REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

BURNOUT EM ESTUDANTES DE MEDICINA: FATORES DE RISCO, IMPACTO NA QUALIDADE DE VIDA E ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO

BURNOUT IN MEDICAL STUDENTS: RISK FACTORS, IMPACT ON QUALITY OF LIFE, AND PREVENTION STRATEGIES

AGOTAMIENTO PROFESIONAL EN ESTUDIANTES DE MEDICINA: FACTORES DE RIESGO, IMPACTO EN LA CALIDAD DE VIDA Y ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN

José Ferreira de Sousa Netto
Mestre em Educação para o Ensino da área da Saúde, Afya Faculdade de Medicina de Garanhuns, Brasil
E-mail: ferreira.netto@hotmail.com

Isabella Campos Teixeira Lima
Estudante de Medicina, Afya Faculdade de Medicina de Garanhuns, Brasil
E-mail: isabellacampostx@gmail.com

Juliana Campos Peixoto Medeiros
Estudante de Medicina, Afya Faculdade de Medicina de Garanhuns, Brasil
E-mail: jujulianacampospeixotomedeiros@gmail.com

Nayara Sofhia da Silva Lima
Estudante de Medicina, Afya Faculdade de Medicina de Garanhuns, Brasil
E-mail: nayarasophiadasilvalima@gmail.com

Olyvya Gabrielly Tenório de Carvalho Alves
Estudante de Medicina, Afya Faculdade de Medicina de Garanhuns, Brasil
E-mail: olyvya.popular@gmail.com

Victoria Maria Santos Pinheiro Campos
Estudante de Medicina, Afya Faculdade de Medicina de Garanhuns, Brasil
E-mail: vm26292116@gmail.com

Resumo

A síndrome de burnout (SB) configura-se como um relevante problema de saúde entre estudantes de Medicina, com repercussões significativas na qualidade de vida e no desempenho acadêmico. O presente estudo teve como objetivo analisar os fatores de risco, os impactos e as estratégias de prevenção do burnout nessa população. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, conduzida nas bases de dados PubMed, MEDLINE, SciELO e LILACS, incluindo artigos publicados entre 2015 e 2025, nos idiomas português, inglês e espanhol. Os achados evidenciam elevada prevalência da síndrome, embora com variações metodológicas entre os estudos, bem como associação consistente com fatores como sobrecarga acadêmica, privação de sono, estresse crônico e insuficiência de suporte

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

psicossocial. Observou-se maior vulnerabilidade em estudantes do sexo feminino e tendência de agravamento ao longo da formação médica. A SB demonstrou impacto negativo na saúde mental, no rendimento acadêmico e associação com comportamentos de risco. Conclui-se que o burnout em estudantes de Medicina apresenta natureza multifatorial, demandando intervenções articuladas em níveis individual e institucional, com ênfase na promoção da saúde mental e na reestruturação do ambiente acadêmico.
Palavras-chave: burnout; estudantes de medicina; saúde mental; qualidade de vida; prevenção.

Abstract

Burnout Syndrome (BS) is a relevant health issue among medical students, with significant repercussions on quality of life and academic performance. This study aimed to analyze the risk factors, impacts, and prevention strategies related to burnout in this population. This integrative literature review was conducted using PubMed, MEDLINE, SciELO, and LILACS databases, including articles published between 2015 and 2025 in Portuguese, English, and Spanish. The findings indicate a high prevalence of burnout, despite methodological variability among studies, and a consistent association with factors such as academic overload, sleep deprivation, chronic stress, and insufficient psychosocial support. Greater vulnerability was observed among female students, as well as a tendency for symptom progression throughout medical training. Burnout showed a negative impact on mental health and academic performance, and was associated with risk behaviors. It is concluded that burnout among medical students is a multifactorial condition, requiring integrated individual and institutional interventions, with emphasis on mental health promotion and restructuring of the academic environment.
Keywords: burnout; medical students; mental health; quality of life; prevention.

Resumen

El síndrome de burnout (SB) es un problema de salud significativo entre los estudiantes de medicina, con importantes repercusiones en la calidad de vida y el rendimiento académico. Este estudio tuvo como objetivo analizar los factores de riesgo, los impactos y las estrategias de prevención del burnout en esta población. Se trata de una revisión bibliográfica integradora, realizada en las bases de datos PubMed, MEDLINE, SciELO y LILACS, que incluyó artículos publicados entre 2015 y 2025, en portugués, inglés y español. Los hallazgos muestran una alta prevalencia del síndrome, si bien con variaciones metodológicas entre los estudios, así como una asociación consistente con factores como la sobrecarga académica, la privación del sueño, el estrés crónico y la falta de apoyo psicosocial. Se observó una mayor vulnerabilidad en las estudiantes y una tendencia al empeoramiento a lo largo de la formación médica. El SB demostró un impacto negativo en la salud mental y el rendimiento académico, así como una asociación con conductas de riesgo. Se concluye que el burnout en los estudiantes de medicina es de naturaleza multifactorial, lo que requiere intervenciones coordinadas tanto a nivel individual como institucional, con énfasis en la promoción de la salud mental y la reestructuración del entorno académico.
Palabras clave: burnout; estudiantes de medicina; salud mental; calidad de vida; prevención.

1. Introdução

A síndrome de burnout (SB) é reconhecida como uma condição complexa e multifacetada, caracterizada, sobretudo, pela presença de tensão emocional crônica. Seus principais componentes são a exaustão emocional, a despersonalização e a redução da realização profissional (Jarruche; Mucci, 2021). O quadro clínico da SB pode ser classificado em quatro categorias: (1) físicos, como cefaleia, fadiga, dores musculares, distúrbios do sono e alterações do apetite; (2) psíquicos, como dificuldade de memorização e de concentração; (3) emocionais,

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

como ansiedade, depressão, irritabilidade e agressividade; e (4) comportamentais, como sentimentos de culpa e autodepreciação (Lima *et al.*, 2021).

Em 2022, a SB foi oficialmente incorporada à 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11) pela Organização Mundial da Saúde (OMS), no contexto ocupacional, como fenômeno resultante de estresse crônico no trabalho que não foi manejado com sucesso. Embora essa formulação esteja vinculada ao ambiente laboral, a literatura tem progressivamente reconhecido a ocorrência do fenômeno em contextos não ocupacionais, particularmente entre estudantes da área da saúde. Nesse cenário, o burnout acadêmico tem sido conceituado como uma adaptação da síndrome para o ambiente educacional, preservando suas três dimensões — exaustão emocional, cinismo ou despersonalização e baixa eficácia profissional ou acadêmica — , embora reorientadas para as demandas próprias da formação. Para sua mensuração nesse contexto, utiliza-se com frequência o *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* (MBI-SS), versão adaptada do instrumento original. Cabe ainda distinguir três expressões frequentemente utilizadas de forma imprecisa: o *risco de burnout*, que se refere à probabilidade aumentada de desenvolvimento do quadro com base em indicadores parciais; os *sintomas de burnout*, que dizem respeito à presença de manifestações isoladas de alguma de suas dimensões; e a *síndrome de burnout* propriamente dita, configurada quando há preenchimento dos critérios diagnósticos nas três dimensões. Essa distinção é fundamental, uma vez que diferentes estudos podem mensurar diferentes desfechos, com implicações diretas para a interpretação dos dados de prevalência.

