

Síndrome de Burnout nos estudantes de medicina

Ludielly Avelina da Silva Brito¹, Ana Carolina Sales Pironi¹, Fernanda Kelly Alcantara¹, Luís Felipe de Abreu Duarte¹, Denis Masashi Sugita².

1. Discente do curso de Medicina do Centro Universitário UniEVANGÉLICA.

2. Docente curso de Medicina do Centro Universitário UniEVANGÉLICA.

RESUMO:

Introdução: A Síndrome de Burnout é uma síndrome psicogênica cujo fator desencadeante é o trabalho prolongado associado a baixa realização profissional, sendo considerada um estado de exaustão emocional crônico. Ambientes cuja as demandas de trabalho são maiores que a capacidade individual de cumprir-las tendem a ser desencadeadoras de Burnout. Visto isso, os profissionais e acadêmicos da área da saúde são considerados de alto risco para desenvolver essa síndrome. Para os discentes, são graduações que, em especial o curso de medicina, são períodos integrais de estudo, atividades extracurriculares, provas semanais, estágios com carga horária prolongada e sem remuneração, e, por fim, a relação cotidiana com a doença e a morte. A síndrome de burnout em estudantes é caracterizada por sintomas de exaustão em relação a períodos longos de estudo, a descrença que é entendida com uma atitude cínica e distanciada com relação ao estudo e a baixa eficácia profissional de uma percepção de estarem sendo incompetentes enquanto estudantes. Os estudantes de medicina apresentam maior tendência a vivenciar o burnout pois existe um ambiente em que se prioriza a vida acadêmica e profissional em detrimento de outras áreas da vida como relacionamento familiar, outro ponto em relação a medicina são as constantes humilhações vivenciadas pelo o aluno causado pelos docentes como uma forma de bullying para incentivar o aprendizado. Somando esses fatores ao estresse cotidiano relacionado ao curso, faz-se depreciação do estudante, com uma vida desequilibrada emocionalmente, culminando em uma exaustão emocional crônica, abuso de substâncias como álcool, drogas e medicamentos e, por fim, suicídio. **Objetivo:** Descrever a incidência e os fatores de risco para desenvolvimento de síndrome de burnout em estudantes de medicina. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura pautada nos bancos de dados “SciELO”, “PubMed”, com a seleção de artigos publicados entre os anos de 2015 e 2019. Os Descritores Ciências da Saúde (DeCS) foram “esgotamento profissional”, “saúde mental”, “estudante”. Foram avaliados 18 artigos, dos quais 9 compõem este trabalho. Os critérios para seleção foram a associação da síndrome de burnout em estudantes da área da saúde. **Resultados:** O aparecimento da síndrome de Burnout em estudantes de medicina apresenta-se principalmente entre o terceiro e quarto ano de faculdade, diminuindo sua incidência após esse período. Contudo nota-se que a exaustão em relação aos estudos já se inicia desde o ciclo básico, agravando-se no ciclo clínico. Outra relação encontrada é que cerca de 50% dos estudantes de medicina desenvolverão síndrome de burnout em alguma fase da graduação, aumento em três a cinco vezes o risco de suicídio nesses estudantes. Quanto aos fatores de risco para o desenvolvimento de Burnout temos uma separação correspondente ao desafio de cada ano de graduação, sendo que no primeiro e segundo ano tem-se a adaptação em relação ao afastamento de familiares e amigos e a inserção em um ambiente exigente de aprendizado, além do primeiro contato com cadáveres, imaturidade emocional e discrepância entre a expectativa e a realidade do curso de medicina. Já para o terceiro e quarto ano tem-se os desafios como rodízios que os separam de seus vínculos de amizade da faculdade, maior contato com o ambiente hospitalar e com as morbidades, muitas críticas dos preceptores dos rodízios em relação as falhas e poucos elogios e exposição ao sofrimento humano, foi relatado que nessa fase da graduação cerca de 40% dos estudantes sofrem com assédio pessoal por parte dos discentes e funcionários dos ambientes de saúde. Nos dois últimos anos os fatores desencadeantes estão relacionados com a busca por um currículo espetacular e a preocupação com a aprovação na residência médica e a escolha da especialidade. **Conclusão:** é de fundamental importância a prevenção da Síndrome de Burnout nos estudantes de medicina, com incentivo do auto-cuidado médico, desenvolvimento de ambiente acadêmico com suporte emocional e psicológico que auxilie o estudante a reconhecer seus limites emocionais, praticas medicas que beneficiem a qualidade de vida e o bem-estar social são medidas para a prevenção de Burnout nas escolas médicas e como consequência redução nos números de suicídio associados aos estudantes de medicina. Por fim, incentivar os professores a fazerem cursos de didáticas para evitar praticas humilhantes e meios em que se aproximem mais dos alunos, reconhecendo aqueles com potencial risco para a doença e oferecer-lhes suporte emocional e médico.

Palavras-chave:

Esgotamento profissional.
Saúde mental.
Estudante.