

## **A relação entre o esgotamento emocional com os possíveis transtornos psiquiátricos em estudantes de medicina: Ansiedade, Depressão e Burnout**

**The relationship between emotional exhaust with possible psychiatric disorders in medical students: Anxiety, Depression and Burnout**

**La relación entre el agotamiento emocional con posibles trastornos psiquiátricos en estudiantes de medicina: Ansiedad, Depresión y Burnout**

Recebido: 07/11/2023 | Revisado: 14/11/2023 | Aceitado: 15/11/2023 | Publicado: 15/11/2023

### **Luiz Fernando Rodrigues de Almeida**

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-5700-2123>

Faculdade Santo Agostinho, Brasil

E-mail: [luizfernandofasa@gmail.com](mailto:luizfernandofasa@gmail.com)

### **Pedro Ferreira de Souza Evangelista**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9651-7618>

Faculdade Santo Agostinho, Brasil

E-mail: [pedro.evvan@gmail.com](mailto:pedro.evvan@gmail.com)

### **Pietro de Brito Nogueira**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0554-0885>

Faculdade Santo Agostinho, Brasil

E-mail: [pietropbn@gmail.com](mailto:pietropbn@gmail.com)

### **Rafael Correia de Sousa da Silva**

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-3784-9069>

Faculdade Santo Agostinho, Brasil

E-mail: [rafael.correia@vic.fasa.edu.br](mailto:rafael.correia@vic.fasa.edu.br)

### **Resumo**

A faculdade de Medicina é reconhecida como um ambiente exposto a diversas e constantes condições que ocasionam estresse excessivo, auto cobrança, cobrança dos pais e imposições do mercado de trabalho, quanto a qualidade de serviço e de conhecimentos teóricos e práticos. Com isso, os estudantes da área de saúde, sobretudo medicina, possuem uma tendência maior a desenvolver sintomas de ansiedade e depressão ao decorrer de sua graduação. A porcentagem da população estudada que foi acometida com ao menos uma forma de Burnout foi de aproximadamente 48,8%. Dessa forma, o presente estudo tem por objetivo compreender o espectro das manifestações psiquiátricas nos estudantes de medicina e as consequências relacionadas ao esgotamento emocional, a partir de buscas em bases de dados eletrônicas. Os estudantes em período pré-clínico, a prevalência de burnout se mostrou maior, em decorrência do alto nível de estresse percebido na fase anterior ao ingresso na faculdade de medicina, por conta do processo pós-admissão, na qual, vivenciam um ambiente totalmente novo, com competitividade, falta de tempo ou atividades de lazer e outros fatores que levam ao esgotamento emocional. As percepções negativas dos estudantes sobre o equilíbrio e vida pessoal durante as rotações clínicas, estava relacionado a altos níveis de burnout entre estes durante seus estágios. Porém, o sexo do aluno não influenciou nesta relação. Dessa maneira, há necessidade de programas de valorização da saúde mental do estudante ao longo de todo o período de formação, em diversos momentos do ano, para que haja detecção precoce e intervenções apropriadas.

**Palavras-chave:** Burnout; Estudantes; Ansiedade.

### **Abstract**

The Faculty of Medicine is recognized as an environment exposed to diverse and constant conditions that cause excessive stress, self-demand, demands from parents and impositions from the job market, regarding the quality of service and theoretical and practical knowledge. As a result, students in the health field, especially medicine, are more likely to develop symptoms of anxiety and depression during their studies. The percentage of the studied population that was affected by at least one form of Burnout was approximately 48.8%. Therefore, the present study aims to understand the spectrum of psychiatric manifestations in medical students and the consequences related to emotional exhaustion, based on searches in electronic databases. In students in the pre-clinical period, the prevalence of burnout was higher, due to the high level of stress perceived in the phase prior to entering medical school, due to the post-admission process, in which they experience a totally new environment, with competitiveness, lack of time or leisure activities and other factors that lead to emotional exhaustion. Students' negative perceptions of balance and personal life during clinical rotations were related to high levels of burnout among students during their internships. However,

the student's gender did not influence this relationship. Therefore, there is a need for programs to enhance the student's mental health throughout the entire training period, at different times of the year, so that there is early detection and interventions carried out.