Segundo Rodrigues *et al.* (2020), acadêmicos de Medicina desenvolvem a síndrome em decorrência da elevada carga horária, da inserção precoce em serviços de saúde e da consequente redução do tempo dedicado à família, aos amigos e ao lazer. Esses fatores contribuem para a adoção de práticas pouco saudáveis na tentativa de atingir metas acadêmicas, tais como privação do sono, aumento excessivo da carga de estudos, hábitos alimentares irregulares, comparação constante com colegas e abandono ou redução da prática de atividade física, o que também gera sensação de não realização pessoal (Maia *et al.*, 2011).

A rotina acadêmica dos estudantes de Medicina caracteriza-se por jornadas extensas, alto grau de responsabilidade e intensa exigência emocional, elementos associados ao surgimento de transtornos psíquicos, como estresse, ansiedade e, em especial, a SB (Bortoli *et al.*, 2025). Nesse sentido, Lima *et al.* (2024) destacam que o ambiente acadêmico da graduação médica

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

frequentemente envolve sobrecarga de atividades, competição entre pares e pressão por resultados, fatores que contribuem para o esgotamento emocional dos estudantes.

Bortoli *et al.* (2025) apontam que a prevalência de burnout entre estudantes de Medicina no Brasil varia entre 30% e 60%, a depender dos instrumentos de avaliação utilizados. Entre os principais fatores de risco, destacam-se sexo feminino, insatisfação com o curso, baixa resiliência, privação de sono, uso excessivo de tecnologias e ausência de suporte emocional (Landim; Martuscello Neto, 2021; França *et al.*, 2014). Ademais, Porfírio *et al.* (2024) afirmam que esses fatores se somam à vulnerabilidade emocional característica dessa população, especialmente nos primeiros anos do curso, favorecendo quadros de adoecimento silencioso.

O estudo de Lima *et al.* (2021), realizado com 133 acadêmicos de Medicina de uma universidade privada do Rio de Janeiro, revelou que 85,7% apresentavam níveis médios ou altos de exaustão emocional, 27% apresentavam descrença elevada e oito estudantes preenchiam critérios compatíveis com a SB. A síndrome impacta a qualidade de vida, o desempenho acadêmico e a motivação para a prática médica, podendo associar-se à evasão do curso e a erros clínicos futuros (Bortoli *et al.*, 2025).

Diante desse cenário, torna-se relevante investigar estratégias de prevenção e enfrentamento. Tais estratégias podem ser implementadas tanto em nível individual, por meio do autocuidado, da prática de *mindfulness* e do suporte psicológico, quanto em nível institucional, com adaptações curriculares e promoção de ambientes acadêmicos mais acolhedores (Porfírio *et al.*, 2024). Considerando a relevância clínica, acadêmica e social do tema, bem como a heterogeneidade dos achados disponíveis na literatura, justifica-se a realização de uma síntese integrativa que reúna evidências recentes sobre os fatores de risco, os impactos sobre a qualidade de vida e as estratégias de prevenção da síndrome de burnout em estudantes de Medicina, de modo a subsidiar discussões institucionais e pedagógicas voltadas à promoção da saúde mental ao longo da formação médica.

A síndrome de burnout (SB) é reconhecida como uma condição complexa e multifacetada, caracterizada, sobretudo, pela presença de tensão emocional crônica. Seus principais componentes são a exaustão emocional, a despersonalização e a redução da realização profissional (Jarruche; Mucci, 2021). O quadro clínico da SB pode ser classificado em quatro

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

categorias: (1) físicos, como cefaleia, fadiga, dores musculares, distúrbios do sono e alterações do apetite; (2) psíquicos, como dificuldade de memorização e de concentração; (3) emocionais, como ansiedade, depressão, irritabilidade e agressividade; e (4) comportamentais, como sentimentos de culpa e autodepreciação (Lima *et al.*, 2021).

Em 2022, a SB foi oficialmente incorporada à 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11) pela Organização Mundial da Saúde (OMS), no contexto ocupacional, como fenômeno resultante de estresse crônico no trabalho que não foi manejado com sucesso. Embora essa formulação esteja vinculada ao ambiente laboral, a literatura tem progressivamente reconhecido a ocorrência do fenômeno em contextos não ocupacionais, particularmente entre estudantes da área da saúde. Nesse cenário, o burnout acadêmico tem sido conceituado como uma adaptação da síndrome para o ambiente educacional, preservando suas três dimensões — exaustão emocional, cinismo ou despersonalização e baixa eficácia profissional ou acadêmica — , embora reorientadas para as demandas próprias da formação. Para sua mensuração nesse contexto, utiliza-se com frequência o *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* (MBI-SS), versão adaptada do instrumento original. Cabe ainda distinguir três expressões frequentemente utilizadas de forma imprecisa: o *risco de burnout*, que se refere à probabilidade aumentada de desenvolvimento do quadro com base em indicadores parciais; os *sintomas de burnout*, que dizem respeito à presença de manifestações isoladas de alguma de suas dimensões; e a *síndrome de burnout* propriamente dita, configurada quando há preenchimento dos critérios diagnósticos nas três dimensões. Essa distinção é fundamental, uma vez que diferentes estudos podem mensurar diferentes desfechos, com implicações diretas para a interpretação dos dados de prevalência.

Segundo Rodrigues *et al.* (2020), acadêmicos de Medicina desenvolvem a síndrome em decorrência da elevada carga horária, da inserção precoce em serviços de saúde e da consequente redução do tempo dedicado à família, aos amigos e ao lazer. Esses fatores contribuem para a adoção de práticas pouco saudáveis na tentativa de atingir metas acadêmicas, tais como privação do sono, aumento excessivo da carga de estudos, hábitos alimentares irregulares, comparação constante com colegas e abandono ou redução da prática de atividade física, o que também gera sensação de não realização pessoal (Maia *et al.*, 2011).

A rotina acadêmica dos estudantes de Medicina caracteriza-se por jornadas extensas, alto grau de responsabilidade e intensa exigência emocional, elementos associados ao surgimento de

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

transtornos psíquicos, como estresse, ansiedade e, em especial, a SB (Bortoli *et al.*, 2025). Nesse sentido, Lima *et al.* (2024) destacam que o ambiente acadêmico da graduação médica frequentemente envolve sobrecarga de atividades, competição entre pares e pressão por resultados, fatores que contribuem para o esgotamento emocional dos estudantes.

Bortoli *et al.* (2025) apontam que a prevalência de burnout entre estudantes de Medicina no Brasil varia entre 30% e 60%, a depender dos instrumentos de avaliação utilizados. Entre os principais fatores de risco, destacam-se sexo feminino, insatisfação com o curso, baixa resiliência, privação de sono, uso excessivo de tecnologias e ausência de suporte emocional (Landim; Martuscello Neto, 2021; França *et al.*, 2014). Ademais, Porfírio *et al.* (2024) afirmam que esses fatores se somam à vulnerabilidade emocional característica dessa população, especialmente nos primeiros anos do curso, favorecendo quadros de adoecimento silencioso.

