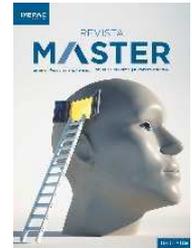




# Revista Master

Ensino, Pesquisa e Extensão

<http://imepac.edu.br/revistamaster>



Artigo de Revisão

DOI: <http://dx.doi.org/10.5935/2447-8539.20170022>

## Prevalência da síndrome de Burnout entre estudantes de medicina: uma revisão integrativa

*Prevalence of burnout syndrome among medical students: an integrating review*

Herbert Cristian de Souza<sup>1\*</sup>, Deborah Antunes de Menezes<sup>1</sup>, Isabella de Brito Alem Silva<sup>1</sup>, Antônio Fernando Coutinho Assunção<sup>1</sup>, Isabela Fonseca Guimarães<sup>1</sup>, Daniella Gomes Rodrigues de Moraes,<sup>1</sup> Andressa Lorrany Batista Almeida<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Instituto Master de Ensino Presidente Antônio Carlos – IMEPAC. Araguari, MG.

\* Autor para correspondência (e-mail): [herbert.souza@imepac.edu.br](mailto:herbert.souza@imepac.edu.br)

### RESUMO

Transtornos emocionais como ansiedade, estresse e Burnout tem sido apontado em estudantes de medicina sua formação. Burnout é alteração social-psicológica constituída por três dimensões: Exaustão Emocional, Despersonalização e a Baixa Realização Profissional. Este artigo visou analisar a prevalência da síndrome Burnout em acadêmicos de cursos de Medicina. Trata-se de revisão integrativa que reúne publicações disponíveis sobre a síndrome de Burnout em estudantes de cursos de Medicina no território brasileiro, disponíveis em bases de dados indexadas. A apresentação dos resultados e discussão dos dados obtidos foi feita de forma descritiva, possibilitando ao leitor a avaliação da aplicabilidade da revisão integrativa elaborada. Encontrou-se uma prevalência entre 10 e 14%, da síndrome Burnout em estudantes de medicina entre os trabalhos revisados, com resultados conflitantes em relação a influência do tempo de curso em relação a doença. Os fatores associados a falta de confiança na aquisição de habilidades, sentir desconfortável em atividades acadêmicas e não ver o curso como fonte de prazer, influenciaram a favor do diagnóstico e o bom desempenho acadêmico como fator protetor da doença. O ensino médico configura-se como um ambiente que pode apresentar condições desfavoráveis e potencializadoras do esgotamento pessoal e do estresse ocupacional nos estudantes.

**Palavras-Chave:** Burnout, Estudantes de medicina, Qualidade de vida.

### ABSTRACT

Emotional disorders such as anxiety, stress and burnout have been pointed out by medical students during their training. Burnout is a social-psychological alteration and consists of three dimensions: Emotional Exhaustion, Depersonalization, and the Low Professional Achievement. This paper aims to analyze the prevalence of Burnout syndrome in medical students. This is an integrative review that brings together the available literature on Burnout syndrome in students of medical programs in Brazil, available in indexed databases. The results and discussion describe the obtained data, allowing the reader to evaluate the applicability of the integrative review elaborated. A prevalence of 10 to 14% of Burnout syndrome among medical students was found between the reviewed works, with conflicting results regarding the influence of stroke time in relation to the disease. Factors associated with lack of confidence in acquiring skills, feeling uncomfortable in academic activities and not seeing the program as a source of pleasure, influenced in favor of diagnosis and good academic performance as a protective factor of the disease. Medical education is an environment that can present unfavorable and intensifying conditions of personal exhaustion and occupational stress in students.

**Key Words:** Burnout, Medical students, Quality of life.

## Introdução

Burnout foi primeiramente descrito na década de 1970 como sentimento de fracasso e exaustão causado por excessivo desgaste energético e de recursos (VIANA et al., 2014).

A definição de Burnout mais utilizada e aceita na comunidade científica é a fundamentada na perspectiva social-psicológica, sendo entendida como um processo e constituída por três dimensões: Exaustão Emocional, caracterizada pela falta ou carência de energia e um sentimento de esgotamento emocional; Despersonalização, definida como a falta de sensibilidade e a dureza ao responder às pessoas que são receptoras desse serviço e a Baixa Realização Profissional, que se refere a uma diminuição dos sentimentos de competência em relação aos ganhos pessoais obtidos no trabalho com pessoas (CARLOTTO et al., 2006).

