SÍNDROME DE BURNOUT EM ESTUDANTES DE MEDICINA: FATORES ASSOCIADOS E IMPLICAÇÕES NA SAÚDE MENTAL

Burnout syndrome in medical students: associated factors and implications for mental health

Síndrome de burnout en estudiantes de medicina: factores asociados e implicaciones en la salud mental

*1 Sarah Garcia de Oliveira***,** *Discente do curso de Medicina, Centro Universitário de Patos.*
E-mail: saraholiveira@med.fiponline.edu.br
2 Ana Leticia Maia Cosme, Discente do curso de Medicina, Centro Universitário de Patos.
E-mail: anacosme@med.fiponline.edu.br
3 Cléo Brito Araújo, Discente do curso de Medicina, Centro Universitário de Patos.
E-mail:cleoaraujo@med.fiponline.edu.br
4 Andréia Pessoa da Costa, Discente do curso de Medicina, Centro Universitário de Patos.
E-mail: andreiacosta@med.fiponline.edu.br
5 Laís Araújo Fernandes, Discente do curso de Medicina, Centro Universitário de Patos.
E-mail: laisfernandes@med.fiponline.edu.br
6 Giselle Medeiros da Costa One, Doutora em Biotecnologia, Centro Universitário de Patos.
E-mail:giselleone@fip.online.edu.br

Autor correspondente: Sarah Garcia de Oliveira. E-mail: saraholiveira@med.fiponline.edu.br

Submetido: 12/10/2026
Aprovado: 24/10/2026

ISSN 2177-5052

Resumo

Objetivo: Analisar os fatores associados à Síndrome de Burnout em estudantes de Medicina e os desfechos durante a formação médica. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada nas bases de dados *PubMed*, *SciELO* e *ScienceDirect*, considerando publicações de janeiro de 2020 a setembro de 2026, nos idiomas português, inglês e espanhol. A estratégia de busca utilizou descritores dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e do *Medical Subject Headings* (MeSH), combinados pelos operadores booleanos AND e OR. Foram considerados elegíveis estudos que investigaram a Síndrome de Burnout em estudantes de Medicina e seus fatores associados ou desfechos, respeitando os critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos. Após a identificação, a remoção de duplicatas, a triagem e a avaliação de elegibilidade, dez estudos foram incluídos na síntese qualitativa**. Resultados:** Os estudos apontaram associações entre Burnout, elevada carga de trabalho, pressão avaliativa, conflitos entre as demandas acadêmicas e a vida pessoal, menor suporte social e fatores psicológicos, como ansiedade e depressão. Entre os desfechos identificados, destacaram-se a exaustão emocional, o comprometimento do bem-estar e a intenção de abandono do curso. Em estudos específicos, foram relatadas prevalências de Burnout de 28% e 35,3%, indicando a ocorrência expressiva do fenômeno nas populações investigadas. **Conclusão:** Os achados **s**ugerem que o enfrentamento do Burnout requer estratégias institucionais, como acompanhamento psicopedagógico, redução da sobrecarga acadêmica, tutoria e grupos de apoio.

Palavras-Chave: Esgotamento Profissional; Saúde Mental; Educação Médica.

Abstract

Objective: To analyze the factors associated with Burnout Syndrome among medical students and its outcomes throughout medical education. **Method:** This is an integrative literature review conducted using the *PubMed*, *SciELO*, and *ScienceDirect* databases, covering publications from January 2020 to September 2026 in Portuguese, English, and Spanish. The search strategy used descriptors from the Health Sciences Descriptors (DeCS) and the *Medical Subject Headings* (MeSH), combined using the Boolean operators AND and OR. Studies investigating Burnout Syndrome among medical students and its associated factors or outcomes were considered eligible, according to the predefined inclusion and exclusion criteria. Following identification, duplicate removal, screening, and eligibility assessment, ten studies were included in the qualitative synthesis. **Results:** The studies indicated associations between burnout, high workload, assessment pressure, conflicts between academic demands and personal life, limited social support, and psychological factors such as anxiety and depression. The main outcomes included emotional exhaustion, impaired well-being, and intention to drop out of medical school. In specific studies, Burnout prevalence rates of 28% and 35.3% were reported, indicating a considerable occurrence of the phenomenon in the populations investigated. **Conclusion:** The findings suggest that addressing Burnout requires institutional strategies such as psychosocial and academic support, reduction of academic overload, mentoring, and peer support groups.