**Keywords:** Burnout; Students; Anxiety.

### Resumen

La Facultad de Medicina se reconoce como un ambiente expuesto a diversas y constantes condiciones que provocan estrés excesivo, autoexigencia, exigencias de los padres e imposiciones del mercado laboral, en cuanto a la calidad del servicio y los conocimientos teóricos y prácticos. Como resultado, los estudiantes del campo de la salud, especialmente de medicina, tienen más probabilidades de desarrollar síntomas de ansiedad y depresión durante sus estudios. El porcentaje de la población estudiada que se vio afectada por al menos una forma de Burnout fue aproximadamente del 48,8%. Por lo tanto, el presente estudio tiene como objetivo comprender el espectro de manifestaciones psiquiátricas en estudiantes de medicina y las consecuencias relacionadas con el agotamiento emocional, a partir de búsquedas en bases de datos electrónicas. En los estudiantes del período preclínico la prevalencia de burnout fue mayor, debido al alto nivel de estrés percibido en la fase previa al ingreso a la facultad de medicina, debido al proceso de post-ingreso, en el que experimentan un ambiente totalmente nuevo, con competitividad, falta de tiempo o actividades de ocio y otros factores que conducen al agotamiento emocional. Las percepciones negativas de los estudiantes sobre el equilibrio y la vida personal durante las rotaciones clínicas se relacionaron con altos niveles de agotamiento entre los estudiantes durante sus prácticas. Sin embargo, el género del estudiante no influyó en esta relación. Por ello, surge la necesidad de programas que mejoren la salud mental del estudiante durante todo el periodo formativo, en diferentes épocas del año, para que se realice una detección temprana y se realicen intervenciones.

**Palabras clave:** Burnout; Estudiantes; Ansiedad.

## 1. Introdução

A faculdade de Medicina é reconhecida como um ambiente de atmosfera exposta a diversas e constantes condições que ocasionam estresse excessivo, medo do fracasso, auto cobrança, cobrança dos pais e imposições do mercado de trabalho, quanto a qualidade de serviço e de conhecimentos teóricos e práticos. Com isso, os estudantes da área de saúde, sobretudo medicina, possuem uma tendência maior a desenvolver sintomas de ansiedade e depressão ao decorrer de sua graduação (Machado et al., 2019).

Os transtornos mentais são definidos como condições clínicas caracterizadas por alterações nas emoções e pensamentos ou por comportamentos relacionados à sensação de angústia pessoal e/ou deterioração do funcionamento psíquico fisiológico. Dessa forma, o estado de estresse vivenciado pelos discentes de medicina, vem sendo apontado como um dos fatores de risco de maior relevância para o desenvolvimento de condições psiquiátricas, uma vez que preservam essa vivência estressante mesmo após a vida acadêmica (Cassol et al., 2021).

Em um estudo transversal descritivo, realizado por Maia et al. (2020), para estimar a prevalência de sintomas depressivos entre acadêmicos de Medicina de uma universidade com métodos ativos de aprendizagem, foi demonstrado, a partir da avaliação de 173 discentes, que 46,2% dos estudantes apresentavam sintomas depressivos, na qual 33,5% leves, 9,2% moderados e 3,4% sintomas graves. Além disso, entre os dados observados, 66 (38,1%) participantes estavam no internato médico, 73 (44,2%) moravam com os pais, 73 (42,2%) tinham atividade extracurricular remunerada, 33 (19,1%) não estavam satisfeitos com a metodologia ativa, e 92 (52,2%) relataram uso de álcool.

Assim, fatores como alta expectativa dos pais e pressão parental se mostra como fator de maior prevalência de depressão, da mesma forma que, os alunos não satisfeitos com a metodologia de ensino da Instituição de formação acadêmica, também têm maior chance de desenvolver sintomas depressivos, uma vez que, a o próprio comprometimento pessoal exigido pelo método ativo e a insegurança na organização do aprendizado surgem como pontos chaves para o aumento do estresse acadêmico (Maia et al., 2020).

Não obstante, o surgimento da pandemia de COVID-19 surgiu como intensificador de transtornos mentais, principalmente na população de estudantes de medicina, por conta das restrições impostas que modificaram o cotidiano estudantil e os graus de incertezas geradas em decorrência da suspensão de aulas presenciais (Aragão et al., 2021). Assim,

doenças como a síndrome de Burnout, de acordo com Pokhrel et al. (2020, apud Aragão et al. 2021), a porcentagem da população estudada que foi acometida com ao menos uma forma de Burnout foi de aproximadamente 48,8%, ao passo que, Pacheco et al. (apud Aragão et al., 2021), observara que 13,1% de alunos foram afetados por essa síndrome, sendo o sexo masculino de maior prevalência.

Dessa forma, o presente estudo tem por objetivo compreender o espectro das manifestações psiquiátricas nos estudantes de medicina e as consequências relacionadas ao esgotamento emocional.

