

Síndrome de Burnout em acadêmicos de medicina: uma revisão de literatura

Burnout syndrome in medical students: a literature review

Síndrome de Burnout en estudiantes de medicina: revisión de la literatura

Rafaela Salomão Moura^{1*}, Letícia Tristão Sotto Cruz¹, Izabela Machado Rodrigues¹, Cassandra Mendes Assunção e Silva¹, Victor Lucas Ferreira¹, Bianca da Rocha Siqueira¹, Gabriela Salomão Moura², Carlos Eduardo Montenegro da Silva², Gabriela Campos Rezende³, Marcos Antonio Mendonça¹.

RESUMO

Objetivo: Analisar na literatura acerca das características da Síndrome de Burnout (SB) nos acadêmicos de medicina. **Revisão bibliográfica:** A SB uma reação à tensão emocional crônica por lidar excessivamente com pessoas, caracterizada fundamentalmente por despersonalização, exaustão emocional e percepção reduzida da autoeficácia. Os índices de SB são maiores entre os estudantes de Medicina quando comparados com os da população geral. A tensão para realizar todas as demandas do curso de medicina, dificuldades de adaptação, a carga horária extensa de trabalhos e estudo, a sobrecarga de informação, a idealização da importância do médico e do estudante de medicina além da falta de tempo para momentos de lazer entre os familiares e amigos são fatores desencadeantes para síndrome. **Considerações finais:** Dessa forma, são necessárias ações em âmbito de saúde pública que visem à reestruturação do currículo médico de modo a estimular no aluno a humanização e que haja, também, um acompanhamento multidisciplinar desses acadêmicos visando prevenção e identificação precoce dos sinais da síndrome.

Palavras-chave: Esgotamento psicológico, Esgotamento profissional, Estudantes de medicina.

ABSTRACT

Objective: To analyze the literature on the characteristics of Burnout Syndrome in medical students. **Bibliographic review:** BS is a reaction to chronic emotional tension from dealing excessively with people, fundamentally characterized by depersonalization, emotional exhaustion and reduced perception of self-efficacy. SB rates are higher among medical students when compared to the general population. The tension to fulfill all the demands of the medical course, adaptation difficulties, the extensive work and study hours, the information overload, the idealization of the importance of the doctor and the medical student, in addition to the lack of time for leisure time among family and friends are triggering factors for the syndrome. **Final considerations:** Thus, actions in the scope of public health are needed that aim at restructuring the medical curriculum in order to encourage humanization in the student and that there is also a multidisciplinary follow-up of these students aiming at prevention and early identification of the signs of the syndrome.

Keywords: Psychological Burnout, Professional Burnout, Medical students.

¹ Universidade de Vassouras (UV), Vassouras - RJ. *E-mail: rafamoura.aiesec@gmail.com

² Universidade de Vila Velha (UVV), Vila Velha - ES.

³ Escola Superior de Ciências da Santa Casa de Misericórdia de Vitória (EMESCAM), Vitória - ES.

RESUMEN

Objetivo: Analizar la literatura sobre las características del Síndrome de Burnout(SB)en estudiantes de medicina. **Revisión bibliográfica:** El SB es una reacción a la tensión emocional crónica por tratar en exceso a las personas, caracterizada fundamentalmente por la despersonalización, el agotamiento emocional y la percepción reducida de la autoeficacia. Las tasas de SB son más altas entre los estudiantes de medicina en comparación con la población general. La tensión por cumplir con todas las exigencias del curso de medicina, las dificultades de adaptación, las extensas horas de trabajo y estudio, la sobrecarga de información, la idealización de la importancia del médico y del estudiante de medicina, además de la falta de tiempo para el ocio entre la familia y los amigos son factores desencadenantes del síndrome. **Consideraciones finales:** Así, se requieren acciones en el ámbito de la salud pública que tengan como objetivo la reestructuración del currículo médico con el fin de incentivar la humanización en el estudiante y que también exista un seguimiento multidisciplinar de estos estudiantes con miras a la prevención e identificación precoz de la enfermedad.

Palabras clave: Agotamiento psicológico, Agotamiento profesional, Estudiantes de medicina.

INTRODUÇÃO

O termo Burnout foi criado pelo psicanalista Freudenberger, em 1974 e origina-se do verbo inglês to burn out que significa “queimar por completo” ou “consumir-se”, sendo descrito como um sentimento de fracasso e exaustão causado por um excessivo desgaste de energia e recursos internos (LIMA JC, et al., 2021).