Keywords: Professional Burnout; Mental Health; Medical Education.

Resumen

Objetivo: Analizar los factores asociados al síndrome de burnout en estudiantes de Medicina y los desenlaces durante la formación médica. **Método:** Se trata de una revisión integrativa de la literatura, realizada en las bases de datos *PubMed*, *SciELO* y *ScienceDirect*, considerando publicaciones de enero de 2020 a septiembre de 2026, en portugués, inglés y español. La estrategia de búsqueda utilizó descriptores de los Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) y del *Medical Subject Headings* (MeSH), combinados mediante los operadores booleanos AND y OR. Se consideraron elegibles los estudios que investigaron el síndrome de burnout en estudiantes de Medicina y sus factores asociados o desenlaces, respetando los criterios de inclusión y exclusión previamente establecidos. Tras la

identificación, la eliminación de duplicados, el cribado y la evaluación de elegibilidad, se incluyeron diez estudios en la síntesis cualitativa. **Resultados:** Los estudios señalaron asociaciones entre el burnout, la elevada carga de trabajo, la presión evaluativa, los conflictos entre las exigencias académicas y la vida personal, el menor apoyo social y factores psicológicos, como la ansiedad y la depresión. Entre los desenlaces identificados, destacaron el agotamiento emocional, el deterioro del bienestar y la intención de abandonar el curso. En estudios específicos, se registraron prevalencias de burnout del 28 % y del 35,3 %, lo que indica una presencia considerable del fenómeno en las poblaciones investigadas. **Conclusión:** Los hallazgos sugieren que el abordaje del burnout requiere estrategias institucionales, como el acompañamiento psicopedagógico, la reducción de la sobrecarga académica, las tutorías y los grupos de apoyo.

Palabras clave: Agotamiento Profesional; Salud Mental; Educación Médica.

Introdução

A formação médica é marcada por elevada exigência acadêmica, intensa carga de estudos, necessidade constante de atualização e contato progressivo com situações de sofrimento, adoecimento e morte. A combinação dessas demandas pode favorecer o desenvolvimento de estresse e sofrimento psicológico, tornando os estudantes de Medicina uma população particularmente vulnerável ao comprometimento da saúde mental. Nesse contexto, a Síndrome de Burnout tem despertado crescente interesse científico, especialmente por sua relação com as características do processo de formação médica (Almutair *et al*., 2022).

A Síndrome de Burnout está relacionada à exposição prolongada a situações de estresse e manifesta-se por diferentes dimensões, incluindo exaustão emocional, distanciamento ou despersonalização e redução da realização pessoal. No ambiente acadêmico, sua ocorrência pode estar relacionada à interação entre fatores individuais, acadêmicos e institucionais. Aspectos como sobrecarga de atividades, pressão por desempenho, dificuldades de adaptação, insatisfação com a formação e insuficiência de suporte podem contribuir para maior vulnerabilidade dos estudantes. Boone *et al*. (2024) ressaltam o caráter multifatorial do Burnout entre estudantes de Medicina, indicando que sua compreensão exige considerar diferentes aspectos envolvidos na experiência acadêmica.

A preocupação torna-se ainda maior diante da relação entre Burnout e saúde mental. Estudantes de Medicina podem vivenciar simultaneamente diferentes manifestações de sofrimento psicológico, como estresse, ansiedade, sintomas depressivos e alterações do sono. Peng *et al*. (2023) apontam que problemas relacionados à saúde mental apresentam importante

ocorrência entre estudantes de Medicina, enquanto Carrard *et al*. (2024) reforçam a necessidade de acompanhar a saúde mental ao longo da graduação. No contexto brasileiro, Prata *et al*. (2021) também evidenciaram a presença da síndrome entre estudantes de Medicina, demonstrando que essa problemática não se restringe a determinados sistemas educacionais ou contextos socioculturais.

Além dos aspectos individuais, o ambiente de formação pode exercer influência importante sobre a experiência dos estudantes. A elevada competitividade, a cobrança por desempenho, a extensa jornada acadêmica e a exposição às demandas da prática clínica podem favorecer situações de vulnerabilidade psicológica. Vale *et al*. (2021) discutem experiências de sofrimento vivenciadas por estudantes durante a formação médica, chamando atenção para a necessidade de reconhecer e enfrentar condições que podem contribuir para a deterioração da saúde mental. Assim, compreender os fatores relacionados ao Burnout mostra-se importante não apenas para o reconhecimento do problema, mas também para o desenvolvimento de estratégias de prevenção e promoção da saúde no ambiente universitário.