## **2. Metodologia**

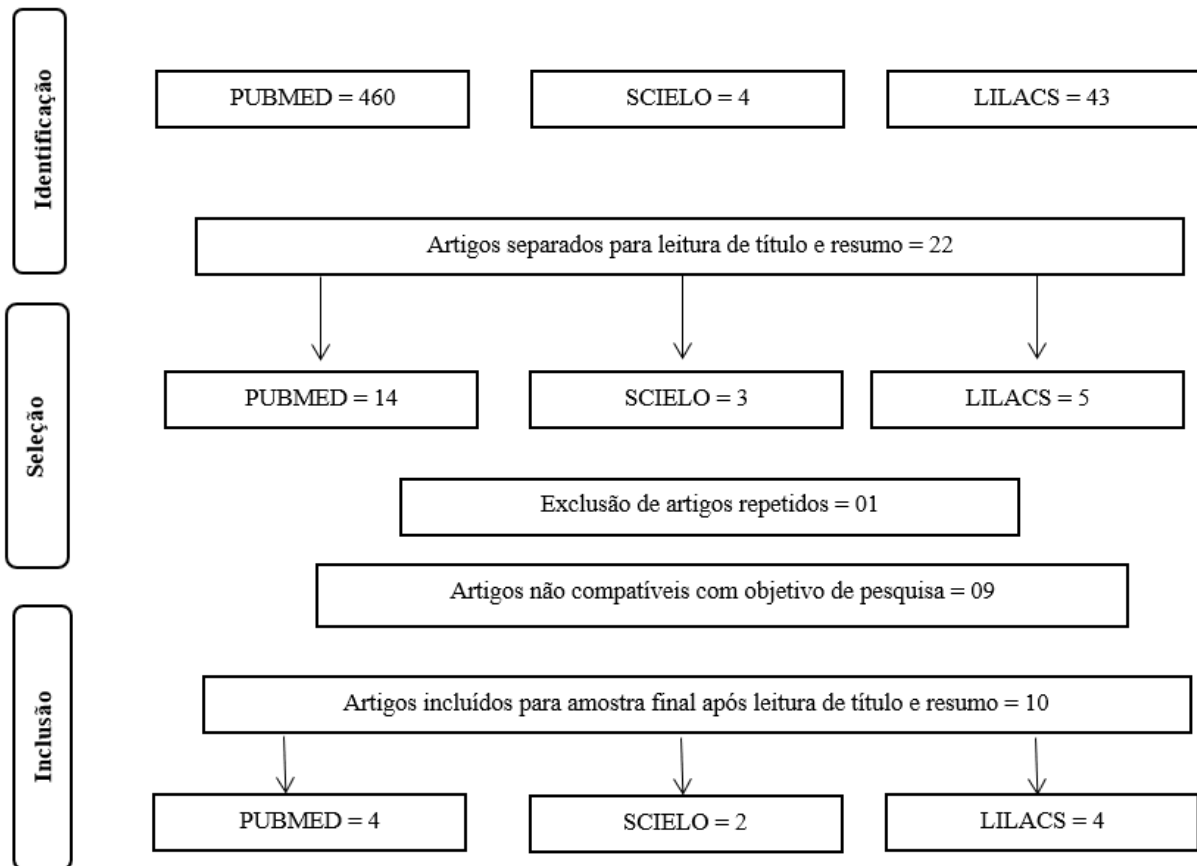
O presente artigo trata-se de uma revisão integrativa da literatura, na qual permite uma compreensão completa do fenômeno analisado por possibilitar o uso de estudos experimentais e não-experimentais (Souza, Silva & Carvalho, 2010) realizada por meio da busca de artigos científicos, em bases de dados eletrônicas: PubMed, SciELO (Scientific Electronic Library Online) e LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), a partir da utilização dos seguintes descritores e operadores booleanos: (Burnout, Psychological) AND (Students, Medical). Por conseguinte, realizou-se uma análise de discurso dos artigos selecionados, uma vez que, permite a interpretação da realidade estudada a partir do texto, ou textos, evidenciando os sujeitos da produção e interpretação destes, assim como o contexto inserido na produção do respectivo trabalho (Macedo et al., 2008).

Foram incluídos os artigos originais, disponíveis na íntegra, de forma gratuita, entre os anos de 2019-2023, em formato digital, nos idiomas português e inglês. Em contrapartida, foram excluídos artigos com acesso mediante pagamento, que não contemplaram o objetivo de pesquisa; cartas ao editor; artigos de revisão; relatos de caso; e artigos de opinião.

