

SÍNDROME DE BURNOUT E A SAÚDE MENTAL DE MÉDICOS RESIDENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

*Burnout syndrome and the mental health of resident
doctors: an integrative review*

*El síndrome de burnout y la salud mental de los
médicos residentes: una revisión integradora*

Luis Angelo Trovó¹
Rafaela Piva Vilela²
Clara Souza Oliveira²
Ana Laura Veiga de Assis²

RESUMO

A residência médica é uma fase crucial na formação dos profissionais de saúde, mas que pode resultar em momentos de sofrimento psicológico e levar ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout (SB). O objetivo da pesquisa é analisar a prevalência e causas de burnout em residentes médicos no Brasil. Para tal, o trabalho analisou fontes científicas disponíveis em bases de dados indexadas Lilacs, Scielo e Latindex, publicados entre 2018 e 2024, excluindo pesquisas com residentes de outros países e incluindo pesquisas de diferentes Estados do Brasil. Em um dos estudos, o índice de participantes com estresse chegou a 55,7%. Além disso, 13,5% relataram sintomas de depressão e 5,8% foram diagnosticados com Síndrome de Burnout. É necessário realizar estudos e iniciativas focadas em cuidar da saúde mental dos residentes. A psicologia pode contribuir para a formação médica, oferecendo apoio emocional e desenvolvendo estratégias que promovam o bem-estar.

Palavras-chave: *Burnout. Residência Médica. Saúde Mental.*

¹ Graduação em Administração pela Universidade Presbiteriana Mackenzie. Acadêmico de Medicina. Universidade Professor Edson Antônio Velano. Alfenas, Minas Gerais

² Acadêmica de Medicina. Universidade Professor Edson Antônio Velano. Alfenas, Minas Gerais

Autor de Correspondência:

*Luis Angelo Trovó. E-mail: luisstrovo@gmail.com

ABSTRACT

Medical residency is a crucial phase in the training of health professionals, but it can result in moments of psychological distress and lead to the development of Burnout Syndrome (BS). The objective of the research is to analyze the prevalence and causes of burnout in medical residents in Brazil. To this end, the study analyzed scientific sources available in indexed databases Lilacs, Scielo and Latindex, published between 2018 and 2024, excluding research with residents from other countries and including research from different states of Brazil. In one of the studies, the rate of participants with stress reached 55.7%. In addition, 13.5% reported symptoms of depression and 5.8% were diagnosed with Burnout Syndrome. Studies and initiatives focused on caring for the mental health of residents are needed. Psychology can contribute to medical training by offering emotional support and developing strategies that promote well-being.

Keywords: Burnout. Medical Residency. Mental Health.

RESUMEN

La residencia médica es una fase crucial en la formación de los profesionales de la salud, pero puede generar momentos de angustia y desarrollar el Síndrome de Burnout (SB). El objetivo de la investigación es analizar la prevalencia y las causas del burnout en médicos residentes en Brasil. El estudio analizó fuentes científicas disponibles en las bases de datos indexadas Lilacs, Scielo y Latindex, publicadas entre 2018 y 2024, excluyendo investigaciones con residentes de otros países e incluyendo investigaciones de diferentes estados de Brasil. En uno de los estudios, la tasa de participantes con estrés alcanzó el 55,7%. Además, el 13,5% reportó síntomas de depresión y el 5,8% fue diagnosticado con síndrome de Burnout. Se necesitan estudios e iniciativas centrados en el cuidado de la salud mental de los residentes. La psicología puede contribuir a la formación médica ofreciendo apoyo emocional y desarrollando estrategias de bienestar.

Palabras clave: Burnout. Residencia Médica. Salud mental.

INTRODUÇÃO

A residência médica é uma pós-graduação médica que possui duração de 1 a 5 anos, com carga horária de 60 horas semanais¹.

O termo *burnout* pode ser usado para descrever o estado psicossocial resultante da situação laboral, uma vez que o ambiente de trabalho tem a possibilidade de ser responsável pelo sentimento de exaustão física e emocional que afetam a saúde mental ao causar insatisfação ou sobrecarga no trabalho².

Os profissionais de saúde são considerados mais suscetíveis a desenvolver a síndrome de *burnout*, devido ao contato direto e diário com outras pessoas³. Além disso, a prevalência da síndrome pode ser maior durante a residência médica que além de uma grande carga horária, ainda marca o início do profissional no mercado de trabalho e exige altos níveis de responsabilidade⁴.

