FAPAC - FACULDADE PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS
AFYA FACULDADE PORTO NACIONAL - TO
CURSO DE MEDICINA

ANNE KAROLINE PATRIOTA DANTAS DE OLIVEIRA
DANYELLA DORNELAS LACERDA SANTOS
ELLEN CARLA GONÇALVES ARANTES

SÍNDROME DE BURNOUT EM ACADÊMICOS DE MEDICINA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA SOBRE PREVALÊNCIA, FATORES ASSOCIADOS E IMPLICAÇÕES CLÍNICAS

PORTO NACIONAL-TO
2025

ANNE KAROLINE PATRIOTA DANTAS DE OLIVEIRA
DANYELLA DORNELAS LACERDA SANTOS
ELLEN CARLA GONÇALVES ARANTES

SÍNDROME DE BURNOUT EM ACADÊMICOS DE MEDICINA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA SOBRE PREVALÊNCIA, FATORES ASSOCIADOS E IMPLICAÇÕES CLÍNICAS

Projeto de pesquisa submetido ao Curso de Medicina da AFYA - Faculdade Porto Nacional , como requisito parcial para aprovação da disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso I.

Orientador: Dr. Marcus Vinicius Moreira Barbosa

PORTO NACIONAL-TO
2025

ANNE KAROLINE PATRIOTA DANTAS DE OLIVEIRA

DANYELLA DORNELAS LACERDA SANTOS
ELLEN CARLA GONÇALVES ARANTES

SÍNDROME DE BURNOUT EM ACADÊMICOS DE MEDICINA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA SOBRE PREVALÊNCIA, FATORES ASSOCIADOS E IMPLICAÇÕES CLÍNICAS

Projeto de pesquisa submetido ao Curso de Medicina da AFYA Faculdade de Porto Nacional como requisito parcial para aprovação da disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso I.

Aprovado em: 17/11/2025

Documento assinado digitalmente
gov.br
MARCUS VINICIUS MOREIRA BARBOSA
Data: 29/11/2025 10:21:38-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Professor: (Dr. Marcus Vinicius Moreira Barbosa)
Instituto Presidente Antônio Carlos

Documento assinado digitalmente
gov.br
TAYNARA AUGUSTA FERNANDES
Data: 29/11/2025 10:30:57-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Professor: (Ma. Taynara Augusta Fernandes)
Instituto Presidente Antônio Carlos

Documento assinado digitalmente
gov.br
CYNARA MONTEIRO CORREA
Data: 28/11/2025 22:46:41-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Professor: (Cynara Monteiro Corrêa)
Instituto Presidente Antônio Carlos

PORTO NACIONAL-TO
2025
RESUMO

A formação médica é marcada por elevada carga horária, exigência emocional e constante pressão por desempenho, fatores que contribuem para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout (SB) entre acadêmicos de Medicina. Essa síndrome se caracteriza por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal, podendo comprometer a saúde mental, a aprendizagem e a futura prática profissional. Este estudo tem como objetivo analisar, por meio de revisão bibliográfica, a prevalência, os fatores associados e as implicações clínicas da SB entre estudantes de Medicina. Trata-se de uma pesquisa descritiva, com abordagem qualitativa, na Biblioteca Virtual em Saúde, utilizando as bases de dados MEDLINE e LILACS. Serão incluídos artigos completos publicados entre 2020 e 2025, em português ou inglês, que abordem especificamente acadêmicos de Medicina, excluindo-se estudos duplicados e revisões. Espera-se identificar como principais fatores de risco a sobrecarga acadêmica, privação de sono, ambiente competitivo, fragilidade do apoio social e fatores sociodemográficos. Também se busca evidenciar impactos como queda no rendimento, ansiedade, depressão e ideação suicida. Os resultados pretendem subsidiar estratégias preventivas e intervenções institucionais, contribuindo para a promoção da saúde mental e formação de profissionais mais resilientes e preparados.

Palavras-chave: Acadêmicos de Medicina; Burnout; Fatores de risco; Saúde mental; Síndrome de Burnout.

ABSTRACT

Medical education is characterized by an intense workload, high emotional demands, and constant pressure for performance, which contribute to the development of Burnout Syndrome (BS) among medical students. This condition is defined by emotional exhaustion, depersonalization, and reduced personal accomplishment, potentially compromising mental health, learning, and future professional practice. This study aims to analyze, through a literature review, the prevalence, associated factors, and clinical implications of BS in medical students. It is a descriptive research with a qualitative approach, using the Virtual Health Library and the MEDLINE and LILACS databases. Full articles published between 2020 and 2025, in Portuguese or English, that specifically addressed medical students were included, while duplicate studies and other review articles were excluded. Expected findings include the identification of major risk factors such as academic overload, sleep deprivation, competitive environments, weak social support, and sociodemographic aspects. The study also seeks to highlight consequences such as decreased academic performance, anxiety, depression, and suicidal ideation. The results aim to support preventive strategies and institutional interventions, promoting mental health and contributing to the formation of more resilient and well-prepared future physicians.