## **3. Resultados e Discussão**

A partir da busca em bases de dados eletrônicas, foram encontrados, após aplicação dos critérios de pesquisa, respectivamente: 460 artigos no PubMed, 4 artigos no SciELO e 12 artigos na LILACS. Por conseguinte, foram selecionados 22 artigos a partir da leitura de título e resumo, com exclusão de 01 artigo por duplicidade entre as bases científicas, e a amostra final foi composta por 10 artigos, em decorrência da exclusão de 03 artigos definidos como estudo de caso e 09 artigos não compatíveis com o objetivo de pesquisa, como demonstrado na Figura 1.

**Figura 1** – Representação esquemática de síntese e análise de resultados.



Fonte: Almeida et al. (2023).

No Quadro 1 são apresentadas informações acerca dos artigos incluídos, com autor/ano, objetivo e principais achados.

**Quadro 1** – Características dos estudos selecionados, quanto aos autores, ano de publicação, objetivos, principais resultados.

Autor/ano	Objetivo	Principais Resultados
MARCH-AMENGUAL, J. M. et al., 2022	Investigar a prevalência de sintomas psicológicos e de burnout relatados por estudantes do primeiro ano, a relação entre essas variáveis e seu desempenho acadêmico, e as diferenças entre estudantes de ciências da saúde e de outras áreas.	Observaram a partir de uma amostra de 506 alunos, que 7,3% (37 participantes) atenderam os critérios de esgotamento acadêmico. Além disso, 45,3% (229 alunos) apresentaram exaustão emocional e 8,5% demonstraram despersonalização.
SHRESTHA, D. B. et al., 2021.	Determinar a prevalência de burnout entre estudantes de medicina de uma faculdade de medicina e encontrar sua associação com idade, sexo e ano de estudo.	Demonstraram em sua pesquisa transversal para determinar a prevalência de burnout entre estudantes de medicina de uma faculdade de medicina e encontrar sua associação com idade, sexo e ano de estudo, que a prevalência de burnout entre estudantes da graduação em medicina foi de 65,9%. Contudo, não relataram associação significativa de gênero com burnout.
LIN, Y. K. et al., 2021.	Examinar se as percepções negativas dos estudantes de medicina sobre o equilíbrio entre trabalho e vida pessoal de seus colegas durante suas rotações clínicas estariam relacionadas ao esgotamento em estágios	Evidenciou-se que as percepções negativas dos estudantes sobre o equilíbrio e vida pessoal durante as rotações clínicas, estava relacionado a altos níveis de burnout entre estes durante seus estágios. Porém, o sexo do aluno não influenciou nesta relação.
RAJAPURAM, N. et al., 2020.	Determinar a prevalência atual de sofrimento em estudantes de medicina e os fatores de risco contribuintes	Relataram, a partir de 3.162 estudantes que responderam à pesquisa, representado 110 escolas médicas, que 52,9% destes, apresentaram critérios de sofrimento psicológico e 22% ou realizaram, ou consideraram realizar, afastamento da universidade por motivo de bem-estar pessoal.

PRATA, T. S. C et al., 2021.	Estimar a prevalência atual da síndrome de burnout entre estudantes de medicina da Universidade Federal de Sergipe e identificar seus fatores associados	Aproximadamente 96,2% se mostraram satisfeitos com a carreira na medicina, porém, 51,2% consideraram ter desempenho escolar regular ou fraco e apenas 45,5% consideraram a formação médica condizente com as expectativas.
CALCIDES, D. A. P. et al., 2019.	Estimar a prevalência da Síndrome de Burnout e seus fatores associados entre estudantes de internato médico de uma universidade pública do Nordeste do Brasil	Observaram que, dos 184 estudantes, 16,8% fazem uso de medicação psiquiátrica prescrita por médico, e o mesmo número de estudantes também referiram transtorno mental prévio, diagnosticado por psiquiatra. Ademais, cerca de 45,7% fazem uso de substâncias psicoativas lícitas e 21,7% referiram uso de drogas ilícitas.
CARRO, A. C.; NUNES, R. D., 2021.	Identificar a prevalência e fatores associados à Síndrome de Burnout nos estudantes de medicina.	Observaram uma prevalência de síndrome de Burnout de 12,3%, de forma que não foi demonstrada nenhuma associação desta síndrome com variáveis sociodemográficas. Os participantes deste estudo transversal, referiram ainda, possuir diversas afecções relacionadas à saúde mental, dentre as quais, destaca-se a ansiedade (12,8%), depressão (11,1%) e déficit de atenção (6,1%).
BARBOSA-MEDEIROS, M. R.; CALDEIRA, A. P., 2021.	Comparar os escores dos sintomas de transtornos psiquiátricos em acadêmicos de medicina ao longo de três anos da graduação.	Demonstraram que, foi possível observar uma tendência de aumento nos escores do questionário de saúde geral aplicados, indicativos de Transtornos Mentais Comuns, conforme ocorre o avanço nos períodos da graduação. Evidenciaram também, tendência de aumento de exaustão emocional e descrença ao longo do curso que, possivelmente, reflete agravamento na saúde mental dos participantes.
VALE, T. C. B. et al., 2021.	Avaliar prevalência de burnout em estudantes do primeiro ao quarto ano de um curso de Medicina e comparar as diferentes classificações de critério diagnóstico da síndrome.	Relataram que, em relação às horas de sono dos estudantes, constatou-se que 54% dormiam de 3 a 6 horas por noite, ao passo que 45% afirmaram ter mais de 6 horas de sono. Ademais, 8% dos estudantes referiram uso de medicamentos para dormir, sendo eles: alprazolam, amitriptilina, clonazepam, zolpidem e outros.
ESPINOSA PIRE, L. et al., 2020.	Determinar a presença da Síndrome de Burnout em estudantes da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Regional Autônoma dos Andes, no Equador.	Demonstraram que esta síndrome pode levar a modificações nos sistemas fisiológicos, como imunológico e sistema nervoso autônomo, a partir de disfunções psicofisiológicas manifestadas através de cefaleia, complicações cardiovasculares, digestivas e sexuais