Transtornos emocionais como ansiedade, estresse e até mesmo Burnout tem sido apontado em estudantes de medicina durante o período de formação (BENEVIDES-PEREIRA et al., 2009).

O alargamento do conceito de Burnout em estudantes, ou seja, a uma atividade pré-profissional, embora já tenha emergido em alguns estudos dispersos ao longo dos anos, foi proposto com rigor e suporte empírico por Schaufeli e colaboradores (2000). Este estudo confirmou a estrutura trifatorial original do *Maslach Burnout Inventory* (MBI) de Maslach, Jackson e Leiter (1996), instrumento que avalia Burnout em trabalhadores (BORGES; CARLOTTO, 2004).

O conceito de Burnout em estudantes também se constitui de três dimensões: Exaustão Emocional, caracterizada pelo sentimento de estar exausto em virtude das exigências do estudo; Descrença, entendida como o desenvolvimento de uma atitude cínica e distanciada com relação ao estudo; e Ineficácia Profissional, caracterizada pela percepção de estarem sendo incompetentes como estudantes (CARLOTTO et al., 2006).

Esta síndrome psicológica pode desenvolver-se de uma forma gradual, mas pode também permanecer oculta por um longo período sem ser identificada pelo indivíduo, derivando de um desvio entre as suas expectativas profissionais e a realidade (FONTE, 2011).

Os sintomas do Burnout podem ser agrupados em categorias, como: físicos (fadiga constante e progressiva, distúrbios do sono, dificuldade de relaxar, dores musculares, cefaleia e/ou enxaqueca; crises de sudorese, palpitações, distúrbios gastrointestinais, transtornos alimentares, imunodeficiência); psíquicos (dificuldade para se concentrar; diminuição da memória; tendência a ruminar pensamentos, lentidão do pensamento); emocionais (irritação, agressividade, desânimo, ansiedade, depressão); comportamentais (perda da iniciativa, inibição, desinteresse, tendência ao isolamento, negligência ou escrupulosidade excessiva, falta de interesse pelo trabalho e/ou lazer, adoção de uma rotina cada vez mais estreita, falta de flexibilidade). É comum o sentimento de auto depreciação, de culpa, ou a adoção de uma compensação mediante um processo inverso, adotando uma conduta de superioridade e/ou onipotência, pela queda da autoestima e da confiança em si mesmo (BENEVIDES-PEREIRA et al., 2009).

Se Burnout em profissionais da área da saúde é uma questão já consolidada em diferentes estudos pode-se pensar que Burnout em estudantes da área da saúde também se mostre uma questão relevante e diferenciada. Estes, além dos estressores típicos do ensino, atuam diretamente com pessoas, não raras vezes carregando consigo os problemas e conflitos encontrados nos pacientes (CARLOTTO et al., 2006).

O início de Burnout pode se dar já durante a fase acadêmica, no período de preparação para o trabalho. Estudos têm demonstrado que o Burnout pode começar durante o período de formação e prosseguir durante a vida profissional (CARLOTTO et al., 2006).

Assim, esta revisão integrativa objetivou analisar a prevalência da síndrome de Burnout e identificar os fatores associados entre os estudantes de Medicina em Instituições de Ensino Superior.

## Metodologia

Trata-se de revisão integrativa que reúne publicações disponíveis sobre a síndrome de Burnout em estudantes de cursos de Medicina no território brasileiro, disponíveis em bases de dados indexadas. A revisão integrativa é um método de análise amplo com o propósito de obter maior compreensão sobre o tema investigado, seguindo um padrão rigoroso de forma que o leitor consiga identificar as reais características do estudo apresentado. Em uma revisão integrativa existe seis etapas sucessivas que devem ser seguidas.

### Primeira Etapa: Seleção da questão norteadora

A questão norteadora para este trabalho foi: quais as evidências científicas publicadas nos últimos cinco anos que identificaram fatores desencadeantes e complicações associadas à síndrome de Burnout em acadêmicos de cursos de Medicina?

### Segunda Etapa: critérios para a seleção da amostra

Esta etapa constituiu-se pela seleção de publicações da literatura científica, no período de janeiro 2012 a maio de 2017 apenas no idioma português, nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Na BVS é possível realizar uma busca simultânea das publicações relevantes nas principais bases de dados científicos no campo nacional: SciELO (*Scientific Electronic Library Online*), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), BDEFN (Base de dados em Enfermagem), Cochrane Brasil, além da busca em bases de dados internacionais, como *National Institutes of Health's National Library of Medicine* (PubMed).

