

CAPÍTULO 81

DOI: 10.4322/978-65-995353-8-3-081

SÍNDROME DE *BURNOUT* EM ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO NARRATIVA

Fernando Antônio Ramos Schramm Neto¹, Carolina Dourado de Faria², Márcia Luísa Monteiro Cunha³, Carlos Eduardo da Silva-Barbosa⁴, Maria Grasielle dos Anjos Gois⁵, Ariana Pinheiro Caldas⁶, Lucas Furlan Cirqueira de Souza⁷, Beatriz Soares Garcia Rosa⁸, Anny Rafaelle Ramos Gomes⁹, Lahyse de Oliveira e Oliveira¹⁰, Roseliny de Moraes Martins Batista¹¹, Luiz Carlos Pereira de Sousa¹², Yasmin de Fátima Vilasboas Alcântara¹³, Antônio Lucas Farias da Silva¹⁴, Geísa de Moraes Santana¹⁵

¹Universidade Salvador (UNIFACS), fernando78541@hotmail.com

²Universidade Salvador (UNIFACS), carolinain11@gmail.com

³Universidade Salvador (UNIFACS), marcialmcunha@gmail.com

⁴Universidade do Grande Rio (UNIGRANRIO), cedsbzs@gmail.com

⁵Universidade Salvador (UNIFACS), mariaanjsgois@gmail.com

⁶Universidade Vale do Rio Doce, ariana.caldas@univale.br

⁷Universidade de Uberaba, lucasfurlan7@hotmail.com

⁸UNIFTC, lubiasoares@hotmail.com

⁹Universidade de Cuiabá (UNIC), anny_rafaelle@hotmail.com

¹⁰Universidade Salvador (UNIFACS), lahyseoliveira@gmail.com

¹¹Universidade Ceuma, roselinymartins@hotmail.com

¹²Centro Universitário de Patos (UNIFIP), luizcarlosperreira.15@gmail.com

¹³Universidade Salvador (UNIFACS), yasminvilasboas2014@gmail.com

¹⁴Centro Universitário Unifacid, lucas1992farias@gmail.com

¹⁵Universidade Estadual do Piauí, geisasantana97@gmail.com

Resumo

Objetivo: Revisar na literatura acerca das relações existentes da Síndrome de *Burnout* (SB) em estudantes de Medicina. **Método:** Foi realizada uma revisão narrativa de literatura. As bases de dados bibliográficos utilizadas foram PubMed, SciELO e LILACS. Os seguintes descritores foram usados na pesquisa: “*Burnout syndrome*”, “*Medical students*”, “*Causes*”. Foi utilizado o operador booleano “AND” para auxiliar nas buscas. Fez-se seleção dos estudos



compreendidos durante o período de 1996-2021, nos idiomas em inglês e português. **Resultados e Discussão:** Estudos presentes na literatura indicam que, em virtude da alta complexidade que envolve o curso de Medicina, a exemplo da elevada carga horária, avaliações constantes, fracassos com objetivos das matérias, dentre outros, a SB se mantém com uma alta prevalência em graduandos deste curso, quando em comparação a outras grades curriculares. Como consequências, podem ser citadas desde o uso de drogas ilícitas, que possuem como objetivo o escape momentâneo do estresse causado pela SB, bem como, em casos mais extremos, a prática suicida. **Conclusão:** A SB constitui-se como um grave problema de saúde pública, abrangendo não só o campo físico, como também o psicológico. Para acadêmicos de Medicina, esta síndrome se mantém com alta prevalência, o que deve ser observado pelos coordenadores dos centros educacionais correspondentes, para que medidas adequadas possam ser tomadas no combate desta enfermidade.

Palavras-chave: Esgotamento Profissional; Esgotamento Psicológico; Estudantes.

Área Temática: Saúde Pública.

E-mail do autor principal: fernando78541@hotmail.com

1 INTRODUÇÃO

A Síndrome de *Burnout* (SB) pode ser considerada como um conjunto de sinais e sintomas resultante de estresse persistente, relacionado ao trabalho de caráter excessivo (CARLOTTO, 2002). Tal condição clínica é oriunda de uma constante e repetitiva pressão emocional, muitas vezes associada ao envolvimento frequente e intenso com outras pessoas, durante um período prolongado (CARLOTTO; PALAZZO, 2006). É comum observar uma alta taxa de prevalência da SB em indivíduos inseridos em profissões, sejam elas temporárias ou permanentes, que são associadas à necessidade constante de se manter “ativo” no trabalho, exigindo esforço físico e mental, tais como professores, bombeiros, bancários, enfermeiros, médicos, dentre outros (MORENO *et al.*, 2011).