O estudo de Lima *et al.* (2021), realizado com 133 acadêmicos de Medicina de uma universidade privada do Rio de Janeiro, revelou que 85,7% apresentavam níveis médios ou altos de exaustão emocional, 27% apresentavam descrença elevada e oito estudantes preenchiam critérios compatíveis com a SB. A síndrome impacta a qualidade de vida, o desempenho acadêmico e a motivação para a prática médica, podendo associar-se à evasão do curso e a erros clínicos futuros (Bortoli *et al.*, 2025).

Diante desse cenário, torna-se relevante investigar estratégias de prevenção e enfrentamento. Tais estratégias podem ser implementadas tanto em nível individual, por meio do autocuidado, da prática de *mindfulness* e do suporte psicológico, quanto em nível institucional, com adaptações curriculares e promoção de ambientes acadêmicos mais acolhedores (Porfírio *et al.*, 2024). Considerando a relevância clínica, acadêmica e social do tema, bem como a heterogeneidade dos achados disponíveis na literatura, justifica-se a realização de uma síntese integrativa que reúna evidências recentes sobre os fatores de risco, os impactos sobre a qualidade de vida e as estratégias de prevenção da síndrome de burnout em estudantes de Medicina, de modo a subsidiar discussões institucionais e pedagógicas voltadas à promoção da saúde mental ao longo da formação médica.

2. Materiais e Métodos

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

A presente pesquisa consistiu em uma revisão integrativa da literatura, modalidade que permite a síntese de evidências provenientes de estudos com diferentes delineamentos metodológicos. Para favorecer a transparência e a rastreabilidade do processo de seleção, foram adotadas, como referência complementar, recomendações do checklist PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), aplicáveis ao relato das etapas de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos estudos. Cabe ressaltar que não se trata de uma revisão sistemática, motivo pelo qual o PRISMA foi utilizado apenas como inspiração para o relato, e não como protocolo metodológico integralmente aplicado.

O estudo foi conduzido conforme as etapas metodológicas propostas por Botelho, Cunha e Macedo (2011), que envolvem a identificação do tema e a formulação da pergunta norteadora, a definição dos critérios de inclusão e exclusão, a busca sistematizada da literatura, a seleção, extração e categorização das informações relevantes, a avaliação crítica e interpretação dos resultados e, por fim, a síntese do conhecimento produzido.

A pergunta norteadora foi elaborada com base na estratégia PICo, adaptada para revisões integrativas, em que a População (P) corresponde a estudantes de Medicina, o Interesse (I) à síndrome de burnout e seus fatores associados, e o Contexto (Co) à graduação médica. Desse modo, formulou-se a seguinte questão: *Quais são os fatores de risco, os impactos sobre a qualidade de vida e as estratégias de prevenção da síndrome de burnout em estudantes de Medicina, descritos na literatura científica publicada entre 2015 e 2025?*

A busca bibliográfica foi realizada em 21 de fevereiro de 2026, nas bases PubMed, MEDLINE (via Biblioteca Virtual em Saúde), SciELO e LILACS. Foram utilizados descritores cadastrados nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e no *Medical Subject Headings* (MeSH), nos idiomas português, inglês e espanhol. O Descritor 1 correspondeu a "Esgotamento Profissional" (DeCS) / "Burnout, Professional" (MeSH) / "Agotamiento Profesional" (DeCS); o Descritor 2, a "Estudantes de Medicina" / "Students, Medical" / "Estudiantes de Medicina"; o Descritor 3, a "Saúde Mental" / "Mental Health" / "Salud Mental"; o Descritor 4, a "Qualidade de Vida" / "Quality of Life" / "Calidad de Vida"; e o Descritor 5, a "Fatores de Risco" / "Risk Factors" / "Factores de Riesgo".

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

Os descritores foram combinados por meio dos operadores booleanos "AND" e "OR", com o objetivo de ampliar a sensibilidade e a especificidade da busca. O operador "AND" foi utilizado para garantir a presença simultânea dos conceitos centrais da pergunta norteadora, isto é, Descritor 1 AND Descritor 2 AND Descritor 3 ou Descritor 4, enquanto o operador "OR" foi empregado para agrupar termos sinônimos ou correlatos dentro de um mesmo eixo conceitual, conforme a sintaxe específica de cada base.

As estratégias de busca foram adaptadas à sintaxe específica de cada base de dados. Na SciELO, utilizou-se a combinação (burnout OR academic burnout) AND (medical students OR medicine students) AND (quality of life OR mental health). Na PubMed, aplicou-se (burnout[Title/Abstract]) AND (medical students[Title/Abstract]) AND (quality of life[Title/Abstract]) AND (risk factors[Title/Abstract]). Na MEDLINE, acessada por meio da BVS, foi empregada a estratégia ("Burnout, Professional") AND ("Students, Medical") AND ("Mental Health" OR "Quality of Life"). Na LILACS, utilizou-se tw:(burnout) AND tw:("estudantes de medicina") AND tw:("saúde mental") AND tw:("qualidade de vida"). Foram aplicados os seguintes filtros, nas bases que dispunham desse recurso: período de publicação entre 2015 e 2025; idiomas português, inglês e espanhol; e disponibilidade do texto completo.

Foram estabelecidos critérios de inclusão e exclusão previamente definidos, com o objetivo de assegurar a relevância e a qualidade metodológica dos estudos selecionados. Como critérios de inclusão, foram considerados artigos publicados entre 2015 e 2025, disponíveis na íntegra, nos idiomas português, inglês ou espanhol, que abordassem a síndrome de burnout em estudantes de Medicina, contemplando aspectos relacionados à prevalência, fatores de risco, impacto na qualidade de vida ou estratégias de prevenção. Foram aceitos tanto estudos primários, observacionais e de intervenção, quanto estudos secundários, como revisões sistemáticas, revisões integrativas e revisões de escopo, desde que apresentassem metodologia claramente descrita. Como critérios de exclusão, foram desconsiderados estudos duplicados entre as bases, publicações em idiomas distintos dos três selecionados, dissertações, teses, resumos de eventos e capítulos de livros, trabalhos sem rigor metodológico explicitado ou que não respondessem à pergunta norteadora e pesquisas realizadas exclusivamente com profissionais já formados ou com populações distintas do escopo desta investigação.