Os demais critérios de inclusão foram: resumos disponíveis nas bases de dados selecionadas, textos completos com acesso de forma *online* e gratuito, artigos publicados cuja metodologia adotada permitissem obter evidências sobre a prevalência da síndrome de Burnout em estudantes de cursos de Medicina, sejam por meio de ensaios clínicos randomizados ou não, estudos de coorte ou caso controle, revisões sistemáticas ou estudos descritivos. Os critérios de

exclusão foram: aqueles publicados fora do período determinado, resumos que não versavam sobre o tema, resumos que não possuíam o trabalho científico na íntegra ou de acesso restrito a assinantes.

### *Terceira Etapa: categorização dos estudos*

Para a busca dos artigos na BVS foram utilizadas três palavras chaves indexadas nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Burnout, esgotamento ocupacional, estudantes de Medicina. Os cruzamentos entre os descritores selecionados foram por meio do operador booleano AND.

Foram coletados os artigos na base de dados já especificada, sendo encontrados 418 artigos, que por passar por todo processo de filtragem, obteve-se 116 artigos no total, onde foi realizada a leitura do título e do resumo aplicando os critérios de inclusão e exclusão previamente definido. Aqueles artigos que não atenderam aos objetivos propostos nessa revisão integrativa ou não estavam no período escolhido para análise foram excluídos.

Após a primeira etapa de exclusão, realizou-se a leitura minuciosa dos artigos na íntegra, eliminando 109 artigos que não se adequaram aos objetivos propostos e não atenderam a questão norteadora, definindo assim a amostra desse estudo 7 artigos.

Desse modo, com essa triagem, os artigos, bem como os dados obtidos neles foram expostos em quadros para uma melhor organização, auxiliando a distribuição dos dados a fim de discutir os resultados encontrados em categorias.

### *Quarta Etapa: análise dos dados*

Para a análise dos dados foi realizada uma avaliação crítica em busca de informações sobre o tema e explicações para os resultados diferentes ou contrários, afim de permitir a discussão dos resultados encontrados no estudo.

Para uma melhor análise crítica dos artigos pré-selecionados, foi aplicado o instrumento AHRQ, desenvolvido pela *Agency for Health care and Research and Quality*, com o objetivo de inferir a qualidade metodológica dos estudos incluídos nesta revisão integrativa.

O AHRQ é uma avaliação que classifica os estudos em 6 níveis de acordo com o nível de evidência: (1) revisão sistemática ou metanálise; (2) ensaios clínicos randomizados; (3) ensaios clínicos sem randomização; (4) estudos de coorte e de caso-controle; (5) revisão sistemática de estudos descritivos e qualitativos e (6) único estudo descritivo ou qualitativo.

Para as avaliações do AHRQ, seguiu-se as seguintes etapas: identificação do artigo original, as características metodológicas do estudo e a avaliação dos resultados selecionados nesta revisão.

### *Quinta Etapa: interpretação dos resultados*

A apresentação dos resultados e discussão dos dados obtidos foi feita de forma descritiva, possibilitando ao leitor a avaliação da aplicabilidade da revisão integrativa elaborada, de forma a atingir o objetivo desse método, ou seja, impactar positivamente na identificação da prevalência da

síndrome de Burnout em estudantes de cursos de Medicina, com vistas a identificar fatores que predispõe o risco da síndrome.

### *Sexta Etapa: apresentação da revisão*

Uma vez que a revisão integrativa visa sintetizar dados e servir de alicerce para novas pesquisas, os resultados encontrados durante o trabalho serão apresentados em tabelas/quadros para sistematizar os dados.

Os artigos encontrados foram numerados conforme a ordem de localização, e os dados foram analisados seguindo os seus conteúdos, pela estatística descritiva, foi apresentado em forma de quadros e tabelas.

## **Resultados e discussões**

Após a análise do conteúdo e interpretação das informações foi feita a categorização de cada estudo. Sendo distribuídos e apresentados sob forma de quadro os dados obtidos.

Após realizar a leitura dos títulos e resumos dos trabalhos encontrados, sendo incluídos na amostra 2 artigos publicados na Língua Portuguesa e 5 artigos publicados na língua inglesa, no período entre 2012 a 2017, disponíveis online e na íntegra. Sendo excluídos os artigos publicados fora do período determinado e cujo o tema não se refere ao tema central desta pesquisa.