A Síndrome de Burnout (SB) é um transtorno de adaptação a estressores crônicos associado à alta demanda no ambiente ocupacional. A evolução é insidiosa e, na maior parte das vezes, passa despercebida pelo indivíduo, o qual apresenta o cansaço emocional como principal sintoma (AGUIAR RLB, et al., 2018). Dentre os principais sintomas da SB destacam-se a exaustão emocional, o distanciamento afetivo e a baixa realização profissional (SILVA SCJ, et al., 2021).

Os indivíduos mais suscetíveis a síndrome são os que exercem atividade profissional vinculada a serviços como saúde e educação (SOUZA MNA, et al., 2020). A SB é um grave problema social e de saúde pública que está associada a diversas disfunções pessoais com o surgimento de problemas psicológicos e físicos que em casos extremos pode ocasionar a perda total da capacidade laboral e até mesmo o suicídio (SILVA SCJ, et al., 2021).

Apesar de afetar mais o meio laboral, está se tornando cada vez mais constante no meio acadêmico, pois os estudantes também se encontram suscetíveis a apresentarem alguns sintomas da síndrome devido à alta cobrança cognitiva e emocional existente durante o processo de formação (SOUZA MNA, et al., 2020).

Nesse contexto, o graduando em medicina possui uma qualidade de vida mental menor e, por isso, maior risco de desenvolver a SB do que a população em geral e estudantes de outros cursos (NASSAR LM e CARVALHO JP, 2021; WOLF MR e ROSENTOCK JB, 2017). Os sintomas são prevalentes desde o início da formação médica e estudos indicam que pelo menos 50% dos estudantes de medicina podem desenvolver a síndrome em algum momento do curso (FEIER G, et al., 2021).

Dentre as causas do surgimento da síndrome nessa população destaca-se a excessiva quantidade de matéria a ser estudada, a pressão do tempo curto, o alto estresse das provas, a incerteza financeira, o confronto com a morte e o sofrimento, além do medo de falhar na universidade (NASSAR LM e CARVALHO JP, 2021; WOLF MR e ROSENTOCK JB, 2017).

Além disso, no meio acadêmico, mais especificamente em alunos da graduação de medicina, é grande a pressão para mostrar-se como bons profissionais para a sociedade, amigos e familiares. Justamente por isso, o meio intenso de produtividade, muitas vezes tornam esses estudantes vítimas de Burnout (LIMA LP, et al., 2021).

Já entre as consequências da SB pode-se citar menor empatia e compaixão em decorrência do excessivo desgaste emocional e, principalmente, da descrença profissional. Há, assim, diminuição na qualidade do atendimento prestado aos pacientes, com um aumento dos erros médicos e menos profissionalismo quando comparados a eles no momento da inscrição e com outros cursos (FEIER G, et al., 2021).

Devido à alta prevalência e ao comprometimento da qualidade de vida e profissional que a SB ocasiona, é essencial o seu estudo a fim de identificar as causas para sua ocorrência e possibilitar adequado manejo desses estudantes. O objetivo do estudo foi analisar na literatura acerca das características da síndrome de burnout nos acadêmicos de medicina.

REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

A saúde mental do estudante de medicina e a definição da Síndrome de Burnout

A saúde mental do graduando de Medicina é um fator relevante a ser pensado no ensino médico. Quando não existe equilíbrio psicológico, desenvolve-se maior propensão à transtornos depressivos, uso de drogas, suicídio e à disfunção ocupacional. Tal desequilíbrio pode levar também a Síndrome de Burnout (RODRIGUES CS, et al., 2020).

A SB foi reconhecida como doença ocupacional e incluída na Classificação Internacional de Doenças (CID-11), aprovada pela 72ª Assembleia Mundial da Organização Mundial de Saúde (RODRIGUES CS, et al., 2020). A Síndrome de Burnout é uma resposta à tensão emocional crônica pelo trato excessivo com o público, que se caracteriza primordialmente pela despersonalização, exaustão emocional e percepção reduzida da autoeficácia. É de origem multifatorial e considerada e como um resultado do grau de tensão física e mental no ambiente em que o indivíduo se encontra (BITRAN M, et al., 2019; SILVA RAD, et al., 2018; PINTO PS, et al., 2018).