Keywords: Burnout; Medical students; Mental health; Risk factors; Burnout syndrome.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO..... 8
1.1 PROBLEMA DE PESQUISA.....9
1.2 HIPÓTESE.....9
1.3 JUSTIFICATIVA..... 9
2 OBJETIVOS.....10
2.1 OBJETIVO GERAL..... 10
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....10
3 REFERENCIAL TEÓRICO.....11
3.1 História da Síndrome de Burnout..... 11
3.2 EPIDEMIOLOGIA, FISIOPATOLOGIA E BASES NEUROBIOLÓGICAS..... 12
3.3 DIAGNÓSTICO, MANIFESTAÇÕES CLÍNICAS E IMPACTO FUNCIONAL...13
3.4 INTERVENÇÕES E PROGNÓSTICO..... 14
4 METODOLOGIA..... 15
4.1 DESENHO DO ESTUDO.....15
4.2 LOCAL E PERÍODO DE REALIZAÇÃO DA PESQUISA..... 15
4.3 POPULAÇÃO E AMOSTRA.....15
4.4 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO..... 15
4.5 CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO.....16
4.6 VARIÁVEIS..... 16
4.7 INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS, ESTRATÉGIAS DE APLICAÇÃO, ANÁLISE E APRESENTAÇÃO DOS DADOS.....17
5 DELINEAMENTO DA PESQUISA.....17
6 ASPECTOS ÉTICOS..... 18
6.1 RISCOS..... 19
6.2 BENEFÍCIOS..... 19
6.3 CRITÉRIOS PARA SUSPENDER OU ENCERRAR A PESQUISA..... 19
7 DESFECHO.....20
7.1 DESFECHO PRIMÁRIO..... 20
7.2 DESFECHOS SECUNDÁRIOS..... 20
8 CRONOGRAMA.....21
9 ORÇAMENTO.....21
REFERÊNCIAS.....24

1 INTRODUÇÃO

A formação médica é reconhecida por ser um processo exigente, caracterizado por uma carga horária exaustiva, alto nível de responsabilidade e cobrança contínua por desempenho acadêmico. Essas condições expõem, frequentemente, os acadêmicos a elevados níveis de estresse psicológico, os quais podem culminar em sintomas de ansiedade, depressão e Síndrome de Burnout (SB), caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal. Dessa forma, estudos indicam que a prevalência da SB entre estudantes de medicina varia significativamente, com taxas que alcançam 88,0% em algumas populações, tendo em vista fatores como ano acadêmico, carga horária e suporte institucional (Di Vincenzo *et al*., 2024).

Somado a isso, pesquisas recentes, conduzidas em diferentes contextos culturais e sociais, apontam que estudantes de graduação em medicina apresentam prevalências significativas de sofrimento psicológico. Tais estudantes apresentam mais sintomas de transtornos, como SB, comparado a população geral. Além disso, quando comparados a universitários de outras áreas, exibem maior prevalência de depressão e distúrbios do sono. Adicionalmente, a qualidade de vida entre estudantes de medicina também é pior em relação a indivíduos da mesma faixa etária (Barbosa-Medeiros e Caldeira, 2021).

Assim sendo, Ilić *et al*. (2023), na Sérvia, identificaram que níveis elevados de SB estão diretamente associados a um desempenho acadêmico inferior, avaliado por meio do GPA (*Grade Point Average*, ou coeficiente de rendimento acadêmico). Resultados semelhantes foram descritos por um estudo conduzido por Aljadani *et al*. (2021), na Arábia Saudita, ao observar que estudantes com maior rendimento universitário apresentaram menor risco de desenvolver SB. De forma complementar, Chu *et al*. (2022), ponderou que dificuldades de saúde mental já no primeiro semestre do curso aumentam o risco de baixo desempenho e aumentam os índices para desenvolvimento da síndrome, sugerindo uma possível relação causal.

1.1 PROBLEMA DE PESQUISA

Portanto, esta pesquisa pretende responder o seguinte questionamento: “O que a literatura científica tem discutido sobre os fatores determinantes para o acometimento da SB em estudantes de graduação em medicina nos últimos cinco anos, e como tais determinantes variam conforme o desenvolvimento do curso, a faixa etária e fatores sociais?”

1.2 HIPÓTESE

H0: A graduação em medicina e fatores sociais não se apresentam como determinantes para a incidência de Síndrome de Burnout em estudantes.

H1: A graduação em medicina, assim como os fatores sociais representam características determinantes para a incidência de Síndrome de Burnout em estudantes.