Apesar de ser uma condição majoritariamente psicológica, a SB pode induzir o surgimento de comprometimento físico secundário ao acometimento emocional do indivíduo (CARLOTTO; CÂMARA, 2008). Alguns exemplos de manifestações físicas oriundas da SB são o emagrecimento, dores musculares, fadiga, palpitações e queda capilar (CARLOTTO, 2002). Associado a estes fatores, podem surgir sentimentos de fracasso e derrota, negatividade, e, muitas vezes, depressão, o que também afeta de forma negativa o trabalho exercido por tais indivíduos (MORENO *et al.*, 2011). A Tabela 1 mostra as principais manifestações clínicas relacionadas à SB, bem como as suas consequências no âmbito do trabalho.

Tabela 1. Sintomatologia da Síndrome de Burnout e as consequências mais comuns ao trabalho

SINTOMATOLOGIA	CONSEQUÊNCIAS
----------------	---------------

Desânimo	Diminuição do dinamismo no exercício do trabalho
Intolerância	Qualidade ausente e/ou diminuída na função exercida
Dificuldades de memorização	Ausência de estímulos ao próprio indivíduo, como também aos demais funcionários
Falta de atenção	Rendimento ausente e/ou diminuído
Desinteresse	Aumenta-se a exigência para o próprio indivíduo, como também para os demais funcionários
Irritabilidade	Ausência de diálogos e/ou diálogos agressivos contra os demais funcionários
Diminuição da capacidade de concentração	Falta de planejamento de atividades externas e/ou novas metodologias de trabalho
Ausência de motivação	Dificuldade de realizar o que havia sido planejado inicialmente, e/ou em planejar
Fadiga	Redução de horários de trabalho
Crises de ansiedade	Insônia e mal exercício do trabalho

Fonte: Adaptado de Lima *et al.* (2018)

Tratamentos atuais para a SB envolvem um processo constante de terapia psicológica, e, a depender da gravidade do quadro clínico do paciente, podem estar associados com a prescrição de ansiolíticos e antidepressivos, por exemplo (MORENO *et al.*, 2011). Somado a isso, recomenda-se que o indivíduo acometido pela patologia se afaste por tempo indeterminado do seu campo de trabalho, visando diminuir o contato com a etiologia da SB (CARLOTTO; CÂMARA, 2008).

Contudo, apesar da SB afetar mais comumente profissionais do campo trabalhista, tem se observado um crescimento exponencial de sua presença em estudantes, sobretudo aqueles da área de Medicina, nos últimos anos (MORI; VALENTE; NASCIMENTO, 2012). De acordo com dados da última década, a prevalência da SB em graduandos da área médica se tornou tão significativa que pode ser até mesmo comparada com a prevalência da enfermidade em

profissionais já formados (MORI; VALENTE; NASCIMENTO, 2012). Como consequência, tais indivíduos acabam recorrendo, muitas vezes, a métodos extremos para diminuir a sintomatologia associada à SB, tais como uso de drogas ilícitas, e no pior dos casos, suicídio (MORI; VALENTE; NASCIMENTO, 2012).

Portanto, o objetivo deste trabalho é revisar, na literatura, acerca dos trabalhos divulgados sobre os possíveis mecanismos envolvidos, que atuam como causa e consequência, da alta prevalência da SB em estudantes de Medicina.

2 MÉTODO

O presente estudo constitui uma revisão narrativa da literatura sobre os possíveis fatores envolvidos na relação entre o número de casos de Síndrome de *Burnout* em estudantes de Medicina. Os dados foram obtidos por meio de levantamento bibliográfico entre janeiro e fevereiro de 2022, e a revisão foi conduzida entre fevereiro e março de 2022. Como critério de inclusão, fez-se seleção das publicações compreendidas entre o período de 1996-2021, nos idiomas inglês e português. Já, como critérios de exclusão, foram considerados materiais audiovisuais, cartas ao editor e estudos ainda em andamento. Os descritores em inglês utilizados para o cruzamento foram: “*Burnout syndrome*”, “*Medical students*”, “*Causes*”. O operador booleano “AND” foi usado para auxiliar nas pesquisas. As bases de dados eletrônicas utilizadas para a pesquisa foram PubMed, SciELO e LILACS, bem como livros publicados sobre o tema. Foram encontrados 200 resultados após as buscas realizadas nas bases de dados bibliográficas citadas, sendo que apenas 10 estudos foram selecionados para atuarem como referências deste trabalho.