Fonte: Almeida et al. (2023).

A síndrome de Burnout é um construto multifacetado caracterizado por vários graus de exaustão emocional, na qual, engloba desde sensação de não ser capaz de exercer a sua função de maneira efetiva, quanto sintomas físicos manifestados em decorrência deste sentimento; despersonalização, como atitudes negativas ou distantes em relação a outras pessoas, como por exemplo, cinismo ou descrença; e baixo senso de realização pessoal, com sentimento de incompetência (March-Amengual et al., 2022).

De forma equivalente, esta síndrome pode levar a modificações nos sistemas fisiológicos, como imunológico e sistema nervoso autônomo, a partir de disfunções psicofisiológicas manifestadas através de cefaleia, complicações cardiovasculares, digestivas e sexuais. Ademais, por conta da possibilidade de imunossupressão, pode haver risco de infecções como gripe e desenvolvimento de doenças imunológicas (Espinosa Pire et al., 2020).

Assim, em um estudo observacional para investigar a prevalência de sintomas psicológicos e de burnout relatados por estudantes do primeiro ano, a relação entre essas variáveis e seu desempenho acadêmico, e as diferenças entre estudantes de ciências da saúde e de outras áreas, March-Amengual et al. (2022), observaram a partir de uma amostra de 506 alunos, que 7,3% (37 participantes) atenderam os critérios de esgotamento acadêmico. Além disso, 45,3% (229 alunos) apresentaram exaustão emocional e 8,5% demonstraram despersonalização.

A partir de uma amostra de 560 alunos, Shrestha et al. (2023), demonstraram em sua pesquisa transversal para determinar a prevalência de burnout entre estudantes de medicina de uma faculdade e encontrar sua associação com idade, sexo e ano de estudo, que a prevalência de burnout entre estudantes da graduação em medicina foi de 65,9%. Contudo, não relataram associação significativa de gênero com burnout, além de não encontrarem associação significativa entre diferentes

faixas etárias de estudantes. Apesar da tendência crescente descrita por estudos anteriores acerca da prevalência de burnout ao longo dos anos de estudo médico, os autores não evidenciaram nenhuma correlação entre burnout e a progressão do ano de estudo.

Dessa maneira, observaram que os estudantes em período pré-clínico, a prevalência de burnout se mostrou maior, em decorrência do alto nível de estresse percebido na fase anterior ao ingresso na faculdade de medicina, por conta do processo pós-admissão, na qual, vivenciam um ambiente totalmente novo, com competitividade, falta de tempo ou atividades de lazer e outros fatores que levam ao esgotamento emocional. Em contrapartida, entre os alunos do ano clínico, englobando o 3º, 4º e 5º anos de curso, aqueles pertencentes ao quinto ano, obtiveram índices relativamente menores, do que entre os alunos do terceiro e quarto ano (Shrestha et al., 2023).

De forma semelhante, em um estudo de coorte longitudinal de 02 anos realizado entre setembro de 2013 e abril de 2015, por Lin et al. (2021), com 94 estudantes de medicina de uma escola universitária de medicina em Taiwan, foi evidenciado que as percepções negativas dos estudantes sobre o equilíbrio e vida pessoal durante as rotações clínicas, estava relacionado a altos níveis de burnout entre estes durante seus estágios. Porém, o sexo do aluno não influenciou nesta relação. Ademais, observaram que tais percepções podem afetar o seu bem-estar psicológico, uma vez que, as cargas de trabalho dos seus colegas, caso sejam transferidas ao estudante, ou se seus horários de aprendizagem sofrerem alterações constantes, podem exacerbar o estresse emocional e propiciar à Síndrome de Burnout.