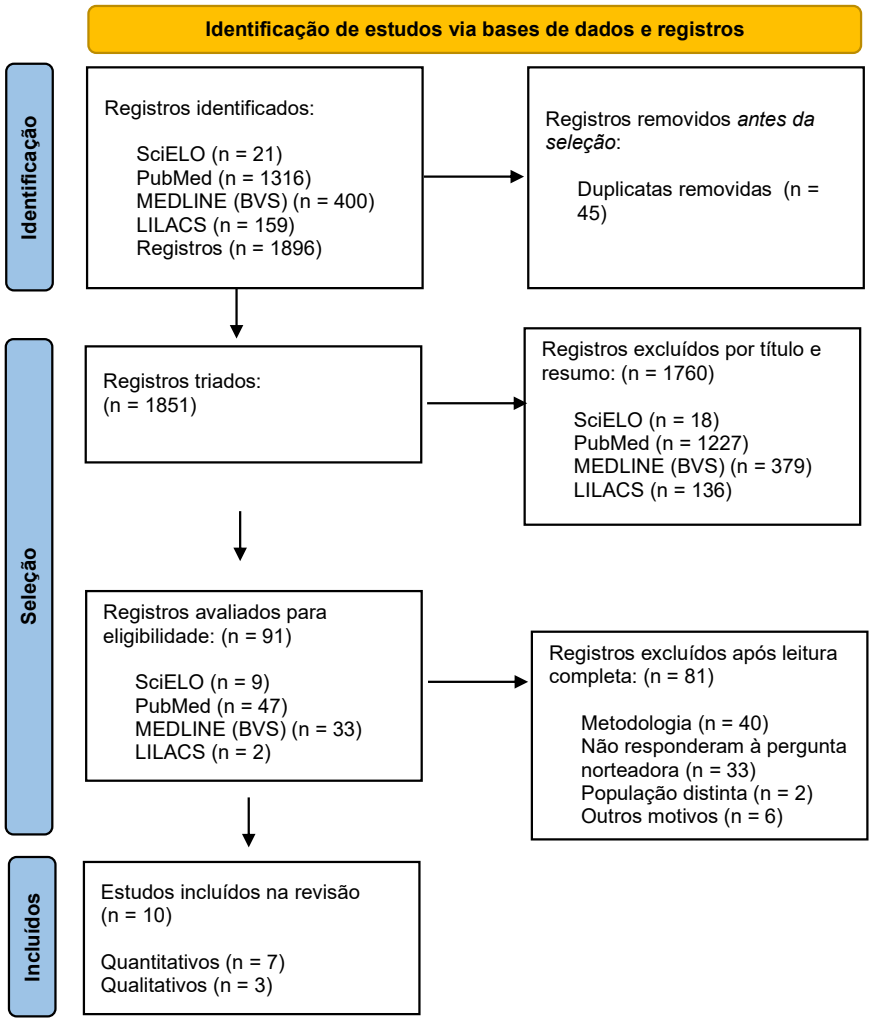
REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

A busca recuperou inicialmente 1.896 registros, distribuídos entre SciELO (n = 21), PubMed (n = 1.316), MEDLINE/BVS (n = 400) e LILACS (n = 159). A seleção dos estudos ocorreu em etapas sequenciais, conduzidas de forma independente pelos revisores, com resolução de divergências por consenso. Na etapa de identificação, foram recuperados 1.896 registros nas quatro bases de dados. Na etapa de remoção de duplicatas, 45 registros duplicados foram excluídos, restando 1.851 registros únicos para triagem. Na triagem por título e resumo, após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 1.760 registros foram excluídos por não atenderem ao escopo da revisão, assim distribuídos: SciELO (n = 18), PubMed (n = 1.227), MEDLINE (n = 379) e LILACS (n = 136), restando 91 artigos para avaliação em texto completo, sendo SciELO (n = 9), PubMed (n = 47), MEDLINE (n = 33) e LILACS (n = 2). Na avaliação de elegibilidade, dos 91 artigos lidos integralmente, 81 foram excluídos (SciELO = 6; PubMed = 40; MEDLINE = 33; LILACS = 2) pelos seguintes motivos: não responderam à pergunta norteadora, metodologia insuficientemente descrita, população distinta do escopo da revisão ou tipo de publicação não elegível, como teses, resumos de eventos ou capítulos de livros. Ao final, 10 estudos compuseram a amostra desta revisão integrativa, sendo 7 de abordagem quantitativa e 3 de abordagem qualitativa.

A inclusão final de 10 estudos justifica-se pela aplicação rigorosa dos critérios de elegibilidade, com priorização dos artigos que apresentavam alinhamento direto com os três eixos analíticos propostos, ou seja, fatores de risco, impacto na qualidade de vida e estratégias de prevenção, além de metodologia claramente descrita e foco específico na população de estudantes de Medicina, evitando a inclusão de estudos sobrepostos em conteúdo ou de qualidade metodológica insuficiente. O processo completo encontra-se sintetizado no fluxograma adaptado do PRISMA (Figura 1).

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

Figura 1. Ultilização do fluxograma PRISMA adaptado na seleção de estudos.



Fonte: Adaptado de Page *et al.*, 2021.

A amostra final foi categorizada segundo autor, ano, país, periódico, objetivo, tipo de estudo, abordagem metodológica, instrumentos utilizados (como o *Maslach Burnout Inventory – Student Survey*), principais resultados e nível de evidência. O nível de evidência de cada estudo foi classificado conforme a categorização proposta pela *Agency for Healthcare Research and Quality* (AHRQ), que estabelece níveis hierárquicos de robustez metodológica (Galvão, 2006).

Por se tratar de pesquisa bibliográfica, não houve envolvimento direto de seres humanos, não implicando riscos éticos. Ainda assim, foram rigorosamente observados os princípios de fidedignidade, integridade científica e correta atribuição de autoria, não sendo necessária a

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

submissão do trabalho ao Comitê de Ética em Pesquisa, conforme estabelece a Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde.

3. Resultados e discussão

Os quadros 1A e 1B apresentam a caracterização e os principais achados dos 10 estudos incluídos na amostra desta revisão integrativa da literatura. O Quadro 1A reúne os dados de identificação dos estudos (autoria, país, periódico, tipo de estudo e abordagem metodológica), enquanto o Quadro 1B sintetiza os objetivos, os principais resultados, os instrumentos utilizados e o nível de evidência, conforme a classificação proposta pela *Agency for Healthcare Research and Quality* (AHRQ).

*Quadro 1A** – Caracterização dos estudos incluídos na amostra.

Nº	Autoria (Ano)	País	Periódico	Tipo de estudo	Abordagem metodológica
1	Rodrigues *et al.* (2020)	Brasil	Revista Brasileira de Educação Médica	Observacional transversal	Quantitativa
2	Cazolari *et al.* (2020)	Brasil	Revista Brasileira de Educação Médica	Observacional transversal (descritivo)	Quantitativa
3	Tavares *et al.* (2020)	Brasil	Mundo da Saúde	Observacional transversal	Quantitativa
4	Carro & Nunes (2021)	Brasil	Jornal Brasileiro de Psiquiatria	Observacional transversal	Quantitativa
5	Nassar & Carvalho (2021)	Brasil	Espaço para a Saúde	*Scoping review* / revisão de escopo	Qualitativa (revisão bibliográfica)
6	Boone *et al.* (2024)	Marrocos	BMC Medical Education	Observacional analítico transversal	Quantitativa
7	March-Amengual *et al.* (2022)	Espanha	International Journal of Environmental	Observacional transversal	Quantitativa

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

Nº	Autoria (Ano)	País	Periódico	Tipo de estudo	Abordagem metodológica
			Research and Public Health		
8	Oliveira *et al.* (2024)	Brasil	Revista Científica OMNIA Saúde	Revisão integrativa	Quanti-qualitativa (bibliográfica)
9	Porfírio *et al.* (2024)	Brasil	Revista PsicoFAE	Revisão de literatura	Qualitativa (revisão narrativa)
10	Prendergast *et al.* (2024)	Reino Unido	BMC Medical Education	Intervenção educacional (longitudinal, 4 meses)	Mista (qualitativa + quantitativa)

*Fonte:** Os autores, 2026.

