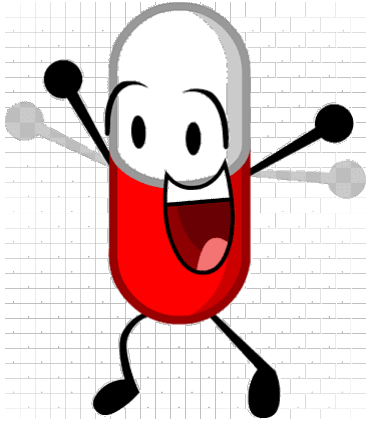


LA SÍNDROME DE CREMAR-SE PEL TREBALL (SCT) I⁽¹⁾



La SCT, també denominada **síndrome de desgast ocupacional** o *burnout*, és una **resposta a l'estrés laboral crònic** que sol donar-se entre professionals de la medicina i infermeria, professorat, treballadors/es socials, cuidadors informals..., que treballen en contacte directe amb pacients, alumnat, persones dependents...

Es caracteritza per: pèrdua de la il·lusió pel treball, un esgotament emocional i físic, actituds negatives d'indiferència i cinisme cap a les persones amb les quals interactua, sentiment de culpa per aqueix comportament i aqueixes actituds negatives, especialment, cap a les persones amb les quals s'estableixen relacions laborals (pacients, alumnat...).

És clarament un problema de salut vinculat a l'ocupació, del qual és difícil eixir sense ajuda psicològica, que no sols afecta a l'individu, sinó que pot alterar les relacions familiars i causa uns elevats costos econòmics per a la societat ⁽²⁾.

Ha sigut reconegut per l'OMS com a problema de salut derivat exclusivament de l'activitat laboral. A Espanya es considera **accident laboral**. **No està inclòs en el quadre de malalties professionals** (RD 1299/2006, de 10 de novembre).

- (1) **Important:** no s'ha de confondre amb el terme col·loquial de “**estic cremat**” quan s'al·ludeix a la sensació de fatiga, cansament, avorriment, indignació, frustració, etc., per unes males condicions de treball.
- (2) L'Agència Europea per a la Seguretat i Salut en el Treball en 2014 va concloure que la depressió (una de les conseqüències de la SCT) per problemes laborals va suposar, a la UE, 617.000 milions €/any (<https://www.e-coordina.es/costes-riesgos-psicosociales/>).

NAPO (1,09'): <https://youtu.be/plol8ROe5RI>



Font (1 i 2): Entrevista a Pedro Gil-Monte, Catedràtic en Psicologia Social UVEG i expert en la síndrome de desgast ocupacional (<https://www.cop-cv.org/noticia/12783-entrevista-a-pedro-gil-monte-catedratico-en-psicologia-experto-en-el-sindrome-de-desgaste-profesional#.ZHc6DnbP2Uk>).