A residência médica faz parte da formação de profissionais especialistas e é reconhecida pela alta carga horária e exigências tanto sociais como emocionais. Durante este período, o profissional é exposto a situações de estresse constante, que incluem contato frequente com as exigências de pacientes, do sistema de saúde, dor, doença e morte, o que impacta a saúde mental e contribui para sobrecarregar o profissional, favorecendo o desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*⁵.

A Síndrome de *Burnout* pode ser caracterizada por um conjunto de sinais e sintomas de exaustão emocional e sensação de baixa realização profissional, o que afeta negativamente o bem-estar dos profissionais e, por consequência, a qualidade do atendimento prestado aos pacientes e seus familiares ou acompanhantes⁶.

A Síndrome de *Burnout* em médicos residentes tem sido amplamente documentada em diversos estudos, sendo considerada um problema global. No Brasil, a situação é especialmente preocupante devido às condições de trabalho muitas vezes precárias, sobrecarga nos sistemas de saúde, alto custo de vida em

idades metropolitanas, baixo retorno financeiro, dívidas estudantis e falta de políticas eficazes de suporte emocional aos profissionais.

Diante desse cenário, torna-se essencial compreender os fatores de risco e as consequências da Síndrome de *Burnout* em médicos residentes. Essa investigação permite não apenas dimensionar a problemática, mas também apontar estratégias eficazes de prevenção e intervenção que podem ser realizadas tanto no âmbito público como privado, mas que certamente pode ser base para a melhora do sistema de saúde como um todo.

Este estudo objetiva analisar a prevalência de *burnout* entre os residentes médicos em diferentes hospitais do Brasil segundo estudos realizados para identificar as causas e possíveis estratégias de mitigação. Foco este que pode trazer benefícios não apenas aos médicos residentes, mas também para as populações atendidas.

MÉTODO

No presente trabalho, foi realizada uma revisão integrativa, reunindo dados de pesquisas sobre um determinado tema e sintetizando de forma ordenada. As perguntas norteadoras da pesquisa foram: “Como está a saúde mental dos residentes de medicina no Brasil?”, “Quais fatores influenciam a saúde mental deste grupo?”, “O que pode ser feito para melhorar a qualidade de vida destes profissionais?”.

A busca bibliográfica foi realizada em bases eletrônicas com artigos em bases indexadas Lilacs, Latindex, SciELO, PePSIC e repositórios acadêmicos, com o uso de descritores: “*burnout*”, “residência médica” e “saúde mental”. A busca foi realizada em dezembro de 2024 e gerou inicialmente 36 resultados publicados entre 2018 e 2024.

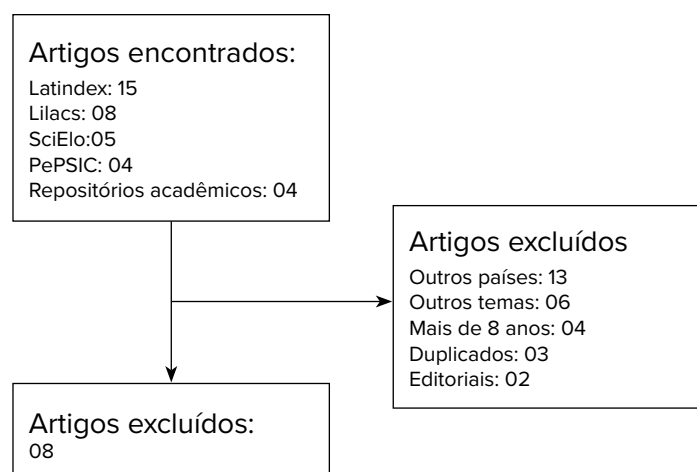
Os critérios de inclusão contemplaram artigos disponibilizados gratuitamente e integralmente em formato online até a data da pesquisa, publicados em inglês ou português e alinhados aos objetivos do estudo. Além disso, abrangeram estudos que discutem os possíveis fatores de risco, as consequências e as estratégias de enfrentamento do *burnout* em médicos residentes de diferentes Estados do Brasil.

Os critérios de exclusão foram pesquisas em outros países, pesquisas realizadas há mais de 8 anos, editoriais, cartas ao leitor.

Dos 36 artigos, apenas 8 foram incluídos na revisão final, conforme a Figura 1 que detalha as etapas da pesquisa, pois atendiam aos critérios de elegibilidade e se complementavam, analisando diferentes regiões e períodos, além de empregarem metodologias variadas para mensurar e avaliar os participantes.

