem-estar, como o *burnout*, e encontraram uma forte relação entre a tolerância à incerteza e o bem-estar dos médicos, em todas as especialidades.² Vários estudos prévios já demonstraram a associação entre a baixa tolerância à incerteza e o risco elevado ou presença de *burnout*.³⁻⁵ Begin *et al.* afirmam que é necessário prestar particular atenção a aqueles com menor experiência e que trabalham em especialidades com elevadas taxas de incerteza e que garantido que os médicos tenham acesso a um mentor de confiança é uma estratégia simples de implementar e que pode ser útil. Neste sentido, um dos últimos estudos realizados sobre a prevalência do *burnout* na nossa especialidade encontrou associações significativas entre *burnout* e percepção de falta de apoio no trabalho entre médicos, assim como 46% dos entrevistados consideraram abandonar a profissão devido às condições de trabalho.⁶

No passado mês de outubro tive a oportunidade de conversar com o Professor Doutor Luís Rojas Marcos (médico que foi o responsável do Sistema de Saúde e Hospitais Públicos de Nova Iorque na altura dos ataques terroristas do 11 de Setembro de 2001 contra as Torres Gémeas) durante a sua conferência magistral, que foi precisamente sobre a gestão da incerteza. Rojas Marcos, psiquiatra com uma enorme experiência plasmada numa extraordinária obra literária, apresentou os sintomas que aparecem quando a incerteza crónica afecta à saúde, assim como algumas estratégias para poder gerir esta incerteza. Durante a nossa conversa tivemos a oportunidade de analisar como a anestesiologia é uma especialidade onde é necessário lidar não só com a incerteza própria da nossa actividade, como com a própria dos doentes que vão ser submetidos a diferentes procedimentos. Também nos falou na sua conferência sobre o crescimento pós-traumático e como ao superar as adversidades as pessoas acabam por afirmar que se

Recentemente foi divulgado o relatório do estudo nacional 2023 sobre a avaliação do *burnout* no internato médico português realizado pelo Conselho Nacional do Médico Interno.¹

Trata-se de um estudo observacional transversal com dados que foram recolhidos durante os meses de Agosto e Setembro deste ano, respondido por 1737 médicos com uma idade média de 29,9 anos. Neste primeiro estudo alargado realizado em Portugal sobre *burnout* em médicos internos os números apresentados são preocupantes. Mais de metade dos jovens médicos está em risco de desenvolver *burnout*, sendo que um em cada quatro já apresenta sintomas graves da síndrome, isto é, pontuações elevadas de exaustão emocional, perda de realização profissional e desumanização/despersonalização. Quando avaliadas as respostas por especialidade, verifica-se que mais de metade (54,4%) considerou ter uma relação entre vida pessoal e profissional desequilibrada ou muito desequilibrada e que

tornaram melhores pessoas e que se sentem mais competentes. Sem dúvida são números preocupantes os publicados pelo Conselho Nacional do Médico Interno. Um problema tão complexo e multifactorial nunca pode ter uma solução simples nem fácil, mas provavelmente a implementação de medidas por parte das nossas instituições encaminhas a minimizar a incerteza, assim como estratégias que nos permitam melhorar a tolerância à mesma, acredito que podem ser o caminho a implementar nos próximos tempos. Não será um caminho fácil mas será necessário percorre-lo. Com o esforço de todos espero seja possível melhorar esta estatística publicada no final de este ano. Tal como refere Rojas Marcos sobre o crescimento pós-traumático nas pessoas, também acredito que ao superar estas dificuldades a nossa especialidade também se tornará melhor para nós e para os nossos pacientes.

Atenciosamente,



(Manuel Vico - Editor Chefe da Revista da Sociedade Portuguesa de Anestesiologia)

Autor:

Manuel Vico – Serviço de Anestesiologia, Centro Hospitalar Tondela-Viseu, Viseu, Portugal; Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal.

Responsabilidades Éticas

Conflitos de Interesse: Os autores declaram não possuir conflitos de interesse.

Suporte Financeiro: O presente trabalho não foi suportado por nenhum subsidio o bolsa ou bolsa.

Proveniência e Revisão por Pares: Comissionado; sem revisão externa por pares.

Ethical Disclosures

Conflicts of interest: The authors have no conflicts of interest to declare.

Financial Support: This work has not received any contribution grant or scholarship.

Provenance and Peer Review: Commissioned; without external peer review.

ORCID

Manuel Vico 

Submissão: 18 de dezembro, 2023 | **Received:** 18th of December, 2023

Aceitação: 18 de dezembro, 2023 | **Accepted:** 18th of December, 2023

Publicado: 21 de dezembro, 2023 | **Published:** 21st of December, 2023

© Autor (es) (ou seu (s) empregador (es)) e Revista SPA 2023. Reutilização permitida de acordo com CC BY 4.0.

© Author(s) (or their employer(s)) and SPA Journal 2023. Re-use permitted under CC BY 4.0.

Referências

1. Ordem dos Médicos. Estudo de avaliação do burnout no internato médico. [consultado Dez 2023] Disponível em: <https://ordemdosmedicos.pt/wp-content/uploads/2023/12/Relatório-Estudo-Burnout.pdf>
2. Begin AS, Hidrue M, Lehrhoff S, Del Carmen MG, Armstrong K, Wasfy JH. Factors Associated with Physician Tolerance of Uncertainty: an Observational Study. *J Gen Intern Med.* 2022;37:1415-21. doi: 10.1007/s11606-021-06776-8.
3. Simpkin AL, Khan A, West DC, Garcia BM, Sectish TC, Spector ND, et al. Stress From Uncertainty and Resilience Among Depressed and Burned Out Residents: A Cross-Sectional Study. *Acad Pediatr.* 2018;18:698-704. doi: 10.1016/j.acap.2018.03.002.
4. Kuhn G, Goldberg R, Compton S. Tolerance for uncertainty, burnout, and satisfaction with the career of emergency medicine. *Ann Emerg Med.* 2009;54:106-113.e6. doi: 10.1016/j.annemergmed.2008.12.019.
5. Kimo Takayasu J, Ramoska EA, Clark TR, Hansoti B, Dougherty J, Freeman W, et al. Factors associated with burnout during emergency medicine residency. *Acad Emerg Med.* 2014;21:1031-5. doi: 10.1111/acem.12464.
6. Gascauskaitė G, Lunkiewicz J, Braun J, Kolbe M, Seelandt J, Spahn DR, et al. Burnout and its determinants among anaesthesia care providers in Switzerland: a multicentre cross-sectional study. *Anaesthesia.* 2023 (in press) doi: 10.1111/anae.16171.