Foram obtidos 7 artigos na composição da amostra (quadro 1) desta revisão integrativa, após critérios de inclusão e exclusão, sendo extensamente analisados e agrupados de acordo com a temática abordada. O quadro 2 apresenta a síntese dos trabalhos incluídos na revisão integrativa.

De acordo com o trabalho realizado por Costa et al (2012), apresentou uma prevalência de síndrome Burnout em 10,3% entre os estudantes, número que se assemelha ao trabalho de Almeida & Souza (2016) que mostrou uma prevalência de 14,9%.

Observou-se também em Costa et al (2012), uma grande quantidade de alunos com altos níveis de stress, mas que não se enquadraram nos critérios diagnósticos (37%), número também semelhante ao trabalho de Almeida & Souza (2016), que foi de 26%.

Em relação a fase do curso, os trabalhos de Costa et al (2012) e Almeida & Souza (2016), mostram que não houve diferença significativa entre a prevalência da síndrome Burnout e o ciclo do curso estudado, divergindo do trabalho de Paro et al (2014) que mostrou uma maior prevalência durante a última fase do curso.

No trabalho realizado por Costa et al (2012), os fatores associados mais significativamente associados ao Burnout foram a falta de confiança na aquisição de habilidades, sentir desconfortável em atividades acadêmicas e não ver o curso como fonte de prazer.

Segundo Paro et al (2014) e Querido et al (2016), o sexo feminino é um fator significativo para altos níveis de stress.

Segundo Querido et al (2016), a análise do questionário subjetivo aplicado, mostrou que vulnerabilidade, instabilidade emocional, pró sociabilidade, competência e abertura se associaram mais fortemente ao stress.

Quadro 1 – Síntese dos trabalhos incluídos na revisão integrativa.

Autores	Nome do Artigo	Ano de Publicação	Objetivo
Pereira, M. A. D., Barbosa, M. A., Rezende, J. C., & Damiano, R.F.	Medical student stress: an elective course as a possibility of help (E1)	2015	Mostrar as repercussões de um curso eletivo que e foi proposto como uma possibilidade para ajudar os alunos.
Pagini, D., & Queiroz, V.	Influence of <i>Burnout</i> and sleep difficulties on the quality of life among medical students (E2)	2015	Avaliar a influência das dimensões do <i>Burnout</i> e das dificuldades do sono na qualidade de vida dos escolares de fase pré-clínica.
Costa, E.F.D.O., Santos, S.A., Santos, A.T.R.D.A., Melo, E.V.D., & Andrade, T.M.D.	<i>Burnout</i> Syndrome and associated factores among medical students: a cross-sections study (E3)	2012	Avaliar a prevalência e os níveis de síndrome de <i>Burnout</i> entre estudantes de medicina da Universidade Federal de Sergipe-Brasil e identificar fatores associados
Mori, M.O., Valente, T.C. O., & nascimento, L.F.C.	Síndrome de <i>Burnout</i> e Rendimento Acadêmico em Estudantes da Primeira à Quarta Série de um Curso de Graduação em Medicina. (E4)	2012	Investigar a associação entre a Síndrome de <i>Burnout</i> e o desempenho acadêmico de estudantes da primeira à quarta série de um curso de graduação em Medicina.
Querido, I.A., Naghettini, A.V., Orsine, M.R.D.C.A., Bartholomeu, D., & Montiel, J.M.	Factors associated with stress in medical school (E5)	2016	Identificar a ocorrência de estresse, traços de personalidade e repertório de habilidades sociais de estudantes de Medicina de duas escolas médicas no Tocantins no período do internato.
Almeida, G.D.C., Souza, H.R.D., Almeida, P.C.D, Almeida, B.D.C., & Almeida, G.H.	The prevalence of <i>Burnout</i> syndrome in medical students (E6)	2016	Determinar a prevalência de síndrome de <i>Burnout</i> em estudantes de medicina do primeiro ao oitavo semestre de uma universidade.
Paro, H.B., Silveira, P.S., Perotta, B., Gannam, S., Enns, S.C., Giaxa, R.R., et al.	Empathy among medical students is there a relation with quality of life and <i>Burnout</i> (E7)	2014	Avaliar a empatia dos estudantes de medicina e suas associações com gênero, estágio da faculdade de medicina, qualidade de vida e <i>Burnout</i>

Quadro 2 – Apresentação dos artigos da amostra da revisão integrativa: Metodologia, Resultados e conclusões.