As pesquisas analisadas adotaram diferentes abordagens metodológicas para investigar os impactos emocionais na residência médica. A escolha dos estudos foi baseada na relevância do tema e na representatividade das amostras.

Figura 1: Fluxograma das etapas da pesquisa



RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Síndrome de *Burnout* é uma condição de grande relevância no contexto da residência médica, sendo caracterizada por três dimensões principais: exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização profissional. A exaustão emocional manifesta-se pelo esgotamento físico e mental, levando os profissionais a sentirem-se constantemente fatigados e sem energia para lidar com as demandas do dia a dia. A despersonalização, por sua vez, se traduz em um distanciamento emocional dos pacientes, frequentemente acompanhado de atitudes negativas, insensíveis ou cínicas. Por fim, a reduzida realização profissional está associada à sensação de incompetência e insatisfação com o desempenho profissional, o que pode comprometer a motivação e a autoestima do residente.

Os instrumentos de avaliação utilizados nos estudos revisados incluem o Maslach Burnout Inventory (MBI), o Inventário de Sintomas de Estresse de Lipp (ISSL) e o Inventário de Depressão de Beck. As variáveis analisadas abrangem dados sociodemográficos, fatores ocupacionais e indicadores de saúde mental.

Os estudos variaram em relação ao tamanho da amostra, desde pesquisas com pequenos grupos de residentes até estudos multicêntricos com centenas de participantes. Também apresentaram diferenças quanto à região do Brasil analisada, permitindo uma visão mais ampla do cenário. As variáveis investigadas incluíram carga horária semanal, especialidade médica, fatores sociodemográficos, qualidade do sono e presença de transtornos psicológicos associados.

A tabela 1 sintetiza os principais resultados dos artigos selecionados para a revisão.

Tabela 1 - Síntese das principais característica das pesquisas.

Nome	Autor e ano	Número de participantes	Resultado	Estado do Brasil
Impactos psíquicos e sociais na formação de médicos residentes: apontamentos da Psicologia	Knabbe, TB. 2021	8	Dificuldades em equilibrar a vida pessoal e profissional, sentimento de insegurança e falta de suporte institucional	Santa Catarina
Residência médica: Fatores Emocionais e Síndrome de Burnout	Costa, AG. 2021	52	55,7% dos participantes apresentavam estresse. 13,5% dos médicos apresentaram sintomas de depressão, e 5,8% foram diagnosticados com Síndrome de Burnout	Rio Grande do Norte
Síndrome de Burnout: uma análise da saúde mental dos residentes médicos de um Hospital Escola	Costa, JA. 2022	102	76,47% dos residentes apresentaram alto nível em pelo menos um dos três domínios do índice de Burnout, e 21,57% exibiram alto nível de Burnout	São Paulo
Prevalência de Burnout entre Médicos Residentes de um Hospital Universitário	Bond, MMK. 2018	151	81,5% dos participantes apresentavam Burnout, com a exaustão emocional sendo a dimensão mais frequente (53%)	Rio Grande do Sul

Prevalência da Síndrome de Burnout entre Médicos Residentes	Silveira, FF. 2021	273	68,1% dos residentes apresentavam elevado estresse ocupacional e indicam síndrome de burnout em avançado desenvolvimento para 25,64%	Minas Gerais
Frequência da Síndrome de Burnout em médicos residentes	Oliveira <i>et al.</i> 2019	117	67,5% apresentaram alto índice de exaustão emocional, 40,0% de despersonalização e 53,0% baixo índice de realização profissional	Paraná
Síndrome de Burnout em médicos residentes do Hospital Universitário da Universidade Federal do Maranhão	Borges <i>et al.</i> 2020	80	A idade do profissional e o fato de estar nos anos iniciais da residência também são fatores contributivos para a Síndrome de Burnout	Maranhão

Um dos estudos foi conduzido através de uma pesquisa qualitativa com oito médicos residentes do segundo ano em um hospital público de Santa Catarina, utilizando grupos focais para coleta de dados e análise de conteúdo para interpretação dos resultados. A abordagem qualitativa permitiu uma compreensão mais profunda das experiências subjetivas dos residentes, destacando desafios emocionais e profissionais⁶.