*Quadro 1B** – Objetivos, principais resultados, instrumentos e nível de evidência dos estudos incluídos.

	Nº	Autoria (Ano)	Objetivo	Principais resultados	Instrumentos	Nível de evidência (AHRQ)
	1	Rodrigues *et al.* (2020)	Avaliar a prevalência da síndrome de burnout em estudantes de Medicina.	80,63% dos homens e 81,06% das mulheres foram classificados com risco moderado ou alto para a síndrome. Houve associação entre o risco e variáveis sociodemográficas (idade, condição de moradia, presença de filhos, atividade remunerada).	MBI-SS + questionário sociodemográfico + fatores preditores e sintomas	Nível IV
	2	Cazolari *et al.* (2020)	Associar os níveis de burnout e de bem-estar em estudantes de Medicina.	Estudantes do sexo feminino apresentaram maior propensão à exaustão emocional.	MBI-SS + WHOQOL-BREF + questionário sociodemográfico	Nível IV

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

	Nº	Autoria (Ano)	Objetivo	Principais resultados	Instrumentos	Nível de evidência (AHRQ)
				Discentes do 1º e 2º anos apresentaram maior eficácia profissional do que os do 3º e 4º anos, sem diferenças por gênero nesse domínio.		
	3	Tavares *et al.* (2020)	Identificar a prevalência da síndrome de burnout em estudantes de Medicina e seus fatores associados.	Prevalência da síndrome de 9,5%. O uso de álcool e tabagismo aumentou a sintomatologia. Maior duração do sono e melhor gestão do estresse associaram-se a menor sintomatologia em todos os domínios.	MBI-SS + questionário sociodemográfico e de hábitos de vida	Nível IV
	4	Carro & Nunes (2021)	Verificar a prevalência da síndrome de burnout em estudantes de Medicina e identificar fatores associados.	De 522 respondentes (n total = 625), a prevalência da síndrome foi de 12,3%. Não houve associação com características sociodemográficas, hábitos ou rotina. A presença de pensamentos suicidas durante o curso foi o único fator associado à ocorrência da síndrome (aumento de 10% na probabilidade).	MBI-SS + questionário sociodemográfico	Nível IV
	5	Nassar & Carvalho (2021)	Revisar o panorama da síndrome de burnout em estudantes de graduação em	Elevada prevalência de sintomas de burnout, especialmente exaustão	Busca em SciELO, LILACS, PubMed, Cochrane,	Nível V

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

	Nº	Autoria (Ano)	Objetivo	Principais resultados	Instrumentos	Nível de evidência (AHRQ)
			Medicina no Brasil, analisando prevalência, fatores associados e impactos na formação acadêmica.	emocional e estresse acadêmico. Carga horária intensa, pressão acadêmica e competitividade contribuem para o desenvolvimento da síndrome, com associação à queda de desempenho acadêmico e prejuízos à saúde mental.	Scopus e Web of Science	
	6	Boone *et al.* (2024)	Investigar a prevalência da síndrome de burnout e identificar fatores preditores entre estudantes de Medicina, analisando diferenças entre fases pré-clínica e clínica.	Maior nível de cinismo entre estudantes da fase clínica. A exaustão emocional foi predita por carga de trabalho elevada, conflito trabalho-vida, baixo suporte social de colegas e neuroticismo. O cinismo associou-se à fase do curso, à carga de trabalho, à menor percepção de significado nos estudos e ao neuroticismo. A baixa eficácia profissional foi predita apenas pelo neuroticismo.	Questionário estruturado aplicado aos participantes do estudo WeMeds	Nível IV
	7	March-Amengual *et al.* (2024)	Investigar a prevalência de sintomas psicológicos e de burnout em estudantes universitários do primeiro ano e sua relação com	Em 506 estudantes, prevalência de 27,1% de sofrimento psicológico e 7,3% de burnout. Os achados indicam comprometimento	Brief Symptom Inventory (BSI-18) + MBI-SS + notas acadêmicas	Nível IV

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

	Nº	Autoria (Ano)	Objetivo	Principais resultados	Instrumentos	Nível de evidência (AHRQ)
			o desempenho acadêmico.	de saúde mental já no início da vida universitária.		
	8	Oliveira *et al.* (2024)	Avaliar a prevalência, os fatores de risco e as consequências da síndrome de burnout em estudantes de Medicina por meio de revisão integrativa.	Maior incidência entre estudantes do sexo feminino. Fatores associados: sobrecarga acadêmica, privação de sono e estresse constante. Associação com alterações emocionais, sofrimento psicológico e maior risco de uso de substâncias como enfrentamento.	Busca em PubMed, SciELO e LILACS	Nível V
	9	Porfírio *et al.* (2024)	Identificar estratégias de prevenção e enfrentamento do burnout em estudantes de Medicina, incluindo o papel dos Núcleos de Apoio Psicopedagógico.	Programas de mentoria, apoio psicológico, desenvolvimento de coping, revisão curricular e criação de núcleos psicopedagógicos foram identificados como medidas relevantes para reduzir o burnout e melhorar a qualidade de vida e o desempenho acadêmico.	Bases PubMed e SciELO + análise de 27 artigos	Nível V
	10	Prendergast *et al.* (2024)	Explorar a experiência de burnout em estudantes de Medicina nos primeiros anos e avaliar o impacto de uma intervenção	Estudantes do 2º ano apresentaram sintomas de burnout, principalmente fadiga física e cognitiva, com predominância de estressores	Ferramenta de autorreflexão sobre burnout + questionários + *focus group*	Nível III

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

	Nº	Autoria (Ano)	Objetivo	Principais resultados	Instrumentos	Nível de evidência (AHRQ)
			baseada em reflexão.	acadêmicos. A intervenção baseada em reflexão favoreceu o reconhecimento de sinais de burnout, a autoconsciência e a consideração de estratégias de enfrentamento.		

Fonte: Os autores, 2026. Legenda: AHRQ — Agency for Healthcare Research and Quality*; MBI-SS* — Maslach Burnout Inventory – Student Survey*; WHOQOL-BREF* — World Health Organization Quality of Life – Brief Version*; BSI-18* — Brief Symptom Inventory*.