Rajapuram et al. (2020), realizaram um estudo observacional para determinar a prevalência atual de sofrimento em estudantes de medicina e os fatores de risco contribuintes, e relataram, a partir de 3.162 estudantes que responderam à pesquisa, representado 110 escolas médicas, que 52,9% destes, apresentaram critérios de sofrimento psicológico e 22% ou realizaram, ou consideraram realizar, afastamento da universidade por motivo de bem-estar pessoal. Os principais fatores de estresse encontrados para todos os alunos foram os exames do conselho nacional, as notas, a incerteza sobre o futuro, o isolamento da família e dos amigos e a falta de controle sobre a agenda. É válido ressaltar, que de acordo com os autores, a classificação dos fatores de estresse não variou de acordo com o ano da faculdade de medicina, gênero, carga de dívida, raça ou situação de deficiência.

Em concomitância, Prata et al. (2021), descreveram em sua pesquisa transversal para estimar a prevalência atual da síndrome de burnout entre estudantes de medicina da Universidade Federal de Sergipe e identificar seus fatores associados, que, dos 213 estudantes incluídos no estudo, cerca de 21,6% atenderam ao critério tridimensional para a síndrome de Burnout, aplicados a partir do questionário Maslach Burnout Inventory Student Survey – composto por 15 itens sobre exaustão emocional, cinismo e eficácia profissional –, ao passo que, 51,6% atenderam ao critério bidimensional, definidos como alta exaustão e cinismo. De maneira geral, aproximadamente 96,2% se mostraram satisfeitos com a carreira na medicina, porém, 51,2% consideraram ter desempenho escolar regular ou fraco e apenas 45,5% consideraram a formação médica condizente com as expectativas.

Além disso, quando questionados acerca de apoio emocional prestados a graduação, 46,9% dos discentes indicaram que receberam apoio ocasionalmente ou raramente, e a maioria (97,6%) haviam um tempo de sono menor que 8 horas/dia. O uso de medicamentos psiquiátricos prescritos por médico foi referenciado em 27,2% dos participantes (Prata et al., 2021).

Calcides et al. (2019), observaram em seu estudo transversal para estimar a prevalência de Síndrome de Burnout e seus fatores associados entre estudantes do internato médico de uma universidade pública do Nordeste do Brasil, que, dos 184 estudantes, 16,8% fazem uso de medicação psiquiátrica prescrita por médico, e o mesmo número de estudantes também referiram transtorno mental prévio, diagnosticado por psiquiatra. Ademais, cerca de 45,7% fazem uso de substâncias psicoativas lícitas e 21,7% referiram uso de drogas ilícitas.

Não obstante, 73,2% dos estudantes participantes relataram insatisfação com as estratégias de ensino-aprendizagem e

83% afirmam não receber apoio emocional durante a graduação. Além disso, no que tange o desempenho acadêmico, aproximadamente 75,4% dos alunos consideraram satisfeitos, ao passo que 14,7% afirmaram ter sido reprovados em alguma disciplina ao decorrer do curso de medicina. Em outra perspectiva, apesar de 98,4% tenham apresentado satisfação com a escolha da carreira médica, 34,2% já pensaram em abandonar a graduação e 36,4% afirmaram que o programa de ensino ficou aquém das expectativas (Calcides et al., 2019).

Nesse panorama, Carro e Nunes (2021), em sua pesquisa com 522 alunos, observaram uma prevalência de síndrome de Burnout de 12,3%, de forma que não foi demonstrada nenhuma associação desta síndrome com variáveis sociodemográficas. Os participantes deste estudo transversal, referiram ainda, possuir diversas afecções relacionadas à saúde mental, dentre as quais, destaca-se a ansiedade (12,8%), depressão (11,1%) e déficit de atenção (6,1%). Dessa forma, os autores concluíram, que a alta prevalência de distúrbios psiquiátricos, com presença também de ideação suicida, apesar de acompanhamento psicológico após a entrada em universidade, é de devida importância acompanhar de perto a saúde mental dos estudantes de medicina.