Os resultados das pesquisas indicam uma prevalência significativa de sofrimento psíquico entre médicos residentes. O estudo identificou três categorias temáticas principais: impacto da residência na vida pessoal do médico, constituição da identidade profissional e aspectos institucionais relacionados à residência. Os participantes sinalizaram dificuldades em equilibrar a vida pessoal e profissional, sentimento de insegurança e falta de suporte institucional. Esses achados destacam a importância de um ambiente de trabalho que promova o equilíbrio pessoal e laboral, além de oferecer suporte emocional aos residentes⁶.

Avaliou-se também um estudo quantitativo, epidemiológico e transversal com 52 médicos, sendo 28 residentes e 24 preceptores do serviço de Clínica Médica de um Hospital Universitário em Natal, empregando instrumentos como o Inventário de Sintomas de Estresse de Lipp, o Inventário de Depressão de Beck e o Maslach Burnout Inventory para avaliação dos participantes. A utilização de instrumentos validados permitiu uma avaliação precisa dos níveis de estresse, depressão e *burnout* entre os pacientes⁷.

A pesquisa realizada no Rio Grande do Norte encontrou que 55,7% dos participantes apresentavam estresse, com predominância na fase de resistência e sintomas psicológicos. Além disso, 13,5% dos médicos apresentaram sintomas de depressão, e 5,8% foram diagnosticados com Síndrome de *Burnout*, todos residentes do segundo ano⁷.

Em Sorocaba, interior de São Paulo, desenvolveram um estudo analítico, transversal e quantitativo com 102 médicos residentes de um hospital-escola, utilizando o Maslach Burnout Inventory, o Critério de Classificação Econômica Brasil da Abep e questionários sócio demográficos para coleta de dados. A inclusão de variáveis socioeconômicas permitiu uma análise mais abrangente dos fatores que contribuem para o desenvolvimento da síndrome⁸.

Foi observado que 76,47% dos residentes apresentaram alto nível em pelo menos um dos três domínios do índice de Burnout (exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional), e 21,57% exibiram alto nível de *Burnout*. Houve relação significativa entre maior número de filhos e presença de exaustão emocional, maior frequência de despersonalização para residentes da área cirúrgica e reduzida realização profissional associada a determinadas faixas de renda. Logo, sugere-se que fatores pessoais e socioeconômicos podem influenciar⁸.

Na capital gaúcha, realizaram um estudo transversal com 151 médicos residentes de um Hospital Universitário de Porto Alegre, aplicando um instrumento informatizado contendo variáveis sociodemográficas e o Maslach Burnout Inventory para avaliação da prevalência de *Burnout*. A amostra significativa e a diversidade de especialidades médicas incluídas no estudo permitiram uma análise robusta dos fatores associados ao *burnout*⁹.

A pesquisa na capital gaúcha identificou que 81,5% dos participantes apresentavam *Burnout*, com a exaustão emocional sendo a dimensão mais frequente (53%), seguida por despersonalização (47,7%) e falta de realização profissional (45%). Residentes do segundo ano e do gênero masculino apresentaram maior probabilidade de desenvolver *Burnout*⁹.

Outro estudo avaliou 273 médicos residentes de um dos maiores hospitais de Belo Horizonte. Utilizaram ficha sócio demográfica e ocupacional, inventários de *Burnout* de *Maslach* e um roteiro de entrevista elaborado pelos pesquisadores. A combinação de métodos quantitativos e qualitativos permitiu uma compreensão mais completa dos fatores⁵.

O estudo no hospital universitário na capital mineira, mostrou que 68,1% dos residentes apresentavam elevado estresse ocupacional e indicam síndrome de *burnout* em avançado desenvolvimento para 25,64%. Além de sinalizar diferentes desenvolvimentos da síndrome⁵.

Também foi avaliado um estudo transversal e analítico realizado em um hospital universitário de nível terciário na cidade de Curitiba, Paraná. Através de um questionário, foram coletados dados socioeconômicos e os residentes responderam ao inventário MBI. As perguntas foram agrupadas em três dimensões e foi calculada a média dos valores. Com um total de 117 participantes, os residentes integravam diferentes especialidades, como por exemplo, pediatria, ginecologia e obstetrícia, clínica médica, radiologia, psiquiatria, patologia, terapia intensiva, cirurgia geral, infectologia, neurologia, anestesiologia, dermatologia, especialidades pediátricas e cirurgia pediátrica¹⁰.