1.3 JUSTIFICATIVA

A relevância deste estudo decorre do impacto que a SB exerce sobre os acadêmicos de medicina. O esgotamento emocional, a desmotivação e os prejuízos cognitivos associados a esta síndrome comprometem a formação de futuros profissionais, colocando em risco sua qualificação profissional (Pleșea-Condratovici *et al*., 2025). Desse modo, investigar a SB em acadêmicos não se limita a uma questão de saúde mental individual, mas envolve também a garantia de um profissional melhor qualificado para compor um sistema de saúde mais seguro e eficiente.

Além disso, a escolha deste tema se justifica pela possibilidade de orientar políticas acadêmicas e estratégias de prevenção. Shaw *et al*. (2025) demonstraram que os sintomas da SB em fases iniciais da graduação estão associados a maior risco de depressão e ideação suicida. Já Kiss *et al*. (2025) destacam que fatores de proteção, como redes de apoio social e programas institucionais de bem-estar, podem reduzir significativamente os níveis de exaustão. Assim, reunir e analisar criticamente os achados dos últimos cinco

anos é fundamental para propor intervenções direcionadas, que fortaleçam a saúde mental dos estudantes e minimizem os efeitos da síndrome ao longo do curso.

Portanto, este trabalho se justifica pela urgência de consolidar evidências científicas recentes sobre o burnout em estudantes de Medicina, afunilando a análise para o período de 2020 a 2025. Ao oferecer uma visão abrangente dos fatores de risco e proteção, este estudo busca não apenas preencher lacunas teóricas, mas também subsidiar a construção de práticas institucionais mais humanizadas, capazes de promover a saúde mental dos acadêmicos e garantir a formação de médicos mais preparados para os desafios da profissão.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Identificar os fatores determinantes e os principais fatores de risco associados à Síndrome de Burnout em acadêmicos de graduação em Medicina por meio de uma revisão sistemática da literatura, subsidiando propostas clínicas e institucionais de prevenção.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

2.2.1 Identificar fatores de risco sociodemográficos (como sexo, idade, fase do curso) associados à Síndrome de Burnout.

2.2.2 Verificar na literatura científica atualizada, as implicações clínicas, tratamentos, achados relevantes e possíveis estratégias institucionais de prevenção, à Síndrome de Burnout em acadêmicos de medicina.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 História da Síndrome de Burnout

A Síndrome de Burnout (SB) surgiu na década de 1970, inicialmente associada ao intenso desgaste ocupacional experimentado por profissionais que lidavam diretamente com o público. O termo foi formalmente introduzido por Herbert Freudenberger em 1974. Ele descreveu o quadro como um estado caracterizado por exaustão emocional, perda de motivação e uma subsequente queda no desempenho, sendo uma condição frequentemente observada em trabalhadores da área da saúde (Freudenberger, 1974). Posteriormente, Freudenberger e Richelson aprofundaram essa ideia, consolidando o entendimento de que o burnout era uma consequência direta de demandas de trabalho excessivas e uma elevada responsabilidade, o que resultava em prejuízos emocionais e físicos significativos para o indivíduo (Freudenberger; Richelson, 1980, apud Bianchi *et al.,* 2022).

A compreensão do conceito foi significativamente expandida na década seguinte por Christina Maslach. Em 1981, ela propôs um modelo tridimensional que se tornou o referencial mundial para a síndrome. Esse modelo define SB com base em três dimensões inter-relacionadas: exaustão emocional, despersonalização (ou cinismo) e redução da realização pessoal. Para operacionalizar e permitir a medição dessas dimensões em pesquisas e na prática clínica, Maslach e Jackson desenvolveram o *Maslach Burnout Inventory* (MBI), um instrumento que permanece amplamente validado e utilizado até hoje (Maslach; Jackon, 1981).

Com o tempo, a necessidade de instrumentos mais abrangentes e adaptáveis levou ao desenvolvimento de outras ferramentas de mensuração. Um exemplo notável é o *Oldenburg Burnout Inventory* (OLBI), que surgiu com a intenção de mensurar a síndrome de uma forma mais completa e com melhor adequação a diferentes contextos laborais (Demerouti *et al.,* 2001). O reconhecimento institucional do burnout consolidou-se em 2019, quando a Organização Mundial da Saúde (OMS) incluiu a condição na 11ª edição da Classificação Internacional de Doenças (CID-11). A OMS classificou a SB como um "fenômeno ocupacional" caracterizado por exaustão, distanciamento mental

do trabalho e queda na eficácia profissional,ressaltando sua vinculação ao contexto laboral, embora não classificasse como uma condição médica em si (OPAS/OMS, 2019). Essa classificação na CID-11 também abriu caminho para discussões sobre a relevância do conceito em populações não estritamente profissionais, como os estudantes de medicina (Schenfeldt *et al.,* 2019).