O processo de Burnout é individual e, geralmente, se desenvolve de forma progressiva e cumulativa com o indivíduo não reconhecendo os sintomas de desgaste. Ademais, possui um caráter psicossocial, visto que o meio social no qual o sujeito está inserido é de suma importância. Dessa maneira, é essencial um processo de equilíbrio da saúde mental individual e coletiva a fim de evitar a ocorrência ds SB (SOUZA MNA, et al., 2020).

Fisiopatologia da Síndrome

O Sistema Nervoso Simpático (SNS) é encarregado, quando estimulado em situações de estresse, a liberar catecolaminas como adrenalina e noradrenalina de forma imediata, o que acarreta em aumento da frequência cardíaca, aumento da pressão arterial e sudorese. Já a estimulação do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal se sucede a partir da ativação crônica do SNS, ou seja, quando o indivíduo está exposto a um estresse crônico, estando relacionado à depressão imunológica desses pacientes em decorrência da liberação constante de corticosteróides (CHAGAS MKS, et al., 2016).

Os estudos apontam que devido a estimulação constante do SNS, os indivíduos apresentam desregulação hormonal e do sistema endócrino como um todo, evidenciado pelos níveis elevados de cortisol e distúrbio no sistema de controle hipotálamo-hipófise-adrenal, podendo, em decorrência da cronicidade, serem irreversíveis (CHAGAS MKS, et al., 2016).

Epidemiologia da Síndrome entre estudantes

Estudos demonstram que os níveis ansiedade, depressão e síndrome burnout são maiores entre os estudantes de Medicina quando se compara a com a população geral. Quando se analise a classe médica, a nível mundial, um a cada dois médicos desenvolve SB. Desses profissionais, um terço é atingido de forma considerável e um décimo evolui para formas graves e irrecuperáveis (CARRO AC e NUNES RD, 2021).

A prevalência da síndrome entre estudantes de medicina varia entre 31 e 49,6%. Já em relação a residência médica, 50 e 76% dos residentes da área cirúrgica e medicina internação afetados,

respectivamente (ROMANI M e ASHKAR K, 2014). De acordo com um estudo em cinco faculdade de medicina, aproximadamente 20% dos estudantes dessas instituições apresentam SB (CORNEJO JV, et al., 2016). Outro estudo realizado com graduandos em medicina do Uruguai demonstrou prevalência de 14,7% de burnout nos internos (estudantes do quinto e sexto anos) (VASCONCELOS TC, et al., 2015).

Nos Estados Unidos, um estudo realizado com 399 estudantes de medicina do 1º ao 8º semestre mostrou uma incidência de 12% de SB. Destes, houve predomínio de mulheres e estudantes do 5º semestre de graduação. O 5º semestre também apresentou as maiores porcentagens de exaustão emocional e ansiedade. Esses índices elevados não parecem estar relacionados a quantidade de matérias agregadas, e sim pelo aumento da preocupação com o futuro e competência profissional. Além disso, é por volta deste período que os estudantes iniciam maior contato com os pacientes, gerando ansiedade, medo de cometer erros, como erro no diagnóstico e quebra de expectativas criadas previamente (BARBOSA ML, et al., 2018).

No Brasil, um estudo realizado com os estudantes de uma universidade estadual do Paraná, mostrou incremento da desumanização e redução da realização profissional ao longo dos anos. Ademais, mostrou elevação do componente exaustão emocional no quarto ano, com posterior diminuição (BENEVIDES-PEREIRA AM e GONÇALVES MB, 2009).

Dimensões da Síndrome de Burnout e quadro clínico

A SB entre estudantes compreende três dimensões: a exaustão emocional, a despersonalização e o sentimento de baixa realização profissional. A exaustão emocional traduzida pelo sentimento de cansaço extremo em resposta às intensas exigências do estudo, a desesperança, depressão (sendo este o principal sintoma na maioria dos médicos), diminuição de empatia e irritabilidade, ou seja, há um sentimento exacerbado de tensão emocional que leva a um esgotamento e uma sensação de falta de energia e de recursos emocionais para enfrentar a rotina da prática médica, o que denota a dimensão individual da síndrome de falta de energia e de recursos emocionais enfrentar a rotina da prática médica, o que representa a dimensão individual da síndrome (SILVA SCJ, et al., 2021; PRADO MSFM, et al., 2019; MOTA ID, et al. 2017).