Barbosa-Medeiros e Caldeira (2021), em seu estudo longitudinal para comparar os escores dos sintomas de transtornos psiquiátricos em acadêmicos de medicina ao longo de três anos da graduação, demonstrara que, foi possível observar uma tendência de aumento nos escores do questionário de saúde geral aplicados, indicativos de Transtornos Mentais Comuns, conforme ocorre o avanço nos períodos da graduação. Evidenciaram também, tendência de aumento de exaustão emocional e descrença ao longo do curso que, possivelmente, reflete agravamento na saúde mental dos participantes. Dessa maneira, os níveis de descrença percebidos foram maiores entre os alunos do 11º período, com altos níveis de distanciamento nas relações interpessoais e baixa expectativa em relação ao futuro no meio profissional.

De maneira semelhante, com uma amostra de 511 estudantes do primeiro ao oitavo semestre do curso de medicina, Vale et al. (2021), realizaram um estudo transversal para avaliar a presença de burnout em estudantes do primeiro ao quarto ano de um curso de medicina e comparar as diferentes classificações de critério diagnóstico da síndrome. Os autores relataram que, em relação às horas de sono dos estudantes, constatou-se que 54% dormiam de 3 a 6 horas por noite, ao passo que 45% afirmaram ter mais de 6 horas de sono. Ademais, 8% dos estudantes referiram uso de medicamentos para dormir, sendo eles: alprazolam, amitriptilina, clonazepam, zolpidem e outros.

Além disso, o uso de substâncias psicoativas foi relatado por 30% dos participantes, e as bebidas energéticas surgiram como percentual significativo de presença no cotidiano dos alunos, com 60% destes fazendo uso. Vale et al. (2021), também demonstraram que a síndrome de Burnout está presente com mais frequência em discentes que dormem menos de 6 horas por noite, nos que necessitaram de acompanhamento psicoterapêutico ao decorrer da graduação e naqueles que precisaram de medicações para regular o ciclo de sono-vigília. Contudo, não foi apresentada correlação significativa entre burnout e abuso de drogas, tabagismo, consumo de substâncias psicoativas e anos de curso de medicina.

#### **4. Conclusão**

A graduação de medicina é a meta de muitos estudantes, tendo em vista os benefícios, o ato de cuidar de pessoas, o conhecimento acerca das funcionalidades humanas e as experiências vivadas por toda a trajetória. Porém, é nítido os percalços enfrentados ao longo do processo de formação médica durante a permanência na universidade, como por exemplo, as extenuantes horas dedicadas ao estudo, prática e aprendizado, período de sono reduzido ao longo do curso, tempo dedicado ao lazer abdicado em diversos momentos, estresse vivido de forma contínua, seja por competitividade com outros colegas ou por cobrança acerca de nível de conhecimento para atuação em campos de estágios supervisionados, ou até mesmo para atuação profissional futura, ao término da faculdade.

Dessa forma, os estudantes de medicina apresentam propensão ao desenvolvimento de transtornos psiquiátricos,

esgotamento emocional e busca de formas de escape para os conflitos diários. Assim, a síndrome de Burnout tornou-se frequentemente comum entre esta população, com consequências em rendimento acadêmico, manutenção de relações interpessoais, saúde física e mental, e desempenho de atividade profissional, por conta da angústia causada pelo ressentimento em não se mostrar competente para o exercer da profissão.

Dessa maneira, é notório a necessidade de programas de valorização da saúde mental do estudante ao longo de todo o período de formação, em diversos momentos do ano, com proximidade da instituição com os alunos, para que haja detecção precoce de estados de esgotamento emocional, cinismo e desmotivação por parte dos discentes, para que, assim, ocorra menores índices de transtornos relacionados à formação médica. Além disso, urge, em conjunto, a indispensável realização de estudos que visam avaliar o impacto destas medidas, ao longo do tempo, na contribuição para melhores resultados na saúde mental dos estudantes de medicina, como forma de atuar como ferramentas de análise da redução dos impactos causados pelo curso de Medicina aos seus graduandos.