Diante da relevância da saúde mental durante a formação médica e da necessidade de compreender os diferentes fatores relacionados à ocorrência do Burnout nessa população, justifica-se a realização desta revisão integrativa, uma vez que a reunião e a análise das evidências disponíveis podem contribuir para uma compreensão mais ampla do fenômeno e subsidiar ações de prevenção, acolhimento e promoção da saúde mental entre estudantes de Medicina. Dessa forma, o presente estudo teve como objetivo analisar, por meio de uma revisão integrativa da literatura, os principais fatores associados à Síndrome de Burnout em estudantes de Medicina e suas repercussões sobre a saúde mental.

Método

O presente estudo consiste em uma revisão integrativa da literatura, método que possibilita reunir, analisar e sintetizar evidências científicas provenientes de diferentes delineamentos metodológicos acerca de uma temática específica. Essa abordagem permite uma compreensão ampliada do fenômeno investigado, contribuindo para a identificação de fatores

associados, diferentes perspectivas encontradas na literatura e possíveis lacunas no conhecimento científico (Souza; Silva; Carvalho, 2010).

A pesquisa foi orientada pela seguinte questão norteadora: "Quais são os principais fatores associados à Síndrome de Burnout em estudantes de Medicina e quais são suas repercussões sobre a saúde mental?".

A busca dos estudos foi realizada nas bases de dados *PubMed*, *SciELO* e *ScienceDirect*, selecionadas por sua relevância na área das Ciências da Saúde e pela disponibilidade de literatura científica nacional e internacional relacionada à temática investigada.

Para a identificação das publicações, a pesquisa foi realizada em outubro de 2026, nas bases de dados *PubMed*, *SciELO* e *ScienceDirect*, considerando estudos publicados entre 2020 a setembro de 2026. Foram utilizados descritores controlados provenientes dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e do *Medical Subject Headings* (MeSH), relacionados à Síndrome de Burnout (*Burnout, Psychological*), aos Estudantes de Medicina (*Students, Medical*) e à Saúde Mental (*Mental Health*). Os descritores foram combinados por meio dos operadores booleanos "*AND*" e "*OR*", conforme as particularidades de cada base de dados. A estratégia de busca contemplou combinações como "Burnout" AND "Estudantes de Medicina", "Burnout" AND "Saúde Mental", "Burnout" AND ("Estudantes de Medicina" OR "*Medical Students*") e ("*Burnout*" OR "*Burnout Syndrome*") AND ("*Medical Students*" OR "*Students, Medical*") AND ("*Mental Health*" OR "*Mental Health Disorders*"). Também foram considerados os respectivos termos em inglês, com o objetivo de ampliar a recuperação de publicações nacionais e internacionais relacionadas à temática. Foram elegíveis estudos publicados em português, inglês ou espanhol, desde que atendessem aos critérios de inclusão previamente estabelecidos e abordassem a Síndrome de Burnout em estudantes de Medicina.

Foram consideradas publicações disponíveis nos idiomas português, inglês e espanhol, dentro do período previamente estabelecido para a pesquisa. A estratégia teve como finalidade identificar estudos que abordassem a ocorrência da Síndrome de Burnout entre estudantes de Medicina, seus fatores associados e suas possíveis repercussões sobre a saúde mental.

A seleção dos estudos ocorreu de forma sequencial, iniciando-se pela identificação das publicações nas bases de dados, seguida da remoção das duplicidades e da triagem dos títulos e resumos, conforme os critérios previamente estabelecidos. Posteriormente, os estudos

potencialmente elegíveis foram submetidos à leitura na íntegra. Dos artigos incluídos, foram extraídas informações referentes à autoria, ano e país de publicação, objetivo, delineamento metodológico, população estudada, fatores associados ao Burnout, repercussões sobre a saúde mental e principais conclusões. Os dados foram organizados em quadro sinóptico para facilitar a comparação e a síntese narrativa das evidências.

Foram incluídos artigos disponíveis na íntegra, publicados no período definido para a pesquisa, nos idiomas português, inglês ou espanhol, que abordassem estudantes de Medicina e apresentassem informações sobre a Síndrome de Burnout, seus fatores associados ou suas repercussões sobre a saúde mental. Foram excluídos estudos duplicados, publicações sem relação direta com a questão norteadora ou sem acesso ao texto completo, além de editoriais, cartas ao editor, relatos de experiência, resumos de eventos, dissertações, teses, trabalhos de conclusão de curso e outras publicações que não atendessem aos critérios estabelecidos.

