



UFOP

Universidade Federal  
de Ouro Preto

# Síndrome de Burnout em estudantes de Medicina: uma revisão da literatura

Ana Luiza Teixeira Huguet<sup>1</sup>; Ana Carolina Aparecida de Souza Ramos<sup>1</sup>; Yasmim  
Nogueira Medina<sup>1</sup>; Lara Eponina Reis<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Acadêmica de Medicina da Universidade Federal de Ouro Preto;

<sup>2</sup> Médica residente do IPSEMG.



## OBJETIVO

A partir da análise cautelosa do levantamento bibliográfico, este trabalho visa averiguar as causas da elevada incidência da Síndrome de Burnout em estudantes de medicina.

## MÉTODO

Foi realizada uma revisão da literatura presente na base de dados PubMed, tendo sido analisados dez artigos, todos redigidos na língua inglesa e publicados nos últimos 5 anos, que correspondessem ao objetivo do estudo. Foram utilizados os descritores “*Burnout Syndrome*”, “*medical students*” e “*psychological distress*”.

## RESULTADOS

Desde 2022, com a inclusão pela OMS da síndrome de Burnout na 11ª edição da classificação internacional de doenças (CID-11), a condição passou a ser descrita não apenas como um “estado de exaustão vital” – vinculado a questões pessoais ou familiares –, mas também como um esgotamento fruto do estresse crônico derivado do trabalho. Esse desgaste gerado pelo âmbito profissional é muito recorrente em discentes de medicina, como pode ser observado a partir do estudo estadunidense conduzido em estudantes que se matricularam no curso médico entre 2010 e 2016, o qual constatou que a prevalência de Burnout foi de 9,4% entre os alunos do primeiro ano, comparada a 46,2% entre os alunos do quarto ano, de

modo que a exaustão emocional aumentou ao longo dos anos acadêmicos. Esse dado é preocupante, já que os alunos acometidos por Burnout detêm um significativo desgaste mental, o qual é adquirido devido à rotina árdua de estudos – que reserva pouco tempo para práticas de atividade física, lazer, boa alimentação e sono – e a competitividade e a autocobrança muito presentes nesse perfil acadêmico. Essa síndrome pode acarretar humor deprimido, distanciamento afetivo, redução do prazer proporcionado pelas conquistas laborais, além de sintomas físicos como mialgia, cefaleia e distúrbios do sono, prejudicando gravemente a qualidade de vida do médico em formação.

## CONCLUSÃO

Diante do exposto, é notória a relevância da conscientização dos acadêmicos de medicina em relação ao acometimento pela síndrome de Burnout. De acordo com os artigos analisados, intervenções potenciais que são apoiadas por evidências incluem treinamento mente-corpo e práticas, como mindfulness, introdução de currículo de bem-estar e um programa de apoio psicológico para alunos.

## REFERÊNCIAS