A exaustão emocional aparece nos estudantes que tem dificuldade de superar as adversidades, caracterizada pela sensação de ter atingido o próprio limite. Os alunos ficam ansiosos, queixam-se de cansaço, baixa assimilação do conteúdo, pouco tempo para dormir, afastamento social, abdicar das atividades de lazer. Há a sensação de ter chegado ao próprio limite. Como mecanismo de defesa, tornam-se indiferentes aos demais, tratando-os com impessoalidade. Essa questão é chamada de desumanização e está cada vez mais frequente nos estudantes de medicina (LIMA JC, et al., 2021).

Há, também, a despersonalização que se percebe como o desenvolvimento de uma atitude cética e sentimentos de negativos. Por vezes, nota-se atitudes cínicas e indiferentes em relação àqueles indivíduos que entram em contato direto com o profissional e que representam seu objeto de trabalho. Nesse sentido, ocorre um distanciamento do ambiente de estudos (MOTA ID, et al., 2017; PRADO MSFM, et al., 2019; SOUZA MNA, et al., 2020; RODRIGUES CS, et al., 2020).

Ainda, cita-se o sentimento de baixa eficácia profissional, assinalada pela percepção de estarem sendo ineficazes em seu papel acadêmico havendo uma tendência de insatisfação com as condições que influenciam diretamente nas habilidades interpessoais associadas com a prática profissional, atuando na forma de atendimento e de contato com as pessoas, assim como com a organização do trabalho (MOTA ID, et al., 2017; PRADO MSFM, et al., 2019; SOUZA MNA, et al., 2020).

Os sintomas da síndrome relacionam cinco elementos comuns, centrados na predominância da exaustão mental e emocional; da fadiga e da depressão; da ênfase nos sintomas comportamentais e mentais interligados ao trabalho (manifestando-se em pessoas que não sofriam de distúrbios psicopatológicos antes do surgimento da síndrome); da diminuição da efetividade; do desempenho notrabalho em virtude de atitudes e comportamentos negativos (MOTA ID, et al., 2017).

Pode-se citar como sintomas comuns à SB os que envolvem características físicas como fadiga constante, dificuldade para relaxar, cefaleia, sudorese, palpitações, distúrbios gastrointestinais e alimentares além de imunodeficiência. Há ainda os sintomas de cunho psíquico, emocional e comportamental tais quais dificuldade de concentração, redução da memória, pensamento lentificado, irritação, agressividade, desânimo, ansiedade, depressão, desinteresse, propensão ao isolamento, negligência e falta de flexibilidade (OLIVEIRA AMG, et al., 2021).

O sistema cardiovascular também pode ser acometido, tendo o portador da SB alto risco para o surgimento de hipertensão arterial sistêmica e doença coronária. Outras repercussões da síndrome envolvem alteração no ciclo menstrual e disfunção sexual tanto no sexo feminino quanto no masculino com diminuição da libido, impotência sexual, ejaculação precoce e dispareunia (PIO IOM, et al., 2021).

Fatores de risco para o adoecimento de graduandos em medicina

No contexto do curso de medicina, os estudantes ao ingressarem na graduação sentem euforia e realização. Entretanto, os desafios inerentes da graduação podem trazer angústia, estresse e medo, de modo a comprometer o bem-estar e a qualidade de vida desses indivíduos. A graduação de medicina é apontada como uma das mais estressantes, uma vez que requer do aluno seriedade, empenho, abnegação, resistência emocional e física (LIMA JC, et al., 2021; SOUZA MNA, et al., 2020). Dessa forma, pode prejudicar o bem estar físico e psicológico dos estudantes que, por conseguinte, apresentam índices mais altos de ansiedade e depressão quando comparado a outros cursos (SOUZA MNA, et al., 2020).

Dentro da área médica e acadêmica, a SB tem como um dos principais fatores desencadeantes a necessidade que o indivíduo expressa de mostrar seu valor, alcançar prestígio e reconhecimento além da aquisição de muito conhecimento teórico e prático em um pequeno período de tempo (OLIVEIRA AMG, et al., 2021).

A entrada na graduação em medicina exige a transformação prematura de adolescentes em adultos e profissionais. Tal fato impõe que indivíduos muito jovens sejam obrigados a adquirir maturidade para escolhas individuais na atuação profissional no que tange o relacionamento com futuros colegas de profissão e pacientes (MORRI MO, et al., 2012).