O processo de seleção foi organizado nas etapas de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão, sendo apresentado em fluxograma adaptado das recomendações PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), demonstrando o número de estudos identificados, duplicidades removidas, publicações excluídas nas etapas de triagem e elegibilidade e, finalmente, os estudos incluídos na síntese da revisão.

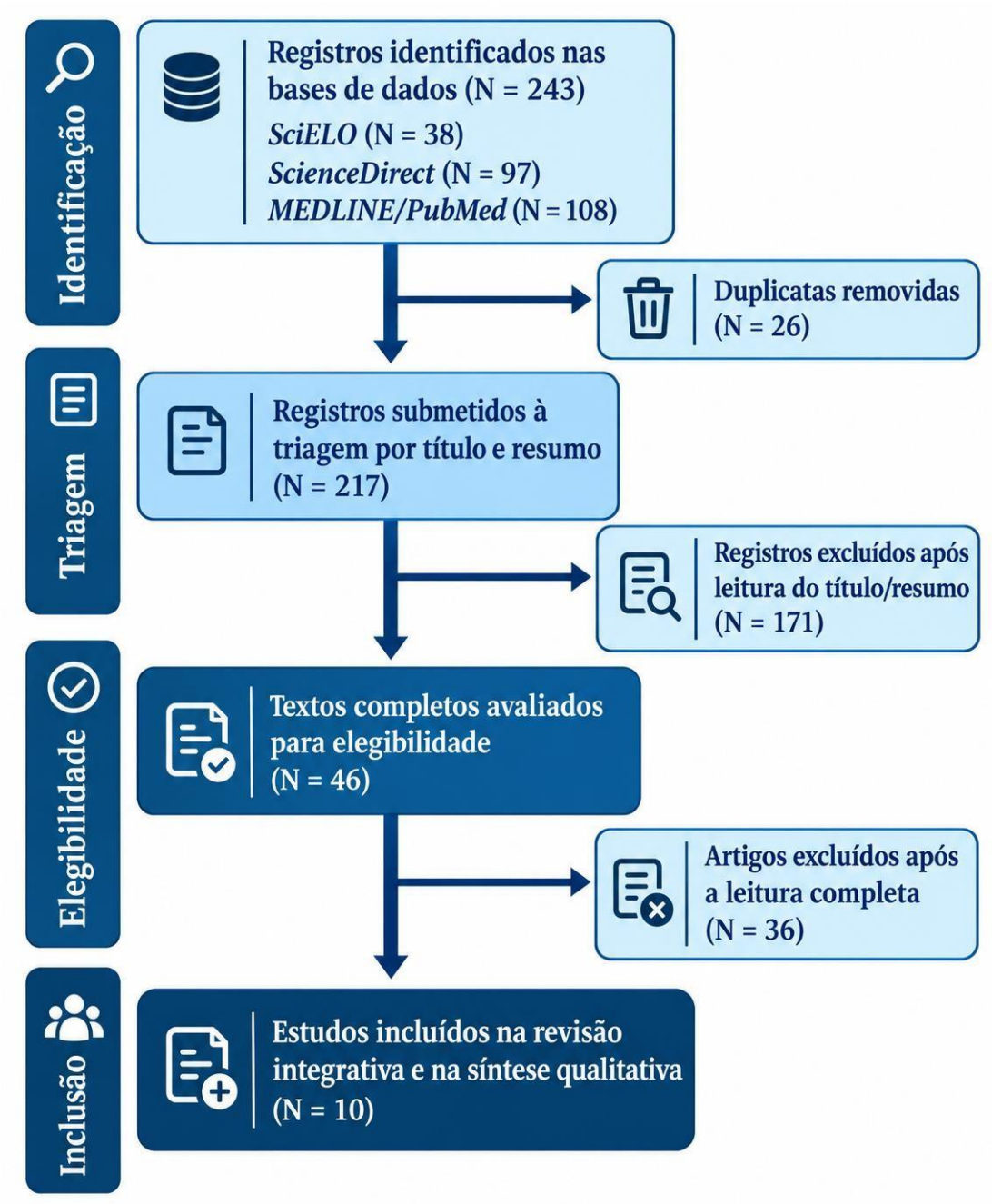
Resultados

A seleção dos estudos permitiu reunir evidências científicas relacionadas à temática investigada, proporcionando uma visão geral das publicações que atenderam aos objetivos propostos pela revisão. A análise dos registros identificados contribuiu para delimitar o conjunto de estudos relevantes, considerando sua pertinência para a compreensão do fenômeno estudado e sua contribuição para o conhecimento científico na área. Esse processo possibilitou estabelecer uma base consistente para a análise dos achados, favorecendo a identificação de diferentes perspectivas, resultados e aspectos relacionados ao objeto de investigação.

