

## O Custo Oculto da Formação Médica: *Burnout* em Médicos Internos

### The Hidden Cost of Medical Training: Resident Burnout

**Palavras-chave:** Esgotamento Profissional; Internato e Residência; Portugal

**Keywords:** Burnout, Professional; Internship and Residency; Portugal

Caro Editor,

Cada vez mais, ouve-se e lê-se nos *media* que os médicos estão insatisfeitos com as suas condições de trabalho, mas pouco se fala sobre as especificidades dos médicos internos (MI), sendo estes que, em Portugal, asseguram grande parte dos cuidados no Serviço Nacional de Saúde. Simultaneamente, nunca se ouviu falar tanto em saúde mental e em bem-estar como agora.

Paradoxalmente, o estudo “Avaliação do Burnout no Internato Médico Português – Relatório de Estudo Nacional 2023”, realizado pelo Conselho Nacional do Médico Interno, reporta resultados potencialmente preocupantes e que merecem atenção: 55,3% dos internos inquiridos estava em risco de desenvolvimento de *burnout*, e um em cada quatro apresentava sintomas graves da síndrome, com uma prevalência de *burnout* grave mais de três vezes superior aos restantes médicos portugueses.<sup>1</sup>

Para a compreensão destes dados importa referir que os MI, além do seu horário laboral semanal de 40 horas, das quais pelo menos 12 são em serviço de urgência, têm de realizar atividades formativas e de investigação fora do seu horário de trabalho. Quer isto dizer que acabam por ‘trabalhar’ outras tantas horas em ‘casa’ para conseguirem atingir os objetivos curriculares a que estão obrigados. Adicionalmente, é pertinente refletir ainda sobre o salário base do MI, que varia entre os €2078,11 e os €2349,15 brutos,<sup>2</sup> e sobre a falta de apoios económicos à formação, que é dispendiosa. Num país onde os salários dos MI não estão a acompanhar o aumento do custo de vida, e onde têm que financiar a sua formação, o que inevitavelmente acontece

é estes profissionais terem de fazer trabalho extraordinário remunerado, sacrificando as suas horas de qualidade, lazer e descanso. Ficam assim criadas as condições para a instalação da síndrome de *burnout*.

O argumento de que os MI ‘têm de ser mais resilientes e adquirir estratégias de *coping* para abordar e prevenir o *burnout*’ parece-nos insuficiente para a sua prevenção. Como refere a Organização Mundial de Saúde,<sup>3</sup> este é um fenómeno ocupacional e, portanto, deve ser pensado a nível político, institucional e organizacional, com uma mudança estrutural do plano do internato, do currículo e da integração das atividades extraclínicas no horário laboral. Fazer crer que se trata de uma questão individual e de ‘fraqueza’ pessoal é desadequado e perpetua uma situação grave.

#### AGRADECIMENTOS

As autoras gostariam de estender um sincero agradecimento a todos os médicos internos que, apesar de por vezes enfrentarem condições menos favoráveis, continuam dedicados à sua formação e ao Serviço Nacional de Saúde.

#### CONTRIBUTO DOS AUTORES

APC: Conceptualização, redação e revisão crítica do manuscrito.

AMP: Revisão crítica do manuscrito.

Ambas as autoras aprovaram a versão final a ser publicada.

#### CONFLITOS DE INTERESSE

As autoras declaram não ter conflitos de interesse relacionados com o presente trabalho.

#### FONTES DE FINANCIAMENTO

Este trabalho não recebeu qualquer tipo de suporte financeiro de nenhuma entidade no domínio público ou privado.

#### REFERÊNCIAS

- Bastos J, Inácio R, Martins S. Avaliação do burnout no internato médico português. 2023. [consultado 2024 out 27]. Disponível em: <https://ordemdosmedicos.pt/primeiro-estudo-alargado-realizado-em-portugal-sobre-burnout-em-medicos-internos/>.
- Sindicato Independente dos Médicos. Tabela salarial. 2024. [consultado 2024 out 27]. Disponível em: [https://www.simedicos.pt/fotos/editor2/ficheiros/Tabela\\_Salarial\\_Versao\\_Site\\_1\\_22\\_02\\_2024.pdf](https://www.simedicos.pt/fotos/editor2/ficheiros/Tabela_Salarial_Versao_Site_1_22_02_2024.pdf).
- World Health Organization. ICD-11: International classification of diseases (11<sup>th</sup> revision). 2022. [consultado 2024 out 27]. Disponível em: <https://icd.who.int/>.

Ana PEDRO COSTA<sup>1,2,3</sup>, Ana MATOS PIRES<sup>1,2</sup>

1. Serviço de Psiquiatria. Departamento de Saúde Mental. Unidade Local de Saúde do Baixo Alentejo. Beja. Portugal.

2. Comprehensive Health Research Center. Lisbon. Portugal.

3. Universidade de Évora. Évora. Portugal.

✉ Autor correspondente: Ana Pedro Costa. [anapedrocosta92@gmail.com](mailto:anapedrocosta92@gmail.com)

Recebido/Received: 03/11/2024 - Aceite/Accepted: 03/12/2024 - Publicado/Published: 03/02/2025

Copyright © Ordem dos Médicos 2025

<https://doi.org/10.20344/amp.22543>