Os estudantes precisam adaptar-se a um novo modo de vida, em determinados casos, tendo recém-concluído o ensino médio, por vezes terão que residir sozinhos, assumindo responsabilidades importantes como estudar, realizar provas teóricas e práticas, e ainda frequentar as aulas e os estágios (PRADO MSFM, et al., 2019).

Além disso, a escolha profissional para alguns indivíduos pode ser difícil e se não houver um prévio conhecimento acerca da profissão, falsas expectativas podem ser criadas e quando não atendidas podem contribuir para decepção, ansiedade e desmotivação. Dessa forma, a dificuldade de adaptação e a pressão tornam-se ainda maiores (LANDIM GC e NETO CM, 2021).

Os fatores de risco individuais são a baixa autoestima, expectativas elevadas e visão de mundo idealista (MOUTINHO ILD, et al., 2019). Além disso, a ausência de confiança na aquisição de conhecimentos e habilidades, a sensação de incômodo nas atividades escolares e não enxergar o curso de forma prazerosa são fatores que corroboram para o surgimento da SB (NASSAR LM e CARVALHO JP, 2021).

A tensão para realizar todas as demandas do curso de medicina, dificuldades de adaptação, a carga horária extensa de trabalhos e estudo, a sobrecarga de informação, a idealização da importância do médico e do estudante de medicina além da falta de tempo para momentos de lazer entre os familiares e amigos podem induzir os estudantes a inibir todas as suas iniciativas de gratificação e autoindulgência (AGUIAR RLB, et al., 2018; CHAGAS MKS, et al., 2016; RODRIGUES CS, et al., 2020).

Esses estudantes apresentam também uma elevada sobrecarga de estresse, o qual pode surgir da necessidade de ser bem sucedido no treinamento prático, nas avaliações, no contato direto com pacientes, na convivência com os professores e funcionários, devido às incertezas do futuro profissional ou à pressão de muitas horas de estudo, caracterizadas por altos níveis de perfeccionismo (PINTO PS, et al., 2018).

Alguns estudos demonstram que a diminuição das horas de sono em decorrência das exaustivas horas de trabalho e estudo tem forte relação com a síndrome (KAJIMU J, et al., 2021; BRITAN M, et al., 2019).

Os alunos de medicina possuem, em sua maioria, traços semelhantes de personalidade, como obsessão, obstinação, perfeccionismo e auto exigência, o que são fatores predisponentes para o aparecimento da SB (LIMA JC, et al., 2021; SOUZA MNA, et al., 2020; BARBOSA ML, et al., 2018). Ademais, pode-se citar que no decorrer da formação médica, os futuros médicos não são educados a cuidarem de si, apesar das tensões muito elevadas da sua ocupação (SILVA SCJ, et al., 2021).

Tais fatores desencadeantes fazem com que o estudante busque estratégias pouco saudáveis para alcançar o que almeja, como: aumento da carga horária de estudos, sono prejudicado e/ou insuficiente, alimentação desregrada, redução ou abstinência de atividade física, comparação e competição com outros colegas ou médicos e professores, levando a baixa autoestima; e estabelecimento de metas para as tarefas acadêmicas quase impossíveis de serem cumpridas a curto prazo, causando a sensação de impotência e não realização pessoal e profissional. Isso tudo leva a um ciclo vicioso que piora a SB (OLIVEIRA AMG, et al., 2021).

Consequências da síndrome de Burnout

As consequências do Burnout em estudante de medicina incluem tanto sofrimento profissional como pessoal, sendo um precursor de outras condições psiquiátricas. As estatísticas sugerem que os estudantes em sua maioria mostram índices mais elevados de depressão/ansiedade, ideias suicidas, baixa autoestima e saúde mental deteriorada ao longo do curso, quando comparados aos pares da mesma idade, o que é agravado pela falta de estratégias de enfrentamento eficientes dessas condições dentro das instituições de ensino (CARNEIRO CF, et al., 2020).

A exaustão emocional presente na SB tem como consequência (e também como causa) a desumanização, a qual é caracterizada como sendo em que o profissional se torna impessoal, indiferente e irônico em relação aos que estão ao seu redor, como uma maneira de distanciamento social tentando diminuir a exaustão (CAZOLARI PG, et al., 2020).