3.2 EPIDEMIOLOGIA, FISIOPATOLOGIA E BASES NEUROBIOLÓGICAS

A prevalência de SB em estudantes de Medicina é uma questão complexa e altamente heterogênea na literatura. As taxas variam consideravelmente a depender de múltiplos fatores, incluindo o instrumento de diagnóstico utilizado, o ponto de corte estabelecido, o período do curso em que o estudo foi realizado e o país de origem da pesquisa. Essa variabilidade torna difícil a determinação de um número único e universalmente aceito (Muller *et al.,* 2021). Apesar da heterogeneidade, meta-análises recentes têm conseguido estimar uma faixa de prevalência média significativa. Essas revisões sistemáticas apontam para médias na faixa de 30% a 46% entre os estudantes de medicina (Frajerman *et al.,* 2019). No entanto, é importante notar que estudos individuais podem reportar variações ainda maiores, indicando que em certas instituições ou fases do curso, a prevalência pode ser ainda mais alarmante (Maia *et al.,* 2012).

Do ponto de vista científico, a SB é intrinsecamente ligada à exposição prolongada a um estresse crônico. Essa exposição desencadeia uma série de alterações no organismo, particularmente no eixo neuroendócrino e no |sistema nervoso autônomo. Especificamente, observam-se alterações no eixo hipotálamo-hipófise-adrenal (HPA), que é o principal regulador da resposta ao estresse, levando a padrões de disfunção do cortisol (Marques-Deak; Cizza; Sternberg, 2005). Além disso, o quadro envolve modificações nos sistemas de neurotransmissão, incluindo alterações nos sistemas dopaminérgico e serotoninérgico, que são cruciais para o humor, motivação e cognição. Em um nível mais periférico, o burnout está associado a efeitos inflamatórios, como a

inflamação de baixo grau, demonstrando que o desgaste tem uma base neurobiológica e fisiopatológica mensurável (Grosso *et al.,* 2020).

3.3 DIAGNÓSTICO, MANIFESTAÇÕES CLÍNICAS E IMPACTO FUNCIONAL

O diagnóstico da SB carece de um consenso universal ou de um "padrão-ouro" definitivo. A ferramenta de avaliação mais utilizada, especialmente para o público acadêmico, é o *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* (MBI-SS) (Schaufeli *et al.,* 2002). Entretanto, outros instrumentos também são frequentemente empregados em pesquisas e na prática clínica, como o *Oldenburg Burnout Inventory* (OLBI) e o *Copenhagen Burnout Inventory* (CBI). Essa variedade de instrumentos e critérios diagnósticos contribui para a ausência de um padrão-ouro e é uma das limitações significativas no campo (Duarte; Maestri; Menezes, 2023). Outra dificuldade crucial no diagnóstico é a sobreposição de sintomas com outras condições de saúde mental, notavelmente a depressão e a ansiedade, o que exige uma avaliação clínica cuidadosa para diferenciação (Santos *et al.,* 2022).

Nos acadêmicos de medicina, as manifestações clínicas da SB são múltiplas e impactantes. Os sintomas frequentemente relatados incluem fadiga crônica persistente, insônia, irritabilidade, anedonia (perda de prazer ou interesse em atividades), queda do rendimento acadêmico e diversos sintomas somáticos (queixas físicas sem causa orgânica aparente) (Meleiro *et al.,* 2023). O impacto funcional da síndrome vai além do desempenho nos estudos, está correlacionado com um risco elevado de desenvolvimento de outros transtornos psiquiátricos e, em suas formas mais graves, pode levar à ideação suicida (Schaufeli *et al.,* 2002).

A vulnerabilidade dos estudantes de Medicina a essa síndrome é potencializada por uma série de fatores de risco específicos ao ambiente do curso. Entre os principais, destacam-se a carga horária intensa, a constante privação de sono, a atmosfera de um ambiente competitivo, a exposição precoce e repetida ao sofrimento e à morte, e a insuficiência de suporte social (Teixeira; Oliveira, 2021). Além desses fatores ambientais, características

individuais também podem aumentar o risco, como o perfeccionismo e uma baixa resiliência, tornando o perfil do estudante de medicina particularmente suscetível ao desenvolvimento do quadro (Neumann *et al.,* 2021).

3.4 INTERVENÇÕES E PROGNÓSTICO

As estratégias para lidar com a SB em acadêmicos de medicina são divididas em dois grandes eixos: intervenções individuais e intervenções institucionais (Chamorro-Garcia *et al.,* 2022). As abordagens individuais focam no estudante, incluindo a psicoterapia (terapia cognitivo - comportamental, interpessoal, etc.), a prática de *mindfulness* (atenção plena) para redução do estresse, e a adoção de hábitos de vida saudáveis (como melhor alimentação, exercícios e higiene do sono). O objetivo é aumentar a resiliência e a capacidade de lidar com as demandas estressoras (Morais; Reis; Santos, 2022).