A análise dos estudos selecionados evidencia que a síndrome de burnout constitui um problema relevante entre estudantes de Medicina, apresentando prevalência elevada, embora com variações importantes entre os achados. Antes da discussão dos fatores associados, é necessário destacar que essa variabilidade decorre, em grande medida, de diferenças conceituais entre os estudos quanto ao que está sendo mensurado. Rodrigues *et al.* (2020) identificaram que mais de 80% dos estudantes avaliados apresentavam *risco* moderado ou alto para burnout, enquanto Tavares *et al.* (2020) e Carro e Nunes (2021) encontraram prevalências da *síndrome* propriamente dita de 9,5% e 12,3%, respectivamente. Trata-se, portanto, de medidas distintas: a primeira refere-se à probabilidade de desenvolver o quadro, enquanto as demais refletem o preenchimento dos critérios diagnósticos da síndrome em si. Essa distinção entre *risco de burnout*, *sintomas de burnout* e *síndrome de burnout* é fundamental para a interpretação dos dados, pois discrepâncias dessa magnitude não podem ser atribuídas apenas a diferenças metodológicas genéricas.

Soma-se a essa distinção conceitual a heterogeneidade dos instrumentos utilizados nos estudos incluídos, conforme detalhado no Quadro 1B. Embora a maioria empregue o *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* (MBI-SS), os pontos de corte adotados, as dimensões consideradas (exaustão emocional, cinismo/despersonalização e eficácia profissional) e os critérios de classificação variam entre as pesquisas. Cazolari *et al.* (2020) e March-Amengual *et*

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

al. (2022), por exemplo, combinaram o MBI-SS com outros instrumentos (WHOQOL-BREF e BSI-18, respectivamente), enquanto Rodrigues *et al.* (2020) o associaram a um questionário próprio de fatores preditores. Essa variabilidade dos instrumentos e dos critérios de classificação contribui de forma substantiva para a amplitude das prevalências observadas e deve ser considerada na leitura comparativa dos resultados.

Outro ponto que merece consideração refere-se à qualidade metodológica dos estudos incluídos, sintetizada no Quadro 1B. A maioria classifica-se nos Níveis IV (estudos observacionais transversais) e V (revisões de literatura), conforme a categorização da AHRQ, sendo apenas o estudo de Prendergast *et al.* (2024) classificado como Nível III, por se tratar de intervenção quase-experimental. Essa predominância de delineamentos transversais e revisões secundárias limita a possibilidade de inferências causais, razão pela qual os achados a seguir são apresentados em termos de *associação* entre variáveis, e não de relação causa-efeito.

Para favorecer uma análise mais sistemática dos resultados, optou-se por organizar a discussão em torno de eixos analíticos que agrupam os fatores associados ao burnout em diferentes níveis de determinação: individuais, curriculares, institucionais e socioculturais. Essa organização permite uma leitura mais articulada do fenômeno e evita a mera enumeração de fatores isolados.

No que se refere aos fatores individuais, os achados mostram-se parcialmente consistentes. Rodrigues *et al.* (2020) identificaram associação entre o risco de burnout e aspectos como idade, condição de moradia, presença de filhos e exercício de atividade remunerada. Em contrapartida, Carro e Nunes (2021) não observaram relação significativa entre características sociodemográficas, hábitos e rotina do aluno e a ocorrência da síndrome. Tavares *et al.* (2020) destacaram, entre os fatores individuais, o uso de estimulantes como álcool e tabagismo, associado ao aumento da sintomatologia, bem como o impacto positivo de maior duração do sono e da melhor capacidade de gestão do estresse na redução dos sintomas em todos os domínios. Boone *et al.* (2024), por sua vez, identificaram o neuroticismo como preditor das três dimensões do burnout — exaustão emocional, cinismo e baixa eficácia profissional. Quanto às diferenças de gênero, Cazolari *et al.* (2020) verificaram maior propensão à exaustão emocional entre estudantes do sexo feminino, achado também relatado por Oliveira *et al.* (2024). Cabe ressaltar que essas

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

observações devem ser interpretadas com cautela, configurando-se como tendência observada em parte da literatura, mas ainda dependente do contexto, do desenho de estudo e do instrumento utilizado, não sendo possível afirmar relação causal direta nem realizar interpretações de cunho biologizante a partir dos dados disponíveis.

Em relação aos fatores curriculares, observa-se convergência entre os estudos quanto ao papel da sobrecarga acadêmica como elemento associado de forma recorrente ao burnout, frequentemente acompanhada da privação de sono e do estresse contínuo (Oliveira *et al.*, 2024; Nassar e Carvalho, 2021). Boone *et al.* (2024) acrescentam que a exaustão emocional foi predita principalmente pela carga de trabalho elevada e pelo conflito trabalho-vida pessoal, enquanto o cinismo associou-se também à fase do curso e à menor percepção de significado nos estudos. No mesmo sentido, esses autores identificaram níveis mais elevados de cinismo entre estudantes em fases clínicas, sugerindo um processo de desgaste progressivo associado ao aumento das responsabilidades e da exposição prática. Em consonância, Cazolari *et al.* (2020) observaram maior percepção de eficácia profissional entre estudantes dos anos iniciais, o que pode estar relacionado a níveis mais elevados de motivação e à menor exposição a estressores intensos no início do curso.

Quanto aos fatores institucionais, os achados apontam de forma reiterada para a influência da pressão acadêmica, da competitividade e da ausência de suporte psicossocial (Nassar e Carvalho, 2021). Boone *et al.* (2024) identificaram o baixo suporte social de colegas como um dos preditores da exaustão emocional, indicando a relevância das relações estabelecidas no ambiente acadêmico para a manutenção da saúde mental dos estudantes. Porfírio *et al.* (2024), em revisão de literatura com 27 artigos, destacam o papel dos Núcleos de Apoio Psicopedagógico e de programas institucionais como espaços relevantes de prevenção e enfrentamento da síndrome. Nesse sentido, a estrutura institucional aparece tanto como fator associado ao desencadeamento do burnout quanto como espaço potencial para sua prevenção.

No plano dos fatores socioculturais da formação médica, a literatura analisada faz menção à pressão por desempenho, à competitividade e ao ambiente exigente característico do curso de Medicina (Nassar e Carvalho, 2021). Esses elementos compõem o que pode ser entendido como a dimensão cultural da formação médica, que extrapola tanto as características individuais dos

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

estudantes quanto a organização curricular formal, manifestando-se em padrões de convivência, expectativas de excelência e modos de lidar com o sofrimento ao longo do curso.

As consequências da síndrome mostram-se amplas, abrangendo tanto a saúde mental quanto o desempenho acadêmico. Tavares *et al.* (2020) associaram o burnout ao uso de álcool e tabaco, enquanto Oliveira *et al.* (2024) destacaram a utilização de substâncias psicoativas como estratégia de enfrentamento das demandas acadêmicas. Além disso, March-Amengual *et al.* (2022), em estudo com estudantes do primeiro ano de cursos das ciências da saúde — incluindo Medicina — e de outras áreas, evidenciaram a presença de sofrimento psicológico já nos primeiros anos da vida universitária, indicando que o adoecimento psíquico pode se manifestar precocemente nesse contexto. Carro e Nunes (2021), por sua vez, identificaram a presença de pensamentos suicidas durante o curso como o único fator associado à ocorrência da síndrome em sua amostra, com aumento de 10% nessa probabilidade. Esse achado precisa ser interpretado com cautela: trata-se de associação estatística observada em um estudo transversal, não sendo possível inferir causalidade ou direção temporal entre os fenômenos. Ainda assim, o dado reforça a necessidade de triagem, acolhimento e suporte institucional em saúde mental, com mecanismos formais de identificação precoce do sofrimento psíquico no contexto da graduação médica.