Dos 117 indivíduos avaliados, 79 (67,5%) apresentaram alto índice de exaustão emocional, 47 (40,0%) de despersonalização e 62 (53,0%) baixo índice de realização profissional. O preenchimento de apenas um ou dois critérios não foi considerado como presença de SB, desta forma 32 (27,3%) apresentaram a SB. Entre os 32 participantes com SB, as especialidades agrupadas apresentaram o seguinte percentual: residentes de pediatria do primeiro e segundo anos com 40,6%, da área de exames complementares com 15,6%; pediatria do 3º e 4º anos, intensivistas, clínica médica, ginecologia e obstetrícia com, respectivamente, 9,4% cada; especialidades cirúrgicas e anestesiologia com 6,3%¹⁰.

Já um estudo descritivo, quantitativo e transversal realizado na região Nordeste, avaliou os fatores de risco em um hospital universitário em São Luiz, Maranhão. Com 80 médicos residentes de diversos setores (clínica médica, cirurgia geral, ginecologia e obstetrícia e pediatria), a pesquisa também utilizou o MBI composto por 22 questões. Em seguida, os dados foram analisados em relação a gênero, ano de residência, área de atuação, carga horária dentro e fora da residência, além de outros pontos socioeconômicos. Após análise, os dados foram segmentados em exaustão emocional (alto, moderado e baixo), despersonalização (alto, moderado e baixo), realização profissional (alto, moderado e baixo), risco para *burnout* (alto, moderado e baixo)¹¹.

A idade do profissional e o fato de estar nos anos iniciais da residência também são fatores contribuintes para a SB, sendo que idade inferior a 30 anos e anos iniciais são fatores de risco¹¹.

Uma revisão integrativa que avaliou pesquisas de 2011 até 2021 também foi utilizada como fonte do estudo. Na revisão em questão, foram 10 artigos incluídos após a pergunta norteadora: “Quais estratégias para enfrentamento do *burnout* em preceptores e médicos residentes possuem evidências científicas na literatura, do ponto de vista individual e institucional?”. O que ressaltou melhores condutas e caminhos para evitar o desgaste físico e mental na população base do estudo¹².

Segundo a revisão integrativa analisada, fica evidente que instituições também podem organizar serviços especializados no atendimento de seus profissionais, no sentido da prevenção e do tratamento de qualquer sobrecarga mental que possa afetar o profissional. Todavia, em relação às estratégias de enfrentamento individuais precisam levar em contexto as particularidades físicas, sociais e culturais de cada trabalhador¹².

A prevalência da Síndrome de *Burnout* entre os médicos residentes variou significativamente entre os estudos analisados, com índices que oscilaram de 27,3% a 81,5%. No estudo realizado no Hospital de Clínicas de Porto Alegre, 81,5% dos 151 residentes apresentaram *Burnout*, com a dimensão de exaustão emocional sendo a mais prevalente (53%), seguida por despersonalização (47,7%) e falta de realização profissional (45%). Outro estudo, conduzido no Hospital Universitário Onofre Lopes, encontrou que 5,8% dos 52 médicos avaliados apresentaram a Síndrome de *Burnout*, sendo todos residentes do segundo ano. Além disso, 55,7% dos participantes apresentaram estresse, com predominância na fase de resistência (53,8%) e sintomas psicológicos (36,5%). No Hospital de Clínicas da Universidade Federal do Paraná, a prevalência de *burnout* foi de 27,3% entre os 117 residentes participantes. Desses, 67% apresentaram alta exaustão emocional, 47% alta despersonalização e 53% baixos índices de realização profissional.

Diversos fatores foram associados ao desenvolvimento da Síndrome de *Burnout* nos médicos residentes. A ausência de atividades de lazer foi significativamente associada à presença da síndrome, com 37,5% dos residentes sem atividades de lazer apresentando *burnout*, em comparação a 17,8% daqueles com atividades de lazer ($p = 0,04$). De forma semelhante, a ausência de crença religiosa esteve associada a uma maior prevalência de *burnout* (40,6% versus 22,3%, $p = 0,04$). A presença de doenças crônicas também foi um fator significativo, com 56,2% dos residentes com doenças crônicas apresentando *burnout*, em comparação a 20,9% daqueles sem doenças crônicas ($p = 0,04$). No estudo do Hospital de Clínicas de Porto Alegre, o gênero masculino e os residentes do segundo ano apresentaram maior probabilidade de desenvolver *burnout*.