As intervenções institucionais visam modificar o ambiente gerador de estresse dentro das faculdades. Isso pode envolver a implementação de mudanças curriculares para otimizar a carga de trabalho e estudo, o fornecimento de suporte psicológico acessível e especializado no campus, e a promoção de uma cultura organizacional que valorize o bem-estar e o cuidado mútuo, em vez da competição excessiva (D'arcangelo *et al.,* 2023). A literatura de pesquisa demonstra consistentemente que as abordagens combinadas — que unem esforços individuais e institucionais — tendem a ser as mais eficazes na redução dos sintomas de burnout, embora os resultados gerais ainda possam ser heterogêneos (Felgueiras *et al.,* 2202).

O prognóstico da SB, caso não seja tratado, pode ser grave e envolve uma progressão para quadros mais sérios. A síndrome pode evoluir para o desenvolvimento de depressão clínica, o abuso de substâncias (como álcool ou medicamentos) e, em última instância, levar ao abandono do curso de Medicina (Meleiro *et al.,* 2023). No entanto, com a implementação de um suporte adequado e intervenções eficazes, o cenário é otimista. A resposta ao tratamento pode levar a uma melhora significativa dos sintomas e a uma maior

qualidade de vida acadêmica e pessoal para os estudantes afetados (Chamorro-Garcia *et al.,* 2022).

4 METODOLOGIA

4.1 DESENHO DO ESTUDO

Trata-se de uma revisão sistemática da literatura que visa analisar criticamente a produção científica disponível, identificando achados relevantes, padrões recorrentes e lacunas de conhecimento acerca da Síndrome de Burnout em acadêmicos de Medicina.

4.2 LOCAL E PERÍODO DE REALIZAÇÃO DA PESQUISA

A busca dos artigos será realizada de forma online, por meio do PubMed e da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Dentro dessa biblioteca, serão consultadas as bases de dados MEDLINE e LILACS, reconhecidas pela abrangência e relevância na disponibilização de produções científicas da área da saúde. A pesquisa será feita no semestre que terá TCC II.

4.3 POPULAÇÃO E AMOSTRA

A população do estudo corresponderá a artigos científicos que abordam a SB em acadêmicos de Medicina. A amostra será composta por publicações que atenderam aos critérios de inclusão e exclusão previamente definidos, garantindo consistência metodológica e pertinência temática.

4.4 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Serão incluídos artigos:

- publicados entre 2020 e 2025;
- disponíveis em sua versão completa;
- redigidos em português e inglês;

- acadêmicos de Medicina com SB

Esses critérios visam assegurar que a amostra contemple produções atuais, acessíveis e diretamente relacionadas ao objeto de estudo.

4.5 CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO

Foram excluídos os artigos que:

- estivessem em duplicidade nas bases;
- constituíssem outros trabalhos de revisão;
- não apresentam relação direta com a população de interesse (acadêmicos de Medicina).

Esses critérios serão aplicados com a finalidade de manter a qualidade e a confiabilidade da análise.

4.6 VARIÁVEIS

As variáveis extraídas dos artigos selecionados incluirá: autor, ano de publicação, país de realização, tipo de estudo, amostra investigada, instrumentos de avaliação utilizados, principais resultados e conclusões. Tais elementos possibilitam uma visão abrangente e comparativa sobre o perfil metodológico e os achados das pesquisas analisadas.

4.7 INSTRUMENTOS DE COLETA DE DADOS, ESTRATÉGIAS DE APLICAÇÃO, ANÁLISE E APRESENTAÇÃO DOS DADOS

Serão utilizados descritores padronizados pelos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e *Medical Subject Headings* (MeSH): “Burnout Syndrome”, “Medical Students”, “Prevalence”, “Associated Factors”, and “Clinical Implications”, combinados exclusivamente pelos operadores booleanos “AND”

e “ OR” de modo a recuperar todas as publicações que contemplem ao menos um dos termos relacionados ao tema investigado.

O processo de seleção dos estudos ocorrerá em duas etapas: (1) triagem inicial de títulos e resumos, com o objetivo de verificar a pertinência dos artigos, e (2) análise integral dos textos completos, incluindo apenas os que apresentaram maior relevância aos objetivos do estudo.

A análise dos dados será realizada de forma descritiva, comparativa e integrativa, seguindo as etapas recomendadas para revisões sistemáticas. Inicialmente, os estudos selecionados serão organizados em uma planilha matriz, contendo informações essenciais como: autor, ano de publicação, país, delineamento metodológico, tamanho da amostra, instrumentos utilizados, principais resultados e conclusões. Essa sistematização possibilitará a identificação de padrões, divergências e lacunas existentes na literatura.