Diante desse cenário, torna-se evidente a necessidade de estratégias voltadas à prevenção e ao enfrentamento do burnout. Os estudos incluídos permitem organizar essas estratégias em três níveis distintos, embora complementares. No nível individual, Tavares *et al.* (2020) destacam o impacto positivo do sono adequado e da gestão do estresse na redução dos sintomas, enquanto Prendergast *et al.* (2024) evidenciam o potencial de intervenções baseadas em autorreflexão para promover maior conscientização dos estudantes acerca dos sinais da síndrome e o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento. No nível interpessoal e pedagógico, Porfírio *et al.* (2024) ressaltam o papel de programas de mentoria, do apoio psicológico e do desenvolvimento de estratégias de *coping* como medidas relevantes para a redução do burnout e a melhoria da qualidade de vida e do desempenho acadêmico. No nível institucional, os mesmos autores apontam para a importância da revisão curricular e da criação de núcleos psicopedagógicos, ações também referidas por Nassar e Carvalho (2021) e Oliveira *et al.* (2024) como necessárias para a prevenção da síndrome.

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

Cabe destacar que a apresentação dessas estratégias na literatura analisada ocorre, predominantemente, de forma descritiva, sem detalhamento aprofundado dos mecanismos de ação, dos níveis de intervenção ou da evidência empírica que sustenta sua efetividade. Entre os estudos incluídos, apenas Prendergast *et al.* (2024) apresenta desenho de intervenção (Nível III), enquanto as demais propostas preventivas são extraídas de revisões secundárias e de estudos observacionais. Esse cenário sugere que as estratégias preventivas voltadas exclusivamente ao plano individual, como autocuidado e *mindfulness*, podem ser insuficientes se não articuladas a mudanças estruturais no ambiente acadêmico, sob pena de deslocar para o estudante a responsabilidade integral por um problema cuja origem também é institucional. Intervenções combinadas, que articulem ações nos três níveis, tendem a oferecer maior potencial de impacto, ainda que sejam necessários estudos longitudinais para confirmar sua efetividade ao longo do tempo.

Assim, os achados analisados reforçam que o burnout entre estudantes de Medicina não deve ser compreendido como uma questão simples, mas como um fenômeno multifatorial, associado às condições estruturais e pedagógicas da formação médica. Nesse sentido, a adoção de medidas institucionais articuladas torna-se relevante para a promoção da saúde mental e para a formação de profissionais mais preparados para os desafios da prática médica.

Apesar da relevância dos achados, este estudo apresenta limitações que devem ser consideradas na interpretação dos resultados. Por se tratar de uma revisão integrativa da literatura, os resultados dependem da qualidade metodológica dos estudos incluídos, sendo observada predominância de delineamentos observacionais transversais (Nível IV) e revisões de literatura (Nível V), com apenas um estudo de intervenção (Nível III), o que limita a inferência de relações causais. Além disso, a heterogeneidade dos métodos empregados, dos instrumentos de avaliação — como diferentes versões e pontos de corte do *Maslach Burnout Inventory* — e das populações analisadas dificulta a comparação direta entre os estudos e pode justificar a variabilidade das prevalências encontradas. A inclusão restrita a artigos publicados nos idiomas português, inglês e espanhol pode ter gerado viés de seleção, excluindo evidências relevantes disponíveis em outras línguas. Ademais, a exclusão de literatura cinzenta e a possibilidade de viés de publicação, com maior tendência à divulgação de resultados positivos, podem influenciar a síntese das evidências. Não foi aplicada, ainda, uma ferramenta formal de avaliação de

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

qualidade metodológica dos estudos incluídos, o que constitui limitação adicional. Por fim, o número limitado de estudos incluídos pode restringir a generalização dos achados para diferentes contextos acadêmicos e culturais.

Os achados deste estudo evidenciam a necessidade de implementação de estratégias integradas para o enfrentamento da síndrome de burnout em estudantes de Medicina, envolvendo intervenções nos três níveis discutidos. No âmbito individual, destaca-se a importância do desenvolvimento de habilidades de enfrentamento, como gestão do estresse, promoção do autocuidado, incentivo à prática regular de atividade física e fortalecimento do suporte social. No âmbito interpessoal e pedagógico, ganham relevância os programas de mentoria, o apoio psicológico e o desenvolvimento de estratégias de *coping*. No âmbito institucional, torna-se fundamental a reestruturação do ambiente acadêmico, com revisão da carga horária, adequação das metodologias de ensino e avaliação, além da criação e fortalecimento de núcleos de apoio psicopedagógico. Adicionalmente, a incorporação de ações de promoção da saúde mental no currículo médico, incluindo atividades de educação emocional e espaços de escuta qualificada, pode contribuir para a redução do sofrimento psíquico e para a formação de profissionais mais preparados e resilientes. Assim, a adoção de medidas preventivas e contínuas no ambiente educacional configura-se como estratégia relevante para minimizar os impactos do burnout e promover melhor qualidade de vida e desempenho acadêmico entre os estudantes.

4. Conclusão

A presente revisão integrativa evidencia que a síndrome de burnout em estudantes de Medicina constitui um fenômeno multifatorial, associado a aspectos individuais, curriculares, institucionais e socioculturais da formação médica. Entre os fatores mais frequentemente identificados nos estudos analisados, destacam-se a sobrecarga acadêmica, a privação de sono, o estresse contínuo e a ausência de suporte psicossocial, com tendência a maior vulnerabilidade entre estudantes do sexo feminino — achado que deve ser interpretado com cautela. Os impactos descritos abrangem prejuízos à saúde mental, ao desempenho acadêmico e ao bem-estar geral, configurando-se como associações estatísticas observadas em estudos predominantemente transversais, sem possibilidade de inferência causal.

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

Os resultados sinalizam a importância de estratégias preventivas articuladas em níveis individual, interpessoal/pedagógico e institucional, evitando a responsabilização integral do estudante por um problema cuja origem também é estrutural. Os achados devem ser interpretados à luz das limitações da revisão, sobretudo a predominância de estudos com níveis IV e V de evidência (AHRQ) e a heterogeneidade dos instrumentos utilizados. Reforça-se, portanto, a necessidade de estudos longitudinais e de intervenção, capazes de oferecer evidências mais robustas para subsidiar políticas institucionais voltadas à promoção da saúde mental ao longo da graduação médica.

5. Referências

BOONE, A.; LAVREYSEN, O.; DE VRIES, N.; DE WINTER, P.; MAZZUCCO, W.; MATRANGA, D.; MANISCALCO, L.; MICELI, S.; SAVATTERI, A.; KOWALSKA, M.; SZEMIK, S.; BARANSKI, K.; GODDERIS, L. Burnout and predictive factors among medical students: a cross-sectional survey. **BMC Medical Education**, v. 24, n. 1, p. 812, 2024. DOI: https://doi.org/10.1186/s12909-024-05792-6.