É importante destacar que o estudo se pautou nas características de uma revisão narrativa. Dessa forma, não foi desenvolvido com base em um questionamento específico, de forma sistematizada, mas sim em tema amplo com seleção de informações em publicações gerais sobre o assunto para atualizar o conhecimento do leitor acerca desta temática. Portanto, durante o critério de seleção das fontes para esse trabalho, um autor ficou responsável por realizar uma leitura dos títulos e resumos dos principais estudos encontrados nas buscas, de forma a selecionar determinadas obras para servirem como referências, enquanto que outro autor se responsabilizou por excluir possíveis duplicatas.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 Etiologias da síndrome de *burnout*

Alguns fatores associados ao estilo de vida do indivíduo podem ser desencadeantes da SB, atuando como agentes etiológicos. Um estudo conduzido por Hyeda *et al.* (2011), avaliou a prevalência da SB em um grupo de 57 funcionários de Enfermagem, com base na comparação de seus estilos de vida, como mostra a Tabela 2.

Tabela 2. Correlação entre a prevalência da SB e características do estilo de vida

CARACTERÍSTICAS	COM <i>BURNOUT</i>	SEM <i>BURNOUT</i>
Número de funcionários	36	21
IDADE (MÉDIA)	35,9	37,8
≤30	16 (44,5%)	12 (41,9%)
>30	20 (55,5%)	17 (58,6%)
SEXO		
Masculino	1 (2,8%)	2 (6,9%)
Feminino	35 (97,2%)	27 (93,1%)
ESTADO CIVIL		
Mora com parceiro	19 (52,7%)	15 (51,7%)
Mora sozinho	17 (47,3%)	14 (48,3%)
FILHOS		
Com	17 (47,3%)	10 (34,3%)
Sem	19 (52,7%)	19 (65,5%)
TEMPO DE TRABALHO NO		

SERVIÇO ≤ 2 anos	20 (55,5%)	15 (51,7%)
2 a 10 anos	2 (5,5%)	3 (10,3%)
>10 anos	14 (39%)	11 (38%)

Fonte: Adaptado de Hyeda *et al.* (2011)

Os resultados apontaram para a relação entre o desenvolvimento da SB e alguns fatores de risco. O perfil médio dos 36 funcionários que relataram ter a SB é: indivíduo do sexo feminino, com idade média de 35,9 anos, morando com o parceiro, sem filhos, e com tempo de trabalho no serviço ≤ 2 anos. Já para os 21 funcionários que apresentaram resultados negativos à SB, o perfil traçado com base nos resultados presentes na tabela é: indivíduo do sexo feminino, com idade média de 37,8 anos, morando com parceiro, sem filhos, e com tempo de trabalho no serviço ≤ 2 anos.

É claro que alguns vieses devem ser levados em consideração, a exemplo da variável “Sexo”, que, embora tenha apresentado prevalência maior em ambos os grupos, é resultado da maioria dos funcionários serem mulheres. Não obstante, pode se concluir que a SB possui sua prevalência relacionada com aspectos do estilo de vida dos indivíduos acometidos.

3.2 Mecanismos da síndrome de *burnout* e sua influência em estudantes de medicina

Dentro das grades curriculares dos cursos oferecidos pelas faculdades brasileiras, o curso de Medicina se destaca por apresentar a carga horária mais extenuante, por se tratar de um processo de transformação gradual de acadêmicos em profissionais que lidam com vidas em risco (AGUIAR; AGUIAR; MERCÊS, 2018). Por conta disso, o nível de maturidade exigido durante a formação do graduando pode ser um entrave no desenvolvimento emocional, também necessário durante o período (MORI; VALENTE; NASCIMENTO, 2018).

Excesso de estudos, sentimento de frustração com fracasso em avaliações, cansaço físico com a alta carga horária de atividades práticas, são apenas algumas das causas apontadas como desencadeadoras do esgotamento emocional dos estudantes de Medicina pela literatura (AGUIAR; AGUIAR; MERCÊS, 2018). Tais causas, quando presentes de forma crônica e persistente, são interpretadas pelo corpo do indivíduo como estresse, o qual pode ser

subdividido em três mecanismos, ou fases: (I) de alerta, (II) resistência e (III) exaustão, como mostra o Quadro 1 (MORI; VALENTE; NASCIMENTO, 2012; CHAGAS *et al.*, 2016).

