



## Síndrome de Burnout **CUIDADO COM O ESGOTAMENTO NO TRABALHO**

**N**o dia 1º de janeiro deste ano, a síndrome de burnout passou a ser reconhecida como doença do trabalho, o que significa que, desde então o empregado acometido pela síndrome tem seus direitos trabalhista garantidos, podendo tirar licença médica de até 15 dias ou pelo INSS quando o prazo for estendido.

Mas você, trabalhador, sabe o que é a síndrome de burnout?

De acordo com o psicanalista, Manuel Vazquez Gil, a Síndrome de Burnout, ou Síndrome do Esgotamento Profissional, é causado pelo excesso do trabalho, de acordo com algumas pesquisas, a síndrome afeta cerca de 30% dos trabalhadores formais. Os sintomas da síndrome são, dores pelo corpo, falta de ar, taquicardia, insônia, alterações no apetite, queda no rendimento profissional, dentre outros sintomas, por se tratar de um esgotamento nervoso, os sintomas são físicos e mentais. O tratamento adequado é de suma importância para o trabalhador, o afastamento do trabalho é crucial para recuperação do mesmo, e a atual legislação proíbe inclusive a demissão dos trabalhadores afastados pela doença. Ainda de acordo com Manuel “o único tratamento para Burnout, é o afastamento do trabalho, já que o mesmo é o responsável pelo esgotamento, paliativos como redução de carga horária, mudança de função, não são recomendados, já que, no momento da volta da rotina, a síndrome não estará curada”.

O Sindicato Metabase Mariana, se solidariza com todos os trabalhadores da área da mineração que sentirem quaisquer dos sintomas da Síndrome de Burnout.

Colocamos a nossa equipe à disposição de todos vocês!

Compareçam à nossa sede, na Rua Bom Jesus, 314, Barro Preto, em Mariana.