Ao término desse processo, 10 estudos foram incluídos na revisão, constituindo a base para a apresentação e discussão dos resultados. As publicações selecionadas representam o conjunto de evidências considerado pertinente para responder à questão norteadora e atender

ao objetivo da pesquisa. A partir desses estudos, tornou-se possível organizar as informações relevantes e identificar elementos que subsidiam a compreensão da temática abordada. A sistematização das publicações selecionadas também possibilitou estruturar as informações necessárias para a análise dos dados e a elaboração dos resultados da revisão. A Figura 1 apresenta o fluxograma do processo de seleção das publicações, demonstrando as etapas percorridas até a definição dos estudos incluídos na síntese qualitativa.

Figura 1 – Fluxograma do processo de amostragem na literatura.



Fonte: Dados da pesquisa (2026).
Legenda: N = Número de estudos.

Foram identificados 243 estudos nas bases de dados selecionadas para essa pesquisa. Com a triagem, foram selecionados 10 estudos para a composição da síntese qualitativa (Quadro 1).

Quadro 1 – Síntese qualitativa dos estudos selecionados.

Autoria/Ano	País	Amostra	Delineamento Metodológico	Objetivo	Principais Resultados
Boone *et al*. (2024)	Marrocos	92	Estudo observacional, transversal	Avaliar Burnout e fatores preditores.	Carga de trabalho, conflito trabalho-vida e neuroticismo associaram-se à exaustão emocional; menor suporte dos pares também contribuiu para maior exaustão.
Ilic, Zivanovic e Ilic (2024)	Sérvia	760	Estudo observacional, analítico e transversal	Avaliar risco de Burnout e fatores associados.	15,0% apresentaram alto risco global; exaustão emocional, cinismo e ineficácia acadêmica apresentaram frequências elevadas.
Santiago *et al.* (2024)	Brasil	57	Estudo observacional, longitudinal e prospectivo	Investigar a relação entre períodos de avaliação acadêmica, estresse e exaustão em estudantes de Medicina na Síndrome de Burnout.	A prevalência de estresse aumentou de 59,6% para 84,2%, e a exaustão passou de 12,3% para 31,6% no período avaliativo, indicando piora com maior demanda acadêmica.
Carrard *et al.* (2024)	Suíça	1.595	Estudo longitudinal	Avaliar evolução da saúde mental e Burnout durante a graduação.	Burnout piorou ao longo do curso; maior suporte social esteve associado a melhor saúde mental e menor Burnout.
Sinval *et al.* (2024)	Portugal	351	Estudo observacional, transversal	Analisar fatores relacionados ao Burnout e intenção de abandono.	Maior Burnout esteve relacionado a maior intenção de abandonar o curso; suporte social e satisfação educacional apresentaram efeito protetor.
Kiss e Pikó (2025)	Hungria	214	Estudo observacional, transversal	Avaliar fatores de risco e proteção para Burnout.	Depressão, ansiedade e baixa motivação associaram-se às dimensões do Burnout; motivação intrínseca apresentou possível efeito protetor.
Pleșea-Condratovici *et al*. (2025	Romênia	364	Estudo observacional, transversal	Investigar fatores demográficos, acadêmicos e	O uso problemático de redes sociais foi identificado como preditor