Quadro 1. Mecanismos da Síndrome de *Burnout*

FASES	CAUSAS	SINTOMAS
Fase de Alerta	Ocorre quando o indivíduo entra em contato com o elemento causador do estresse	Mãos e/ou pés frios, boca seca, dor estomacal, sudorese persistente
Fase de Resistência	Ocorre quando o corpo do indivíduo tenta resolver o problema, entrando em equilíbrio com esse ou eliminando-o	Problemas de memória, mal-estar generalizado, formigamento das extremidades
Fase de Exaustão	Ocorre quando o corpo, sem sucesso ao tentar resolver o problema, entra em estado de desequilíbrio, podendo surgir manifestações clínicas, que podem evoluir para doenças	Diarreias frequentes, dificuldades sexuais, insônia, problemas de pele, hipertensão arterial

Fonte: Autores, 2021

Juntos, esses mecanismos podem evoluir para um resultado comum denominado “estresse destrutivo”, que, posteriormente poderá desencadear a SB (MORI; VALENTE; NASCIMENTO, 2012). Como solução para “fugir” destas manifestações clínicas decorrentes dos mecanismos da SB, muitos graduandos acabam optando por escolhas que contribuem ainda mais para a degradação do corpo físico, embora causem uma sensação momentânea de prazer, a exemplo do uso de drogas ilícitas, como maconha e cocaína (Mori, Valente, Nascimento, 2012). Por fim, quando todas as alternativas não contribuem para uma melhoria do quadro induzido pela SB, o suicídio pode se tornar uma espécie de “opção final” pelo cérebro já “esgotado”, o que justifica a alta taxa de prevalência de suicídio entre acadêmicos da área da saúde (MORI; VALENTE; NASCIMENTO, 2012; PINTO *et al.*, 2018).

4 CONCLUSÃO

Portanto, a SB constitui-se com uma condição clínica que se caracteriza por afetar não somente profissionais do campo trabalhista, como também graduandos, especialmente os do curso de Medicina. Alguns fatores que contribuem para a elevada taxa de prevalência entre estes acadêmicos são o estresse crônico gerado pela alta demanda do curso, o sentimento de frustração resultante de fracassos em atividades ou avaliações, e a carga emocional associada ao processo de formação. Como resultado da exposição persistente a estas condições, podem

surgir outras consequências nefastas aos indivíduos acometidos, tais como uso de drogas ilícitas e, em casos mais extremos, a prática suicida.

É necessário que os coordenadores responsáveis pela manutenção dos cursos, de todos os centros de ensino da saúde do Brasil, realizem um diagnóstico a respeito dos principais motivos que levam tais estudantes ao desenvolvimento da SB, para que assim sejam feitas melhorias relativas ao andamento do curso, visando reduzir as taxas de prevalência da SB e suicídio entre os estudantes de Medicina do país.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Ramon Lucas Bomfim; AGUIAR, Márcia Cristina Maciel; MERCÊS, Magno Conceição. Síndrome de Burnout em estudantes de medicina de universidade da Bahia. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 7, n. 2, p. 267-276, 2018.

CARLOTTO, Mary Sandra. A síndrome de burnout e o trabalho docente. **Psicologia em estudo**, v. 7, p. 21-29, 2002.

CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil. **Psico**, v. 39, n. 2, 2008.

CARLOTTO, Mary Sandra; PALAZZO, Lílían dos Santos. Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 22, p. 1017-1026, 2006.

CHAGAS, Maria Karoline Souza *et al.* Ocorrência da Síndrome de Burnout em acadêmicos de medicina de instituição de ensino no interior de Minas Gerais. **Revista de Medicina e Saúde de Brasília**, v. 5, n. 2, 2016.

HYEDA, Adriano; HANDAR, Zuher. Avaliação da produtividade na síndrome de Burnout. **Rev Bras Med Trab**, v. 9, n. 2, p. 78-84, 2011.

LIMA, Carla Rabelo Corrêa *et al.* Prevalência da síndrome de burnout em médicos militares de um hospital público no Rio de Janeiro. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 16, n. 3, p. 287-296, 2018.

MORENO, Fernanda Novaes *et al.* Estratégias e intervenções no enfrentamento da síndrome de burnout. **Rev enferm UERJ**, v. 19, n. 1, p. 140-5, 2011.

MORI, Mariana Ono; VALENTE, Tânia Cristina O.; NASCIMENTO, Luiz Fernando C. Síndrome de Burnout e rendimento acadêmico em estudantes da primeira à quarta série de um curso de graduação em medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 36, p. 536-540, 2012.

PINTO, Priscilla Sarmiento *et al.* Síndrome de Burnout em estudantes de Odontologia, Medicina e Enfermagem: uma revisão da literatura. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, v. 6, n. 2, p. 238-248, 2018.