## Referências

- Aragão, J. Á., Santos, I. S., Pimentel, J. V. A., Nunes, M. S. F., Cruz, M. L. A., Silva, W. M. L., & Reis, F. P. (2021). Ansiedade, depressão e outros transtornos mentais no estudante de medicina durante a pandemia da COVID-19. *Saúde em foco: doenças emergentes e reemergente*, 2.
- Barbosa-Medeiros, M. R., & Caldeira, A. P. (2021). Mental health in medical students: longitudinal study. *Rev bras educ med*, 45 (3), 1-9.
- Calcides, D. A. P., Didou, R. N., Melo, E. V., & Oliva-Costa, E. D. (2019). Burnout Syndrome in medical internship students and its prevention with Balint Group. *Rev Assoc Med Bras*, 65 (11), 1362-1367.
- Carro, A. C., & Nunes, R. D. (2021). Suicidal ideation as a factor associated with Burnout syndrome in medical students. *J bras psiquiatr*, 70 (2), 91-98.
- Cassol, M., Garcia C. M., Garcia, E. F., Ferreira, J. A. R. B., Tagawa, G. S. G., & Garcia, L. C. (2021). Transtornos psiquiátricos nos acadêmicos de medicina. *Brazilian Journal of Development*, 7 (2), 19471-19475
- Espinosa Pire, L., Hernández Bandera, N., Tapia Salinas, J. M., Hernández Coromoto, Y., & Rodríguez Placencia, A. (2020). Prevalencia del síndrome de burnout en estudiantes de medicina. *Rev cuba reumatol*, 22 (1), 1-14.
- Lin, Y. K., Lin, F. Y. J., Lin, C. D., & Chen, D. Y. (2021). Relationship between medical students' negative perceptions of colleagues' work-life and burn-out during clerkships: a longitudinal observational cohort study. *BMJ Open*, 11 (10), 1-7.
- Machado, S. M. L., Sirico, N. S., Barbosa, P. B., & Rosa, R. R. M. (2019). Ansiedade e depressão em estudantes de medicina. *Revista saúde multidisciplinar*, 2 (6), 1-5.
- Macedo, L. C., Larocca, L. B., Chaves, M. M. N., & Mazza, V. A. (2008). Analysis of speech: a reflection on health research. *Interface*, 4, 1-13.
- Maia, H. A. A. S. (2020). Prevalência de sintomas depressivos em estudantes de medicina com currículo de aprendizagem baseada em problemas. *Rev. bras. educ. med.* 44 (3), 1-7.
- March-Amengual, J. M., Badii, I. C., Casas-Baroy, J. C., Altarriba, C., Comella, C. A., Pujol-Farriols, R., Banós, J. E., Galbany-Estragués, P., & Cayuela, A. C. (2022). Psychological distress, burnout, and academic performance in first year college students. *Int J Environ Res Public Health*, 19 (6), 3356.
- Medeiros, P. P., & Bittencourt, F. O. (2017). Fatores associados à ansiedade em estudantes de uma faculdade particular. *Revista de psicologia* 10 (33), 43-56.
- Meneghel, M., Kock, K. S., Guerra, L. A., & Machado, M. O. (2019). Prevalência de fatores associados aos episódios depressivos no curso de Medicina da Unisul – Pedra Branca. *Revista da AMRIGS*, 63 (3), 301-306.
- Nassar, L. M., & Carvalho, J. P. (2021). Síndrome de Burnout em estudantes de graduação de medicina no Brasil: uma revisão do panorama brasileiro. *Espac saúde*, 22, 1-12.
- Oliveira, S. M. D., Hasse, M., & Teixeira, F. B. (2021). Fluxo de esgotamento: interrogando o processo de produção do tempo/cansaço no internato médico. *Rev bras educ med*, 45 (1), 1-9.
- Prata, T. S. C., Calcides, D. A. P., Vasconcelos, E. L., Carvalho, A. A., Melo, E. V., & Oliva-Costa, E. F. (2021). Prevalence of Burnout Syndrome and associated factors in medical students under different educational models. *Rev Assoc Med Bras*, 67 (5), 667-674.
- Rajapuram, N., Langness, S., Marshal, M., Sammann, A. (2020). Medical students in distress: the impact of gender, race, debt, and disability. *PLoS One*, 15 (12), 1-13.
- Rojas, B., Catalão, E., Diez, G., & Roca, P. (2023). A compassion-based program to reduce psychological distress in medical students: A pilot randomized clinical trial. *PLoS One*, 18 (6), 1-17.



Shrestha, D. B., Katuwal, N., Tamang, A., Paudel, A., Gautama, A., Sharma, M., Bhusal U., & Budhathoki, P. (2021). Burnout among medical students of a medical college in Kathmandu: A cross-sectional study. *PLoS One*, 16 (6), 1-10.

Vale, T. C. B., Paiva, J. H. H. G. L., Medeiros, V. N., Gomes, P. I. O., Bezerra H. C. B., Bachur, T. P. R., & Castro, D. B. (2021). Factors behind burnout increase in medical students. Are the criteria so important? *Rev bras educ méd*, 45 (2), 1-7.

Zuñiga, D., Torres-Sahli, M., Nitsche, P., Echeverría, G., Pedrals, N., Grassi, B., Cisternas, M., Rigotti, A., & Bitran, M. (2021). Reduced burnout and higher mindfulness in medical students after a self-care program during the COVID-19 pandemic. *Rev Med Chil*, 149 (6), 846-855.