Autoria/Ano	País	Amostra	Delineamento Metodológico	Objetivo	Principais Resultados
				psicológicos associados ao Burnout, com ênfase no uso de redes sociais e na procrastinação.	independente de Burnout. A procrastinação moderou essa relação, mas não apresentou efeito mediador significativo.
Todorović *et al*. (2025	Sérvia	431	Estudo observacional, transversal	Determinar a prevalência de Burnout e investigar fatores sociais, acadêmicos, comportamentais e de saúde associados entre estudantes do quinto ano de Medicina.	A prevalência global de Burnout foi de 35,3%. A ansiedade esteve positivamente associada ao Burnout, enquanto o engajamento acadêmico apresentou associação inversa.
Leitner e Thun-Hohenstein (2026)	Áustria	168	Estudo observacional, transversal, com questionário	Investigar a prevalência de sintomas de Burnout e os fatores de estresse acadêmico em estudantes de duas universidades privadas de Medicina.	Cerca de 33,9% atenderam aos critérios operacionais de Burnout nas três dimensões avaliadas. O desequilíbrio entre vida pessoal e estudos e a percepção de suporte insuficiente à saúde mental apresentaram associações relevantes com os indicadores de Burnout.
Altyar *et al*. (2026)	Arábia Saudita	395	Estudo observacional, transversal e multicêntrico	Avaliar a prevalência, a gravidade e os fatores associados ao Burnout em estudantes de graduação em Medicina de diferentes instituições sauditas.	A prevalência global de Burnout foi de 28%, segundo o critério operacional utilizado. A exaustão emocional elevada foi observada em 47,1% dos participantes.

Fonte: Dados da pesquisa (2026).

Discussão

Os estudos incluídos nesta revisão demonstram que a Síndrome de Burnout em estudantes de Medicina está associada à interação entre fatores acadêmicos, psicossociais e individuais. Entre os aspectos mais recorrentes, destacam-se a elevada carga de atividades, a pressão por desempenho, os conflitos entre a vida acadêmica e pessoal, o suporte social insuficiente e as dificuldades relacionadas à saúde mental. Embora esses fatores apareçam em

diferentes investigações, as diferenças entre os instrumentos utilizados e os critérios adotados para caracterizar o Burnout exigem cautela na comparação dos resultados.

No estudo de Boone *et al*. (2024), realizado com estudantes de Medicina no Marrocos, a exaustão emocional foi relacionada a aspectos como a carga de trabalho, os conflitos entre as demandas acadêmicas e a vida pessoal e características individuais. O menor suporte dos colegas também foi apontado como um aspecto desfavorável. Esses achados reforçam a importância de considerar não apenas as exigências acadêmicas, mas também as relações interpessoais e as condições de apoio disponíveis aos estudantes.

A dimensão acadêmica também foi evidenciada por Ilic, Zivanovic Macuzic e Ilic (2024), cuja investigação com estudantes de Medicina na Sérvia identificou estudantes com elevado risco de Burnout e destacou dimensões relacionadas à exaustão, ao distanciamento em relação aos estudos e à percepção de eficácia acadêmica. Esses resultados demonstram a importância de considerar diferentes dimensões do esgotamento na avaliação das condições de saúde mental dos estudantes.

As repercussões do contexto acadêmico sobre o bem-estar dos estudantes também foram investigadas por Santiago *et al.* (2024), em um estudo longitudinal realizado no Brasil. Os autores observaram aumento da proporção de estudantes com estresse, de 59,6% para 84,2%, e com exaustão, de 12,3% para 31,6%, durante o período de avaliações. Os resultados contribuem para a compreensão da Síndrome de Burnout no contexto da formação médica, uma vez que a investigação contemplou indicadores relacionados ao esgotamento e à saúde mental dos estudantes. Nesse sentido, os achados evidenciam a influência das demandas acadêmicas sobre o bem-estar dos participantes e reforçam a importância de analisar manifestações como estresse e exaustão na discussão do Burnout.

A dimensão temporal do problema também merece atenção. Carrard *et al*. (2024), em investigação longitudinal com estudantes de Medicina na Suíça, analisaram a evolução de indicadores de saúde mental e Burnout ao longo da formação. Os resultados reforçam a relevância de acompanhar o bem-estar dos estudantes durante diferentes etapas do curso, considerando que as exigências e as experiências acadêmicas podem variar ao longo desse percurso. Nesse contexto, o suporte social constitui um aspecto importante a ser considerado,

embora sua influência deva ser interpretada de acordo com os resultados e os limites metodológicos de cada estudo.

Em comparação com esses achados, Sinval *et al*. (2024) identificaram associações entre Burnout, suporte social, satisfação com a formação e intenção de abandonar o curso. Os autores verificaram que níveis mais elevados de Burnout estavam associados a uma maior intenção de abandono, enquanto o suporte social e a satisfação acadêmica apresentavam relações favoráveis com indicadores psicossociais. Esses resultados indicam que o esgotamento pode estar relacionado não apenas ao bem-estar individual, mas também à experiência acadêmica e à permanência na graduação. Entretanto, a intenção de abandonar o curso não equivale necessariamente ao abandono efetivo.