A Síndrome de Burnout pode ter implicações na vida pessoal com a diminuição da qualidade de vida, autodepreciação, submissão à uma grande quantidade de medicamentos, abuso de drogas lícitas e ilícitas como tabaco, álcool e benzodiazepínicos, afastamento de amigos e familiares e até mesmo suicídio (CAZOLARI PG, et al., 2020; CASTRO CA, et al., 2020). Os acadêmicos com Síndrome de Burnout são três vezes mais propensos a terem ideias suicidas, fato comprovado por estudos recentes que demonstram que entre 7,8 e 11% dos discentes de medicina foram relatados com pensamentos suicidas durante a graduação (WOLF MR e ROSENTOCK JB, 2017; MATHESON KM, et al., 2016).

Nos âmbitos profissional e coletivo há diminuição da qualidade dos serviços prestados, interferência na relação de trabalho com os colegas e o ambiente além de prejuízos à relação médico paciente, o que pode resultar em risco aos próprios pacientes (CAZOLARI PG, et al., 2020; CASTRO CA, et al., 2020).

Prevenção da síndrome

As estratégias para o enfrentamento da SB são baseadas em atividades centradas no indivíduo e no ambiente. As intervenções focadas no indivíduo, por exemplo, são baseadas em habilidades comportamentais e cognitivas de coping, meditação, educação em saúde e atividade física. Tem-se, ainda, estratégias baseadas na relação indivíduo-instituição, compreendendo as ações para melhoria do ambiente das questões ambientais que desencadeiam o burnout (PIO IOM, et al., 2021).

Uma das estratégias que pode ser utilizada como forma de prevenção no desenvolvimento da síndrome é o coping, que é definido como “esforço cognitivo e comportamental realizado para dominar, tolerar ou reduzir as demandas internas e externas”. Ademais, os hábitos saudáveis de vida como a prática regular de atividade física, dieta equilibrada e boa qualidade de sono além de usufruir de momentos de lazer são essenciais para diminuir o estresse e, prevenir, assim a síndrome de burnout (PIO IOM, et al., 2021; CASTRO CA, et al., 2020).

Além disso, é necessária uma inovação nos currículos das faculdades de medicina com a presença maior das ciências humanas, com foco na integridade pessoal, caráter moral e os valores do serviço de modo a debater e promover reflexão acerca das dificuldades tanto na graduação quanto profissionais (NASSAR LM, et al., 2018).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em frente à SB que possui como característica a exaustão emocional, despersonalização e sentimento de baixa eficácia profissional, é essencial identificar os sintomas que o paciente possui, englobando-os no contexto socioambiental do estudante de medicina. Dessa forma, são necessárias ações em âmbito de saúde pública que visem a reestruturação do currículo médico de modo a estimular no aluno a humanização e que haja, também um acompanhamento multidisciplinar desses acadêmicos visando prevenção e identificação precoce dos sinais da síndrome.