BORTOLI, A. C. R.; PEREIRA, B. H. A.; FIGUEIREDO, D. S.; BENELI, Y. S. Burnout em estudantes de medicina e profissionais da saúde: uma revisão integrativa sobre causas, impactos e estratégias de prevenção. **Revista Fisioterapia e Terapia Ocupacional**, v. 29, n. 142, 2025.

BOTELHO, L. L. R.; CUNHA, C. C. A.; MACEDO, M. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. **Gestão e Sociedade**, Belo Horizonte, v. 5, n. 11, p. 121-136, 2011. DOI: https://doi.org/10.21171/ges.v5i11.1220.

CARRO, A. C.; NUNES, R. D. Ideação suicida como fator associado à síndrome de Burnout em estudantes de medicina. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, n. 2, p. 91-98, 2021. DOI: https://doi.org/10.1590/0047-2085000000313.

CAZOLARI, P. G.; CAVALCANTE, M. de S.; DEMARZO, M. M. P.; COHRS, F. M.; SANUDO, A.; SCHVEITZER, M. C. Níveis de Burnout e bem-estar de estudantes de medicina: um estudo transversal. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. 4, p. e125, 2020. DOI: https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.4-20190138.

FRANÇA, T. L. B. de; OLIVEIRA, A. C. B. de L.; LIMA, L. F.; MELO, J. K. F. de; SILVA, R. A. R. da. Síndrome de Burnout: características, diagnóstico, fatores de risco e prevenção. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, Recife, v. 8, n. 10, p. 3539-3546, 2014. DOI: https://doi.org/10.5205/reuol.6039-55477-1-ED.

GALVÃO, C. M. Níveis de evidência. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 19, n. 2, p. v, 2006. DOI: https://doi.org/10.1590/S0103-21002006000200001.

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

JARRUCHE, L. T.; MUCCI, S. Síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa. **Revista Bioética**, v. 29, n. 1, p. 162-173, 2021. DOI: https://doi.org/10.1590/1983-80422021291456.

LANDIM, G. C.; MARTUSCELLO NETO, C. Síndrome de Burnout e os fatores de risco nos estudantes e residentes de medicina: uma revisão integrativa da literatura. **Revista Eletrônica Acervo Científico**, v. 35, p. e8731, 2021.

LIMA, A. H. A. P. de; DIAS, D. B.; BARROS, D. M. P. de; SANTIAGO, D. F.; DIAS, G. B.; WANDERLEY, G. G.; BARRETTO, R. D. D'A.; ALVES, M. E. de M.; SILVA, H. R. de S. e. Prevalência da síndrome de Burnout em estudantes do curso de medicina no Brasil: uma revisão de escopo. **Revista Neurociências**, São Paulo, v. 32, p. 1-28, 2024. DOI: https://doi.org/10.34024/rnc.2024.v32.16453.

LIMA, J. C. Síndrome de Burnout em estudantes de medicina. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 7, n. 5, p. 51758-51766, 2021. DOI: https://doi.org/10.34117/bjdv7n5-530.

MAIA, D. A. C.; MACIEL, R. H. M. O.; VASCONCELOS, J. A.; VASCONCELOS, L. A.; VASCONCELOS FILHO, J. O. V. Síndrome de Burnout em estudantes de medicina: relação com a prática de atividade física. **Cadernos ESP**, Ceará, v. 6, n. 2, p. 50-59, 2012. Disponível em: http://www.esp.ce.gov.br/cadernosesp/index.php/cadernosesp/article/view/80/59.

MARCH-AMENGUAL, J.-M.; CAMBRA BADII, I.; CASAS-BAROY, J.-C.; ALTARRIBA, C.; COMELLA COMPANY, A.; PUJOL-FARRIOLS, R.; BAÑOS, J.-E.; GALBANY-ESTRAGUÉS, P.; COMELLA CAYUELA, A. Psychological distress, burnout, and academic performance in first year college students. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 6, p. 3356, 2022. DOI: https://doi.org/10.3390/ijerph19063356.

NASSAR, L. M.; CARVALHO, J. P. de. Síndrome de burnout em estudantes de graduação de medicina no Brasil: uma revisão do panorama brasileiro. **Espaço para a Saúde — Revista de Saúde Pública do Paraná**, v. 22, p. 1-12, 2021. DOI: https://doi.org/10.22428/2317-1375.2021v22e080.

OLIVEIRA, J. B. C. C. de. Síndrome de Burnout em estudantes de medicina: uma revisão integrativa. **Revista Científica OMNIA Saúde**, v. 7, n. esp., 2024.

PAGE, M. J.; MCKENZIE, J. E.; BOSSUYT, P. M.; BOUTRON, I.; HOFFMANN, T. C.; MULROW, C. D.; SHAMSEER, L.; TETZLAFF, J. M.; AKL, E. A.; BRENNAN, S. E.; CHOU, R.; GLANVILLE, J.; GRIMSHAW, J. M.; HRÓBJARTSSON, A.; LALU, M. M.; LI, T.; LODER, E. W.; MAYO-WILSON, E.; MCDONALD, S.; MCGUINNESS, L. A.; STEWART, L. A.; THOMAS, J.; TRICCO, A. C.; WELCH, V. A.; WHITING, P.; MOHER, D. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. **BMJ**, v. 372, p. n71, 2021. DOI: https://doi.org/10.1136/bmj.n71.

PORFÍRIO, G. B.; FIGUEIREDO, D. S. da S.; CORTEZ, F. C. P.; MELHEM JÚNIOR, A. J.; FIGUEIREDO, D. L. A. O Burnout em estudantes de medicina: uma revisão de literatura sobre estratégias de prevenção e enfrentamento. **Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental**, Apucarana, v. 13, n. 1, p. 152-166, 2024.

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 13/03/2026 - **Accepted:** 19/05/2026
Vol: 13.10
DOI: 10.66104/83vjsh63
Pages: 1-24

PRENDERGAST, M.; PINTO, A. M. C.; HARVEY, C.-J.; MUIR, E. Burnout in early year medical students: experiences, drivers and the perceived value of a reflection-based intervention. **BMC Medical Education**, v. 24, n. 1, p. 7, 2024. DOI: https://doi.org/10.1186/s12909-023-04948-0.

RODRIGUES, C. S.; DEUS, M. L. A. de; ANDRADE, F. T. de; REZENDE, G. B.; MARIANO, L. de Á.; SÉ, A. B. Avaliação da prevalência da síndrome de Burnout em estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. 4, p. e176, 2020. DOI: https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.4-20200032.

TAVARES, H. H. F.; SILVA, H. R. S. da; MIRANDA, I. M. M.; GUERRA, H. S. Fatores associados à síndrome de Burnout em acadêmicos de medicina. **O Mundo da Saúde**, São Paulo, v. 44, p. 280-289, 2020. DOI: https://doi.org/10.15343/0104-7809.202044280289.