As relações entre Burnout e saúde mental também foram exploradas por Kiss e Pikó (2025), que investigaram fatores de risco e proteção entre estudantes de Medicina na Hungria. A pesquisa examinou variáveis psicológicas e motivacionais relacionadas ao esgotamento acadêmico, contribuindo para demonstrar que o fenômeno não deve ser compreendido exclusivamente a partir da carga de estudos. A análise conjunta de aspectos emocionais e motivacionais permite considerar a complexidade do problema, embora estudos transversais não esclareçam, isoladamente, se as dificuldades psicológicas precedem o Burnout ou se também podem decorrer dele.

Outro aspecto investigado foi a relação entre comportamentos digitais, procrastinação e esgotamento. Pleșea-Condratovici *et al*. (2025) analisaram variáveis demográficas, acadêmicas e psicológicas associadas ao Burnout em estudantes de Medicina. O estudo identificou associação entre o uso problemático das redes sociais e o esgotamento acadêmico, além de examinar o papel da procrastinação nessa relação. Esses resultados ampliam a discussão sobre os fatores potencialmente envolvidos no Burnout, mas não justificam concluir que o uso de redes sociais, isoladamente, provoque a síndrome.

A dimensão acadêmica e psicológica também foi abordada por Todorović *et al*. (2025), em estudo com 431 estudantes do quinto ano de Medicina da Universidade de Belgrado, na Sérvia. Os autores encontraram prevalência de Burnout de 35,3%. A ansiedade apresentou associação positiva com o desfecho, enquanto o engajamento nos estudos apresentou associação inversa. Também foi identificada associação entre o desempenho acadêmico e o

Burnout. Esses resultados reforçam a relevância de considerar tanto os aspectos emocionais quanto o envolvimento dos estudantes com as atividades acadêmicas. Por se tratar de uma investigação transversal, contudo, os achados demonstram associações, mas não permitem estabelecer relações de causa e efeito.

No contexto austríaco, Leitner e Thun-Hohenstein (2026) investigaram sintomas de Burnout, bem-estar e fatores de estresse acadêmico em estudantes de duas instituições privadas de Medicina. Os autores observaram proporções expressivas de estudantes com níveis elevados em diferentes dimensões avaliadas pelo *Maslach Burnout Inventory–Student Survey* (MBI-SS). O equilíbrio entre vida acadêmica e pessoal e a percepção de insuficiência de apoio à saúde mental estiveram entre os fatores relacionados a indicadores menos favoráveis de Burnout e bem-estar. Esses achados reforçam a importância de medidas institucionais que considerem tanto a organização da formação quanto a disponibilidade de suporte psicológico aos estudantes.

Em uma investigação nacional realizada na Arábia Saudita, Altyar *et al*. (2026) avaliaram 395 estudantes de Medicina de 20 instituições e identificaram prevalência de Burnout de 28%, segundo os critérios adotados pelos autores. A exaustão emocional foi uma das dimensões mais frequentemente observadas. O estudo também investigou fatores acadêmicos, financeiros e pessoais, incluindo sobrecarga de atividades, dificuldades de gerenciamento do tempo e questões familiares. Além disso, foram relatadas experiências preocupantes relacionadas à intenção de abandonar o curso e à ideação suicida, o que reforça a importância de abordar a saúde mental na formação médica. Entretanto, por ser transversal e utilizar uma amostra de conveniência, a pesquisa não permite estabelecer causalidade nem generalizar automaticamente seus resultados para estudantes de outros países.

Em conjunto, os dez estudos apontam que o Burnout em estudantes de Medicina é um fenômeno multifatorial, relacionado às exigências acadêmicas, às condições de apoio social, às variáveis psicológicas e à experiência de formação. Apesar das convergências, as prevalências identificadas não devem ser comparadas diretamente, considerando as diferenças entre as populações investigadas, os instrumentos de avaliação, os pontos de corte e as definições operacionais adotadas.