Artigo	Metodologia	Nível de Evidência	Resultados	Conclusões
E 1	Trata-se de uma pesquisa qualitativa na modalidade estudo de caso.	Nível 4	Os resultados mostraram que o curso contribuiu positivamente para a vida acadêmica dos alunos: 67% relataram menos sintomas de estresse ao final do curso; 76% adotaram novas estratégias de enfrentamento; E 90% consideraram que esta atividade de aprendizado foi útil para identificar estressores e compartilhar com colegas.	O curso eletivo produziu benefícios para os alunos, representando a aprendizagem teórico-prática e uma oportunidade de reflexão e autoconhecimento, que causou mudanças psicológicas, comportamentais e de estilo de vida. Recomenda-se a realização de mais estudos sobre este tema.
E 2	Trata-se de uma pesquisa qualitativa na modalidade estudo de caso.	Nível 4	A saúde física diminuiu quando a exaustão emocional e as dificuldades de sono aumentaram. O bem-estar psicológico também diminuiu quando o cinismo e as dificuldades de sono aumentaram. As dificuldades de esgotamento e sono em conjunto explicaram 22 e 21% da variação no bem-estar físico e psicológico, respectivamente. Por outro lado, a saúde física, o bem-estar psicológico e as relações sociais aumentaram quando o senso de eficácia acadêmica aumentou. O bem-estar físico e psicológico está negativamente associado com exaustão emocional, cinismo e dificuldades de sono em estudantes na fase inicial da escola de medicina.	Nossos resultados destacam a influência do <i>Burnout</i> e das dificuldades do sono na qualidade de vida dos estudantes de medicina pré-clínica. Neste estudo, saúde física e bem-estar psicológico foram encontrados para ser afetados pelo <i>Burnout</i> e dificuldades de sono.
E3	Estudo transversal com escolares selecionados aleatoriamente	Nível 4	A prevalência de <i>Burnout</i> foi de 10,3% (n = 369). A prevalência foi maior entre aqueles que não tinham confiança em suas habilidades clínicas (OddsRatio-OR = 6,47), aqueles que se sentiam desconfortáveis com as atividades do curso (OR = 5,76) e aqueles que não viam o curso como uma fonte de prazer (OR = 4,68)	Houve uma prevalência significativa de <i>Burnout</i> entre os estudantes de medicina estudados. Três variáveis, em particular, estavam associadas ao <i>Burnout</i> e estavam diretamente relacionadas ao processo de educação médica. Devem ser adotadas medidas preventivas e de intervenção e devem ser realizados estudos longitudinais para estabelecer quais variáveis mostram verdadeiras relações causais com a síndrome de <i>Burnout</i> nesta população.
E4	A pesquisa foi descritiva e retrospectiva	Nível 4	Os resultados apresentados mostram que, no curso estudado, o comprometimento emocional dos alunos variou conforme a série, com diferenças significativas para os componentes da síndrome entre alunos com notas acima e abaixo da média, sendo o primeiro ano o mais afetado.	Houve associação entre a síndrome e o rendimento acadêmico dos estudantes em disciplinas da primeira e da segunda série. Estudos longitudinais são imprescindíveis para confirmar as tendências encontradas e esclarecer a interferência de fatores que não puderam ser abordados neste estudo, considerado preliminar.
E5	Trata-se de um estudo transversal, descritivo, com abordagem quantitativa.	Nível 4	Identificou-se que boa parte da população estudada apresentava estresse e numa fase potencialmente adoecedora. Evidenciou-se também que a maioria das respostas dos alunos indicava cansaço físico, extensa carga horária, ambiente profissionais estressados como pontos potenciais de estresse.	As análises correlacionais realizadas sugerem que o fator neuroticismo e as facetas nível de comunicação e confiança nas pessoas são diferentes nas pessoas com estresse. Esse aspecto e a dificuldade de expressar afetos positivos indicam uma das direções quanto aos fatores predisponentes ao desenvolvimento de estresse no estudante de Medicina. Aliam-se características de personalidade, que indicam uma tendência de comportamento, a uma das fases mais tensas do curso médico (internato).

