

## EPUIZAREA PROFESIONALĂ: SINTEZĂ NARATIVĂ

Ana VÎLCOVA

Spitalul Clinic Republican „Timofei Moșneaga”, Republica Moldova

*Autor corespondent: Ana Vilcova, e-mail: ana.vilcova1@gmail.com*

**Cuvinte-cheie:** *satisfacția muncii, burnout, personalul unităților sanitare, epuizare emoțională, solicitări în muncă, depersonalizare, ex-tenuare emoțională.*

**Introducere.** Sindromul de Burnout sau sindromul de epuizare profesională este o reacție disfuncțională la stres profesional cumulativ și prelungit care implică epuizare fizică și emoțională, depersonalizare cu realizare și eficacitate profesională redusă. Din cauza efectelor insidioase pe care le are la nivel individual, organizațional și al sistemului de sănătate și a creșterii incidenței, acest sindrom preocupă la ora actuală tot mai mulți psihologi, practicieni, sociologi, manageri etc., ajungând să fie considerat o problemă de sănătate publică cu consecințe negative asupra sistemului de sănătate.

**Scopul.** Studiarea formelor de manifestare a sindromului Burnout și a atitudinilor generatoare de insatisfacție profesională la medici și la asistentele medicale.

**Material și metode.** A fost realizat un studiu bibliografic a surselor de intersecție care implică sindromul Burnout și factorii de stres. În acest scop au fost selectate și analizate articolele din bazele de date Pubmed, Hinari, Google Academic în care s-au regăsit cuvintele-cheie: „sindromul Burnout”, „personal medical”, „stresul la locul de muncă”, „coping”, „prevenirea stresului”. În studiu au fost analizate publicațiile din ultimii 10 ani.

**Rezultate.** Sindromul Burnout este un sindrom comportamental cauzat de expunerea prelungită la stres caracteristic cadrelor medicale din cauza cerințelor fizice și cognitive de a presta o asistență medicală calitativă. Susceptibilitatea la epuizarea profesională poate fi legată de nivelul de studii, de domeniul de specializare, de programul de lucru și de gen, femeile având o predispoziție mai mare. Cele mai afectate sunt persoanele inteligente, foarte motivate și ambițioase care, din pasiune pentru ceea ce fac sau din dorința de afirmare, depun eforturi mari, lucrează mult peste program în detrimentul vieții personale. Treptat, de la scăderea entuziasmului la locul de muncă, a puterii de concentrare și a randamentului profesional, de la senzația că sarcinile de serviciu devin imposibil de îndeplinit se ajunge la insatisfacție și deziluzie, acompaniate de oboseală cronică, de dureri musculare, de cefalee, de dificultatea de a se trezi dimineața, de scăderea capacității de dialog și de interacțiune cu cei din jur, de senzația de goliciune sufletească și că viața profesională invadează viața privată. A fost studiată relația dintre sindromul burnout și anumite dimensiuni ale insatisfacției profesionale cum ar fi: contactele cu pacienții și cu colegii, diversitatea cazurilor, sarcinile de îndeplinit, munca în echipă. În literatura de specialitate sunt descrise particularitățile și factorii stresului ocupațional și ale sindromului burnout la personalul medical, și sunt identificate mecanismele de coping ale diferitor categorii de personal medical (medici, medici rezidenți, asistente medicale) ca factori de protecție împotriva sindromului burnout. Specialiștii din domeniu au elaborat un program de intervenție psihologică orientat spre diminuarea stresului ocupațional și sindromului burnout la această categorie profesională.

**Concluzii.** Manifestarea pe scară largă a sindromului burnout în rândurile specialiștilor din domeniul sănătății reprezintă un risc general pentru sistemul medical, afectând randamentul și calitatea serviciilor medicale.