



EPIDEMIOLOGIA DE BURNOUT ENTRE OS ESTUDANTES DE MEDICINA

RONALDY PEDRO VIEIRA DE SOUZA SILVA; EDUARDA LAÍS BELARMINO MOURA

Introdução: O equilíbrio entre a vida acadêmica e pessoal é fundamental para o desenvolvimento do profissionalismo estudantil e médico. Dados epidemiológicos de saúde mental mostram que mais de 20% dos estudantes de medicina sofrem de distúrbios psicológicos e/ou apresentam problemas de saúde mental. Burnout é “uma síndrome conceptualizada como resultante de stress crônico no local de trabalho que não foi gerido com sucesso”. Existem três domínios fundadores do Burnout: exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal. Sob esse viés, a síndrome de Burnout e a qualidade de vida (QV) estão inter-relacionadas e esse paradigma é crescente entre brasileiros, com 393 casos notificados em 2023. **Objetivo:** Analisar os casos da síndrome de Burnout entre os discentes de medicina. **Metodologia:** Caracteriza-se como uma pesquisa bibliográfica na plataforma National Library of Medicine (PubMed), considerando artigos publicados nos últimos cinco anos. Os descritores utilizados foram: “epidemiology”; “burnout”; “medical students”. Outrossim, analisaram-se dados do Departamento de Informática do Sistema Único de Saúde do Brasil (DATASUS). **Resultados:** Constata-se que o Burnout entre acadêmicos de medicina é frequente e significativamente relacionado à alta carga de trabalho e outros fatores da vida profissional - conforme pesquisas, de cinquenta e nove estudantes, 28,2% apresentaram Burnout. A análise multivariada mostrou que a resiliência foi um fator de proteção ($p < 0,001$), além da idade mais avançada, ser casado(a) ou ter melhor desempenho acadêmico. A média de idade da amostra total foi de 23,8 ($\pm 4,0$) anos; 57,9% eram mulheres, 54,1% pardos e 79,4% heterossexuais. Ao analisar a efetividade de exercícios físicos (aeróbicos e de força) na atenuação de Burnout, percebeu-se redução do cinismo em 21,1%, ineficácia em 13,1% e exaustão em 31,0% no grupo de exercícios aeróbicos. O grupo de exercícios de força reduziu o cinismo em 27,4%, ineficácia em 21,7% e exaustão em 19,6%. **Conclusão:** O Burnout impacta comprovadamente a saúde mental de muitos estudantes de medicina. A resiliência parece ser um fator protetor e o exercício físico destaca-se na redução do esgotamento e no aumento da qualidade de vida dos acadêmicos.

Palavras-chave: **EPIDEMIOLOGIA; BURNOUT; ESTUDANTES DE MEDICINA; EQUILÍBRIO; SAÚDE MENTAL**