REFERÊNCIAS

1. AGUIAR RLB, et al. Síndrome de Burnout em estudantes de medicina de universidade da Bahia. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 2018; 7(2): 267-276.
2. BARBOSA ML, et al. Burnout Prevalence and Associated Factors Among Brazilian Medical Students. *Clin Pract Epidemiol Ment Health*, 2018;14(1):188-195
3. BENEVIDES-PEREIRA AM, GONÇALVES MB. Transtornos emocionais e a formação em Medicina: um estudo longitudinal. *Rev Bras Educ Med*, 2009; 33(1):10-23
4. BITRAN M, et al. Burnout en la formación de profesionales de la salud en Chile: Factores de protección y riesgo, y propuestas de abordaje desde la perspectiva de los educadores. *Rev. Méd Chile*, 2019; 147(4):510-517.
5. CARNEIRO CF, et al. A Síndrome de Burnout em estudantes de medicina e seus fatores correlacionados. *Revista UNILUS Ensino e Pesquisa*, 2020; 17(48): 149- 158.
6. CARRO AC, NUNES RD. Ideação suicida como fator associado à síndrome de Burnout em estudantes de Medicina. *J Bras Psiquiatr*, 2021; 70(2):91-8.
7. CASTRO CA, et al. Síndrome de burnout e engajamento em profissionais de saúde: um estudo transversal. *Revista Brasileira de Terapia Intensiva*, 2020; 32(3): 381-390.
8. CHAGAS MKS, et al. Ocorrência da Síndrome de Burnout em acadêmicos de medicina de instituição de ensino no interior de Minas Gerais. *Rev Med. Saúde Brasília*, 2016; 5(2): 234-45.
9. CAZOLARI PG, et al. Níveis de Burnout e Bem-Estar de Estudantes de Medicina: um Estudo Transversal. *Rev Bras Educ Med*, 2020; 44(4): e125.
10. CORNEJO JV, et al. Síndrome de burnout en estudiantes de medicina: frecuencia, características y factores asociados. *Acta Med*, 2016; 33(4):282-8.
11. FEIER G, et al. Síndrome de Burnout em estudantes de medicina. *Cadernos ESP Ceará*, 2021; 15: 77-86.
12. KAJJIMU J, et al. Burnout e fatores associados entre estudantes de medicina em uma universidade pública em Uganda: um estudo transversal. *Advances in Medical Education and Practice*, 2021;12:63.
13. LANDIM GC, NETO CM. Síndrome de Burnout e os fatores de risco nos estudantes e residentes de medicina: uma revisão integrativa da literatura *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2021; 35:e8731.
14. LIMA JC, et al. Síndrome de Burnout em Estudantes de Medicina. *Brazilian Journal of Development*, 2021; 7(5): 51758-51766.
15. LIMA LP, et al. Síndrome de Burnout em acadêmicos de Medicina. *Research, Society and Development*, 2021; 10 (5): e15210514697
16. MATHESON KM, et al. Experiences of Psychological Distress and Sources of Stress and Support during Medical Training: A Survey of Medical Students. *Academic Psychiatry*, 2016; 40(1): 63-68.
17. MORRI MO, et al. Síndrome de Burnout e Rendimento Acadêmico em Estudantes da Primeira à Quarta Série de um Curso de Graduação em Medicina. *Rev. Bras. Educ. Med*, 2012; 36(4):536-540.
18. MOTA ID, et al. Síndrome de Burnout em estudantes universitários: um olhar sobre as investigações. *Motrivivência*, 2017; 29: 243-256.
19. MOUTINHO ILD, et al. Saúde mental e qualidade de vida de estudantes de medicina brasileiros: incidência, prevalência e fatores associados em dois anos de seguimento. *Pesquisa em psiquiatria*, 2019; 274: 306-312.
20. NASSAR LM, CARVALHO JP. Síndrome de Burnout em estudantes de graduação de medicina no Brasil: uma revisão do panorama brasileiro. *Espac. Saúde*, 2021; 22(72): 1-12.

21. NASSAR LM, et al. Inovação para redução da síndrome de Burnout em estudantes e profissionais da medicina: uma revisão sistemática da literatura. RACEF – Revista de Administração, Contabilidade e Economia da Fundace, 2018; 9 (3):1-11.
22. OLIVEIRA AMG, et al. Prevalência da Síndrome de Burnout em estudantes da graduação de Medicina. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2021; 13(2): e5047.
23. PINTO PS, et al. Síndrome de Burnout em estudantes de Odontologia, Medicina e Enfermagem: uma revisão da literatura. REFACS (online), 2018; 6(2):238-248.
24. PIO IOM, et al. Manifestações clínicas da síndrome de burnout em profissionais e estudantes de medicina: uma revisão bibliográfica. Revista Eletrônica Acervo Saúde, 2021; 23:e6517.
25. PRADO MSFM, et al. Avaliação da Síndrome de Burnout entre estudantes do último ano de um curso de medicina do Brasil. Arquivos de Ciências da Saúde, 2019; 26(1): 41-46.
26. RODRIGUES CS, et al. Avaliação da Prevalência da Síndrome de Burnout em Estudantes de Medicina. Rev Bras Educ Med, 2020; 44(4): e176.
27. SILVA RAD, et al. Síndrome de Burnout: realidade dos fisioterapeutas intensivistas? Fisioter. Pesqui. 2018, 25(4):388-394.
28. SILVA SCJ, et al. Fatores de risco para desenvolvimento de síndrome de burnout em estudantes de medicina após formados. Revista Thêma et Scientia, 2021; 11(1): 130- 136.
29. SOUZA MNA, et al. Correlación de las dimensiones de agotamiento con las características demográficas y de salud de estudiantes de Medicina. CES Med, 2020; 34(1): 27-39
30. VASCONCELOS TC, et al. Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de Medicina. Rev Bras Educ Med, 2015;39(1):135-42
31. WOLF MR, ROSENTOCK JB. Inadequate Sleep and Exercise associated with Burnout and Depression among Medical Students. Acad Psychiatry, 2017; 2(1):174-179.