Considerações Finais

A presente revisão integrativa evidenciou que a Síndrome de Burnout em estudantes de Medicina está relacionada a fatores acadêmicos, psicossociais e individuais, entre os quais se destacam a elevada carga de trabalho, a pressão por avaliações, os conflitos entre as demandas acadêmicas e a vida pessoal, o menor suporte social e as dificuldades relacionadas à saúde mental. Entre as principais repercussões identificadas, destacam-se a exaustão emocional, os sintomas de ansiedade e depressão, a redução da satisfação acadêmica e a maior intenção de abandono do curso. Os achados também ressaltam a importância de considerar o estresse e a exaustão como manifestações relevantes para a compreensão do esgotamento durante a formação médica, embora nem todos os estudos incluídos tenham avaliado diretamente a Síndrome de Burnout.

Diante desses resultados, ressalta-se a importância de estratégias institucionais contínuas de prevenção e enfrentamento do Burnout, incluindo o acompanhamento da saúde mental, o fortalecimento das redes de apoio, a melhoria das condições de organização acadêmica e a promoção de ambientes educacionais mais saudáveis. O reconhecimento precoce dos fatores de risco e o incentivo a fatores protetores, como o suporte social e o engajamento acadêmico, podem contribuir para o bem-estar dos estudantes e para a prevenção do esgotamento ao longo da graduação.

Portanto, os resultados devem ser interpretados considerando as limitações desta revisão, especialmente o número de estudos incluídos, o que pode ter restringido a abrangência das evidências identificadas. Além disso, a predominância de estudos transversais e os critérios utilizados dificultam a comparação direta dos resultados e limitam o estabelecimento de relações causais. Dessa forma, recomenda-se a realização de novas pesquisas longitudinais e multicêntricas, com avaliação crítica da qualidade metodológica e ampliação das fontes de busca, a fim de aprofundar a compreensão da evolução do Burnout na formação médica e favorecer o desenvolvimento de intervenções preventivas mais efetivas.

Referências

ALMUTAIRI, H. *et al*. Prevalence of burnout in medical students: a systematic review and meta-analysis. **International Journal of Social Psychiatry**, v. 68, n. 6, p. 1157–1170, 2022.

ALTYAR, A. E. *et al*. Nationwide assessment of burnout among medical undergraduates in Saudi Arabia using the Maslach Burnout Inventory. **BMC Medical Education**, v. 26, art. 979, 2026.

BOONE, A. *et al*. Burnout and predictive factors among medical students: a cross-sectional survey. **BMC Medical Education**, v. 24, n. 1, art. 812, 2024.

CARRARD, V. *et al*. Mental health and burnout during medical school: longitudinal evolution and covariates. **PLOS ONE**, v. 19, n. 4, 2024.

ILIC, I.; ZIVANOVIC, M. I.; ILIC, M. High risk of burnout syndrome and associated factors in medical students: a cross-sectional analytical study. **PLOS ONE**, v. 19, n. 5, 2024.

KISS, H.; PIKÓ, B. F. Risk and protective factors of student burnout among medical students: a multivariate analysis. **BMC Medical Education**, v. 25, art. 386, 2025.

LEITNER, C.; THUN-HOHENSTEIN, L. Burnout symptoms, burnout rate, well-being, and academia-related stress factors in medical students: a study in two private medical schools in Austria. **Neuropsychiatrie**, 2026.

PLEȘEA-CONDRATOVICI, C. *et al*. Factors associated with burnout in medical students: an exploration of demographic, academic, and psychological variables. **Healthcare**, v. 13, n. 14, art. 1702, 2025.

PENG, P. *et al*. The prevalence and risk factors of mental problems in medical students during COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. **Journal of Affective Disorders**, v. 321, p. 167–181, 2023.

PRATA, T. S. C. *et al*. Prevalence of burnout syndrome and associated factors in medical students under different educational models. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 67, n. 5, p. 667–674, 2021.

SANTIAGO, I. S. *et al*. Stress and exhaustion among medical students: a prospective longitudinal study on the impact of the assessment period on medical education. **BMC Medical Education**, v. 24, art. 630, 2024.

SINVAL, J. *et al*. Correlates of burnout and dropout intentions in medical students: a cross-sectional study. **Journal of Affective Disorders**, v. 364, p. 221–230, 2024.

SOUZA, M. T. de; SILVA, M. D. da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, v. 8, n. 1, p. 102–106, 2010.

TODOROVIĆ, J. *et al*. Factors associated with burnout among the Belgrade University medical students. **Archives of Industrial Hygiene and Toxicology**, v. 76, n. 4, p. 274–281, 2025.

VALE, T. C. B. *et al*. Factors behind burnout increase in medical students. Are the criteria so important?. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, n. 2, 2021.