E6	Estudo descritivo, quantitativo e descritivo	Nível 4	Alta prevalência geral de síndrome <i>Burnout</i> (14,9%). Dos restantes 85,1% dos participantes que não preencheram os critérios de síndrome <i>Burnout</i> , 24,7% tinham um alto risco de desenvolver. A doença não parecia piorar à medida que os alunos se aproximaram de graduação, como foi relatado na literatura. A amostra foi distribuída uniformemente entre os semestres e gêneros e foi composta principalmente por jovens, com predominância nos seguintes grupos: 21-25 anos (57%), sexo feminino (58,9%), único (96,5%), E prosseguindo alguma atividade extracurricular (51,9%). Mais de 99% nunca falharam academicamente. Não houve associação significativa entre BS e renda familiar, sexo, filhos, atividades extracurriculares, estado civil ou situação de vida.	A psicopedagogia deve ser implementada para abordar a alta prevalência de <i>Burnout</i> em estudantes de medicina.
E7	estudo multicêntrico que inclui 22 escolas médicas brasileiras.	Nível 4	De um total de 1.650 alunos selecionados aleatoriamente, 1.350 (81,8%) preencheram todos os questionários. As alunas experimentaram mais sofrimento pessoal do que seus colegas do sexo masculino ( $p < 0,05$ ; $d \geq 0,5$ ). As alunas tiveram escores ligeiramente inferiores quanto à qualidade de vida física e psicológica do que os estudantes do sexo masculino ( $p < 0,05$ ; $d < 0,5$ ). As estudantes do sexo feminino obtiveram pontuações mais elevadas na exaustão emocional e menor na despersonalização do que os homens ( $p < 0,001$ ; $d < 0,5$ ). Os alunos do estágio final da faculdade de medicina tiveram escores ligeiramente mais altos de exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal ( $p < 0,05$ ; $f < 0,25$ ). O sexo ( $\beta = 0,27$ ; $p < 0,001$ ). A despersonalização foi associada com menor preocupação empática ( $\beta = -0,18$ ) e perspectiva ( $\beta = -0,14$ ) ( $p < 0,001$ ). A realização pessoal foi associada à maior tomada de perspectiva ( $\beta = 0,21$ ; $p < 0,001$ ) e menor sofrimento pessoal ( $\beta = -0,26$ ; $p < 0$ ).	Os estudantes de medicina do sexo feminino exibiram percepções mais baixas da qualidade de vida física e psicológica e maior exaustão emocional do que os estudantes do sexo masculino. Observamos a presença de <i>Burnout</i> em estudantes de medicina em todas as etapas da educação médica e maior exaustão emocional e despersonalização nos últimos anos da faculdade de medicina. Entre todas as variáveis analisadas, a realização pessoal manteve a associação mais importante com a diminuição do sofrimento pessoal e também foi uma variável de previsão para a tomada de perspectiva.

Quadro 3 – Distribuição dos artigos da revisão integrativa analisados em categorias.

Nome do Artigo	Ano de Publicação	Categoria
Medical student stress: an elective course as a possibility of help	2015	Intervenção
Influence of <i>Burnout</i> and sleep difficulties on the quality of life among medical students	2015	Influência do <i>Burnout</i> na qualidade de vida dos estudantes.
<i>Burnout</i> Syndrome and associated factors among medical students: a cross-sections study	2012	Fatores associados e prevalência
Síndrome de <i>Burnout</i> e Rendimento Acadêmico em Estudantes da Primeira à Quarta Série de um Curso de Graduação em Medicina.	2012	Prevalência
Factors associated with stress in medical school	2016	Fatores associados
The prevalence of <i>Burnout</i> syndrome in medical students	2016	Prevalência
Empathy among medical students is there a relation with quality of life and <i>Burnout</i>	2014	Fatores associados e prevalência

A maioria da população estudada, apresentou cansaço físico, extensa carga horária, ambiente e profissionais estressados.

De acordo com Querido et al (2016), como fator protetor ao stress encontrou-se, constata necessidade de se sentir seguro e a tendência de encarar os transtornos como desafio e não como dificuldade. Já Costa et al (2012) apresenta altas notas como fator de resistência. Conforme Paro et al (2014), a satisfação pessoal dos alunos está relacionada com a maior perspectiva de tomadas e a menor disposição de angústia social.