Posteriormente, será conduzida uma análise temática dos achados, agrupando os estudos conforme os eixos mais recorrentes, tais como: Prevalência da Síndrome de Burnout em acadêmicos de Medicina, fatores associados (acadêmicos, psicológicos, organizacionais e sociodemográficos), consequências clínicas, emocionais e acadêmicas; estratégias de prevenção e manejo.

Os resultados serão apresentados por meio de tabelas e quadros comparativos, destacando as características metodológicas e os principais achados de cada estudo, bem como gráficos descritivos quando aplicável. A síntese narrativa será estruturada para discutir como os estudos convergem ou se diferenciam, analisando criticamente a robustez metodológica, a qualidade das evidências e sua pertinência para o contexto dos estudantes de Medicina.

Por fim, os dados serão interpretados de modo a oferecer uma visão integrada da literatura, apontando tendências, lacunas de conhecimento e implicações para futuras pesquisas e intervenções. Essa forma de

apresentação permitirá uma compreensão clara, objetiva e fundamentada sobre a Síndrome de Burnout no contexto acadêmico.

5 DELINEAMENTO DA PESQUISA

O trabalho em desenvolvimento adota um delineamento de revisão sistemática da literatura, fundamentando-se na análise crítica de publicações científicas recentes sobre a Síndrome de Burnout em estudantes de Medicina. Tal formato permite a sistematização do conhecimento existente, possibilitando identificar tendências, lacunas e avanços na compreensão do fenômeno, bem como auxiliar estratégias de prevenção e promoção da saúde mental no contexto acadêmico.

A pesquisa foi estruturada em etapas sequenciais que asseguram a coerência científica e a transparência do processo metodológico. Inicialmente, se procederá à definição da problemática e dos objetivos, delimitando período de análise entre 2020 e 2025, de modo a garantir a atualização das evidências analisadas.

Posteriormente, será realizada a busca sistemática nas bases de dados da BVS, contemplando especialmente as plataformas MEDLINE e LILACS, reconhecidas pela abrangência de produções voltadas à área da saúde. A estratégia de busca foi conduzida mediante o uso de Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e *Medical Subject Headings* (MeSH), combinados por operadores booleanos que permitiram ampliar a sensibilidade da pesquisa.

Os estudos identificados serão submetidos a critérios de elegibilidade previamente definidos, considerando aspectos como idioma, período de publicação, disponibilidade do texto completo e pertinência temática. Após a triagem inicial dos títulos e resumos, procederá à leitura integral dos artigos potencialmente relevantes, assegurando a seleção de materiais consistentes com os objetivos da revisão.

A etapa subsequente envolverá a extração e organização das informações relevantes, contemplando variáveis como: autoria, ano de publicação, país de origem, delineamento metodológico, população investigada, instrumentos utilizados e principais conclusões. Esses dados

serão sintetizados em uma matriz comparativa, permitindo observar convergências e divergências entre os estudos.

Evidencia-se que os achados serão interpretados de forma analítica e integrativa, buscando compreender as relações entre os fatores de risco e proteção, às repercussões clínicas e institucionais e as implicações para a formação médica. O delineamento adotado favorece uma compreensão ampla e fundamentada do tema, contribuindo para a consolidação de bases teóricas e práticas voltadas ao enfrentamento da Síndrome de Burnout no ambiente acadêmico.

6 ASPECTOS ÉTICOS

A presente pesquisa caracteriza-se como uma revisão bibliográfica, portanto, não envolve a coleta direta de dados com seres humanos, não sendo necessário o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) nem a submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), conforme as diretrizes da Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde. Ainda assim, foram observados todos os princípios éticos que regem a pesquisa científica, como o respeito à propriedade intelectual, a fidedignidade das fontes e a integridade acadêmica.

6.1 RISCOS

Por tratar-se de uma pesquisa de caráter secundário, os riscos são mínimos ou inexistentes. Não há exposição de participantes, coleta de dados pessoais ou manipulação de informações sensíveis. O único risco potencial está relacionado à interpretação inadequada ou viés na análise dos estudos incluídos, o que será minimizado pela leitura criteriosa, conferência das referências e utilização de bases científicas reconhecidas (LILACS e MEDLINE). Além disso, todos os conteúdos utilizados serão devidamente citados e referenciados, prevenindo o plágio e garantindo a ética acadêmica.

6.2 BENEFÍCIOS

Os benefícios deste estudo são de ordem científica, acadêmica e social. A sistematização de dados atualizados sobre a Síndrome de Burnout em acadêmicos de Medicina pode contribuir para:

- O avanço do conhecimento sobre os fatores de risco e proteção relacionados ao esgotamento emocional na formação médica;
- O subsídio de estratégias institucionais de promoção de saúde mental no ambiente universitário;
- A formação de profissionais mais conscientes quanto à importância do equilíbrio emocional durante o curso;
- A orientação de futuras pesquisas e políticas de bem-estar estudantil.

