

## RISKS OF THE DEVELOPMENT OF OCCUPATIONAL DISEASES (BURNOUT SYNDROME)

Duca Ana<sup>1</sup>, Cuzic Cristina<sup>1</sup>

Scientific adviser: Chiriac Argentina<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Department of Romanian Language and Medical Terminology, Nicolae Testemitanu University.

**Introduction.** The medical profession is one of the noblest and most necessary professions in the world, but at the same time one of the most difficult. Psychological training of students plays an important role in the development of a doctor as a specialist. **Objective of the study.** The proposed goal is to analyze the syndrome of “emotional (or mental) exhaustion” which is a state of physical, emotional and mental exhaustion, negative attitude towards work, loss of empathy, compassion and understanding in relation to patients and their loved ones. Medical workers have the highest burnout occupations. Above all, those who make unreasonably high demands are at risk of developing Burnout. **Materials and methods.** The investigative methods used are theoretical and praxiological: scientific documentation, observation, and analysis of the investigated material. **Results.** The results of the study show that the increased workload, overtime hours stimulate the development of burnout. Breaks at work have a positive effect and reduce exhaustion, but this effect is temporary. Doctors get rid of this situation by using psychotropic substances. **Conclusion.** When it comes to preventing exhaustion in the medical profession, each of us should be encouraged to learn how to reprioritize and think about lifestyle changes. It is necessary to be able to plan our activities properly, to respect the work and rest schedule. It is also necessary to actively apply methods of psychological relief and reduction of emotional tension.

**Keywords:** occupational diseases, exhaustion syndrome, mental health, emotional tension.

## RISCURI DE DEZVOLTARE A BOLILOR PROFESIONALE (SINDROMUL BURNOUT)

Duca Ana<sup>1</sup>, Cuzic Cristina<sup>1</sup>

Coordonator științific: Chiriac Argentina<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Catedra de limba română și terminologie medicală, USMF „Nicolae Testemițanu”.

**Introducere.** Profesia de medic este una dintre cele mai nobile și necesare meserii din lume, dar în același timp una dintre cele mai dificile. Pregătirea psihologică a studenților joacă un rol important în dezvoltarea unui medic ca specialist. **Scopul lucrării.** Scopul propus vizează analiza sindromului de „epuizare emoțională (sau mentală)” care este o stare de epuizare fizică, emoțională și mentală, atitudinea negativă față de muncă, pierderea empatiei, a compasiunii și a înțelegerii în relație cu pacienții și cei dragi lor. Lucrătorii medicali au profesii cu cea mai mare tendință de „burnout”. Mai presus de toate, cei care își fac cerințe nerezonabil de mari sunt expuși riscului de a dezvolta sindromul Burnout. **Materiale și metode.** Metodele de investigație utilizate sunt teoretice și praxiologice: documentarea științifică, observația și analiza materialului investigat. **Rezultate.** Rezultatele studiului constată că volumul de muncă crescut, orele de lucru suplimentare stimulează dezvoltarea burnout-ului. Pauzele la lucru au un efect pozitiv și reduc epuizarea, dar acest efect este temporar. Medicii scapă de situația aceasta prin utilizarea de substanțe psihotrope. **Concluzii.** Vorbind despre prevenirea epuizării în profesia medicală, fiecare dintre noi ar trebui încurajat să învețe cum să reprioritizeze și să se gândească la schimbările stilului de viață. Este necesar să ne putem planifica în mod corespunzător activitățile, să respectăm programul de muncă și de odihnă. De asemenea, este necesar să se aplice în mod activ metodele de ameliorare psihologică și de reducere a tensiunii emoționale.

**Cuvinte cheie:** boli profesionale, sindromul de epuizare, sănătate mintală, tensiune emoțională.