Em relação a Influência do *Burnout* na qualidade de vida dos estudantes, o trabalho do Pagini & Queiroz (2015) mostrou que as dimensões de *Burnout* e as dificuldades de sono foram relacionadas a uma diminuição do bem-estar psicológico e da saúde física entre estudantes de medicina na fase pré-clínica. No domínio da saúde física, os alunos obtiveram pior resultado quando o cansaço emocional e as dificuldades de sono aumentaram. O trabalho relata que a

qualidade de vida em estudantes de medicina é considerada afetada por dificuldades de *Burnout* e sono, porém, o impacto quantitativo é desconhecido.

Considerando a parte de intervenção, o trabalho do Pereira (2015) mostrou que do total 76 de alunos, 67,1% responderam que seus sintomas de estresse diminuíram até o final do curso. A porcentagem de estudantes em desacordo foi pequena, e considerando que todas as declarações mostraram mudanças favoráveis, pode-se concluir que a intervenção foi benéfica para os alunos. A maioria dos participantes (90%) considerou que o curso foi útil, com 43% de alunos afirmando que reforçou os conceitos e melhorou suas práticas de enfrentamento ao estresse.

## Considerações Finais

A partir dos resultados da revisão, constatou-se que o ensino médico se configura como um ambiente que pode apresentar condições desfavoráveis e potencializadoras do esgotamento pessoal e do estresse ocupacional nos estudantes.

Foi possível identificar que os fatores psicossociais do ambiente acadêmico e sintomas associados aos estressores ocupacionais, como a falta de confiança na aquisição de habilidades, sentir desconfortável em atividades acadêmicas e não ver o curso como fonte de prazer.

Evitar o Burnout em alunos de medicina tem uma grande importância, visto que isso influenciara seu desempenho escolar e conseqüentemente profissional, por isso é fundamental que as Universidades assumam como prioridade a promoção do bem-estar geral dos estudantes.

## Referências

- ALMEIDA, G. D. C; SOUZA, H. R. D; ALMEIDA, P. C. D; ALMEIDA, B. D. C; ALMEIDA, G. H. The prevalence of Burnout syndrome in medical students. **Archives of Clinical Psychiatry** (São Paulo). 2016, 43(1): 6-10.
- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T; GONÇALVES, M. B. Transtornos emocionais e a formação em Medicina: um estudo longitudinal. **Revista Brasileira de Educação Médica**. 2009; 33(1): 10-23.
- BORGES, A. M. B; CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout e fatores de estresse em estudantes de um curso técnico de enfermagem. **Aletheia**. 2004; 19: 45-56.
- CARLOTTO, M. S; NAKAMURA, A. P; CÂMARA, S. G. Síndrome de Burnout em estudantes universitários da área da saúde. **Psico** (Porto Alegre). 2006; 37(1): 57-62.
- COSTA, E. F. D. O; SANTOS, S. A; SANTOS, A. T. R. D. A; MELO, E. V. D; ANDRADE, T. M. D. Burnout Syndrome and associated factors among medical students: a cross-sectional study. **Clinics**. 2012; 67(6): 573-580.
- FONTE, C. M. S. D. **Adaptação e validação para português do questionário de Copenhagen BurnoutInventory (CBI)**. Master'sthesis (2011).
- MORI, M. O; VALENTE, T. C. O; NASCIMENTO, L. F. C. Síndrome de Burnout e rendimento acadêmico em estudantes da primeira à quarta série de um curso de graduação em medicina. **Rev. Bras. Educ. Méd.** 2012; 36(4): 536-540.
- PAGININ, D; QUEIROZ, V. Influence of Burnout and sleep difficulties on the quality of life among medical students. **SpringerPlus**. 2015; 4(1): 676.
- PARO, H. B. M. S et al. Empathy among medical students: is there a relation with quality of life and Burnout? **PLoS One**. 2014; 9(4): e94133.
- PEREIRA, M. A. D; BARBOSA, M. A; REZENDE, J. C; DAMIANO, R. F. Medical student stress: an elective course as a possibility of help. **BMC research notes**. 2015; 8(1): 430.
- QUERIDO, I. A; NAGHETTINI, A. V; ORSINE, M. R. D. C. A; BARTHOLOMEU, D; MONTIEL, J. M. Factors Associated with Stress in Medical School. **Revista Brasileira de Educação Médica**. 2016; 40(4): 565-573.
- VIANA, G. M et al. Relação entre síndrome de Burnout, ansiedade e qualidade de vida entre estudantes de ciências da saúde. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**. 2014; 12(1): 876-885.