Dessa forma, ainda que não haja benefício direto aos pesquisadores ou participantes, há contribuição significativa para a comunidade acadêmica e para o campo da saúde mental.

6.3 CRITÉRIOS PARA SUSPENDER OU ENCERRAR A PESQUISA

A pesquisa poderá ser suspensa ou encerrada nas seguintes situações:

- Constatação de falhas éticas, como plágio, uso inadequado de fontes ou violação de direitos autorais;
- Indisponibilidade de dados científicos relevantes dentro do período delimitado (2020 a 2025);
- Força maior ou impossibilidade de continuidade da investigação conforme o cronograma proposto.

Caso ocorra alguma dessas situações, a equipe responsável procederá com o encerramento formal do estudo, mantendo registro das etapas concluídas e garantindo a integridade científica do trabalho.

7 DESFECHO

7.1 DESFECHO PRIMÁRIO

O principal desfecho desta pesquisa consistiu na identificação e sistematização dos fatores determinantes e das implicações clínicas da SB em acadêmicos de Medicina, a partir da análise crítica das publicações científicas recentes. Os resultados obtidos poderão demonstrar aspectos relevantes na prevalência de SB no contexto da formação médica, decorrentes da sobrecarga acadêmica, privação de sono, ambiente competitivo, alta demanda emocional e fragilidade das redes de apoio.

7.2 DESFECHOS SECUNDÁRIOS

Esta revisão subsidiará informações consolidadas e atualizadas que possam orientar docentes, gestores e profissionais de saúde mental na formulação de intervenções eficazes. Isto contribuirá para a disseminação de conhecimento acerca das estratégias institucionais de mitigação da síndrome, como programas de bem-estar estudantil, suporte psicopedagógico e flexibilização de rotinas curriculares.

Além disso, os resultados aqui sintetizados poderão fomentar futuras pesquisas com delineamentos quantitativos ou longitudinais, capazes de aprofundar a compreensão sobre a evolução clínica do SB em estudantes e a eficácia das medidas preventivas adotadas. Dessa forma, o presente trabalho não apenas sintetiza evidências, mas também fornece subsídios teóricos e práticos para o desenvolvimento de políticas acadêmicas mais humanizadas e voltadas à formação integral do futuro médico.

Assim, tais aspectos podem reforçar a relevância de políticas institucionais voltadas à promoção de saúde mental, equilíbrio curricular e acompanhamento psicológico contínuo, apontando para a necessidade de abordagens preventivas que contemplem tanto aspectos individuais quanto estruturais do ambiente acadêmico.

8 CRONOGRAMA

Quadro 1 - Cronograma da pesquisa.

2025					
ETAPAS	Julho	Ago.	Set.	Out	nov.
Escolha do tema	x				
Pesquisa bibliográfica		x	x	x	
Elaboração do Projeto		x	x	x	
Levantamento dos dados		x	x	x	
Encontros com o(a) orientador(a)		x	x	x	
Defesa do Projeto					x

Fonte: Elaborado pelos autores

9 ORÇAMENTO

Quadro 2 - Orçamento dos recursos gastos com a pesquisa.

CATEGORIA: GASTOS COM RECURSOS MATERIAIS			
Itens	Quantidade	Valor Unitário R$	Valor Total R$
Impressões	5	1,00	5,00
Folhas A4	4	0,50	2,00
Canetas	2	2,50	5,00
RECURSO TECNOLÓGICO			
WI-FI	3	50,00	150,00
CATEGORIA: FINANCIAMENTO TOTAL DA PESQUISA			
Categorias			Valor Total R$
Gastos com recursos materiais			12,00

Gastos com recurso tecnológico	150,00
Valor Total:	162,00

Fonte: Elaborado pelos autores

Todas as despesas previstas serão cobertas por financiamento próprio.

REFERÊNCIAS

ALJADANI, A. H. et al. Epidemiology of Burnout and Its Association with Academic Performance Among Medical Students at Hail University, Saudi Arabia. Sultan Qaboos University Medical Journal, v. 21, n. 2, p. e231-236, 2021.

BARBOSA-MEDEIROS, M. R.; CALDEIRA, A. P. Saúde mental de acadêmicos de medicina: estudo longitudinal. Revista Brasileira de Educação Médica, 2021.

BIANCHI, R.; SCHONFELD, I. S.; LAURENT, E. Burnout: uma perspectiva atualizada. São Paulo: Artmed, 2022.

BOONE, A.; MENOUNI, A.; KORACHI, I. B. et al. Burnout and predictive factors among medical students: a cross-sectional survey. BMC Medical Education, 2024. DOI: 10.1186/s12909-024-05792-6.

CHAMORRO-GARCIA, L. et al. Burnout syndrome in medical students: individual and institutional intervention strategies. Frontiers in Psychology, v. 13, p. 105–119, 2022. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.1050119.

CHU, T.; LIU, X.; TAKAYANAGI, S.; MATSUSHITA, T.; KISHIMOTO, H. Association between mental health and academic performance among university undergraduates: the interacting role of lifestyle behaviors. International Journal of Methods in Psychiatric Research, v. 32, n. 1, e1938, 2023. DOI: 10.1002/mpr.1938.

D’ARCANGELO, F. et al. Institutional actions to prevent burnout in health education: a systematic review. BMC Medical Education, v. 23, n. 145, p. 1–10, 2023. DOI: 10.1186/s12909-023-04278-3.

DI VINCENZO, et al. Is There a Burnout Epidemic among Medical Students? Results from a Systematic Review. PubMed, 2025.

DUARTE, G. R.; MAESTRI, L.; MENEZES, R. A. Instruments of assessment for burnout syndrome in health-area students: a narrative review. Revista Brasileira de Educação Médica, v. 47, n. 2, p. 1–10, 2023.

FELGUEIRAS, M. S. et al. Combined approaches in burnout prevention among medical students: a systematic review. Medical Education Online, v. 27, n. 1, p. 1–12, 2022. DOI: 10.1080/10872981.2022.2089982.

FRAJERMAN, A. et al. Burnout in medical students before residency: a systematic review and meta-analysis. European Psychiatry, v. 55, p. 36–42, 2019. DOI: 10.1016/j.eurpsy.2018.08.006.

FREUDENBERGER, H. J. Staff Burn-Out. Journal of Social Issues, v. 30, n. 1, p. 159–165, 1974.

FREUDENBERGER, H. J.; RICHELSON, G. Burn-out: The high cost of high achievement. Garden City, NY: Anchor Press, 1980.

GROSSO, G. et al. Burnout and low-grade inflammation: evidence from human studies. Journal of Psychosomatic Research, v. 136, p. 110–118, 2020. DOI: 10.1016/j.jpsychores.2020.110118.

ILIĆ, I. M. et al. The burnout syndrome may affect academic achievement… Aiht, 2023.

KISS, H. et al. Risk and protective factors of student burnout among medical students: a cross-sectional study. BMC Medical Education, v. 25, p. 123, 2025.

Disponível em: https://bmcmededuc.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12909-025-06956-8.

MAIA, A. C. et al. Prevalência de síndrome de burnout em estudantes de medicina: fatores associados e implicações para a saúde mental. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 61, n. 3, p. 173–179, 2012. DOI: 10.1590/S0047-20852012000300005.

MARQUES-DEAK, A.; CIZZA, G.; STERNBERG, E. Brain-immune interactions and burnout: role of the hypothalamic-pituitary-adrenal axis. Psychoneuroendocrinology, v. 30, n. 10, p. 957–969, 2005. DOI: 10.1016/j.psyneuen.2005.04.008.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. The measurement of experienced burnout. Journal of Occupational Behavior, v. 2, n. 2, p. 99–113, 1981.

MELEIRO, A. M. A. S. et al. Síndrome de burnout em estudantes de medicina: manifestações clínicas, diagnóstico e desfechos possíveis. Revista de Psiquiatria Clínica, v. 50, n. 2, p. 85–94, 2023.

MORAES, L. S.; REIS, V. C.; SANTOS, J. F. Mindfulness e psicoterapia como estratégias de prevenção do burnout em estudantes universitários: uma revisão integrativa. Revista Psicologia e Saúde, v. 14, n. 1, p. 32–45, 2022. DOI: 10.20435/pssa.v14i1.1281.

MULLER, M. et al. Burnout among medical students worldwide: a meta-analysis. BMC Medical Education, v. 21, n. 15, p. 1–15, 2021. DOI: 10.1186/s12909-021-02509-7.

NEUMANN, M. et al. Medical students' empathy and burnout: the role of personal and environmental factors. Academic Medicine, v. 96, n. 9, p. 1311–1318, 2021. DOI: 10.1097/ACM.0000000000004134.

OPAS/OMS – Organização Pan-Americana da Saúde/Organização Mundial da Saúde. Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas

Relacionados à Saúde – 11ª Revisão (CID-11). Genebra: OMS, 2019. Disponível em: https://icd.who.int/.

SANTOS, D. F. et al. Burnout, ansiedade e depressão em estudantes de medicina: sobreposição e desafios diagnósticos. Revista Brasileira de Psiquiatria, v. 44, n. 6, p. 567–576, 2022. DOI: 10.1590/1516-4446-2021-2239.

SCHAUFELI, W. B. et al. The measurement of engagement and burnout: a two sample confirmatory factor analytic approach. Journal of Happiness Studies, v. 3, n. 1, p. 71–92, 2002. DOI: 10.1023/A:1015630930326.