Algumas especialidades apresentam maior vulnerabilidade ao *burnout*. Estudos mostram que residentes da clínica médica e pediatria têm uma incidência maior de exaustão emocional, enquanto os residentes de cirurgia relatam menores níveis de realização profissional. A psiquiatria, por outro lado, demonstra menor incidência de despersonalização, possivelmente devido às habilidades de empatia desenvolvidas durante o treinamento.

A discussão também aborda a relação entre *burnout* e transtornos psicológicos, como ansiedade e depressão. Cerca de 40% dos residentes com *burnout* também preenchem critérios diagnósticos para transtorno depressivo maior, reforçando a necessidade de medidas preventivas.

Os altos índices de SB estão associados a uma série de fatores, incluindo a carga horária excessiva, já que os residentes que trabalham mais de 60 horas por semana apresentaram maiores níveis de exaustão emocional (73%) e despersonalização (54%)⁷, falta de suporte institucional, a ausência de políticas de bem estar e de acompanhamento psicológico, foram citados como principais fatores de risco e o impacto na vida pessoal, uma vez que 68% dos residentes relataram que possuem prejuízo significativo em suas relações pessoais devido à carga de trabalho e ausência destes suportes^{6,7}.

Esses achados ressaltam a necessidade de realizar mais pesquisas sobre o tema e intervenções direcionadas para a promoção da saúde mental entre médicos residentes. A implementação de programas de suporte psicológico, redução da carga horária excessiva, promoção de ambientes de trabalho mais saudáveis e estratégias de enfrentamento do estresse são medidas sugeridas para mitigar os efeitos negativos da residência médica na saúde mental dos profissionais.

A presença da Síndrome de *Burnout* nos médicos residentes pode levar a diversas consequências negativas, tanto para os profissionais quanto para os pacientes. Entre as possíveis repercussões estão o desenvolvimento de transtornos mentais, como depressão e ansiedade, aumento do risco de erros médicos, diminuição da qualidade do atendimento prestado e maior propensão ao abandono da profissão. Além disso, a Síndrome de *Burnout* está associada a alterações fisiológicas decorrentes do estresse, aumentando o risco de infecções e outras condições.

CONCLUSÕES

O impacto negativo na saúde mental dos médicos residentes no Brasil está amplamente documentado. Fatores como carga horária excessiva, alta exigência acadêmica e profissional, falta de suporte institucional e exposição constante a situações de sofrimento contribuem diretamente para o desenvolvimento do quadro. Esses elementos tornam a residência um período de extrema vulnerabilidade, em que os médicos enfrentam

não apenas desafios técnicos e científicos, mas também barreiras emocionais e psicológicas que podem comprometer sua saúde e bem-estar.

A análise de diferentes estudos permitiu identificar padrões consistentes nos sintomas relatados, reafirmando a presença de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional entre os residentes. Esses achados reforçam a necessidade urgente de adoção de medidas preventivas e intervenções eficazes para minimizar o impacto negativo da residência médica sobre a saúde mental dos profissionais. É fundamental que haja maior investimento em pesquisas sobre esse tema no Brasil, pois a escassez de estudos prejudica a compreensão aprofundada do problema, dificultando a implementação de soluções eficazes e impedindo a formulação de políticas públicas e iniciativas institucionais adequadas, prolongando o sofrimento dos residentes e comprometendo a qualidade do sistema de saúde.

Mesmo com os poucos dados disponíveis, é evidente que a residência médica impõe desafios significativos que podem comprometer a saúde mental dos médicos em treinamento. A sobrecarga emocional e psicológica vivida pelos residentes não afeta apenas sua saúde individual, mas também impacta diretamente a qualidade da assistência prestada aos pacientes. Profissionais em condições de exaustão extrema têm maior propensão a cometer erros médicos, o que pode comprometer a segurança hospitalar e a confiança na instituição de saúde.

Diante desse cenário, a implementação de medidas preventivas e interventivas é essencial. A integração de suporte psicológico, por meio de acompanhamento profissional e programas de suporte emocional, é uma estratégia eficaz para reduzir os impactos do *burnout*. Além disso, a revisão das cargas horárias, garantindo uma distribuição mais equilibrada do tempo de trabalho e descanso, pode contribuir significativamente para a melhoria da qualidade de vida dos residentes. A valorização do profissional, com melhores condições de trabalho, reconhecimento e incentivo, também é um fator determinante para a redução dos níveis de estresse e esgotamento.

Além dessas medidas, a criação de ambientes de trabalho mais acolhedores e humanizados é fundamental para assegurar o bem-estar dos futuros profissionais de saúde. Instituições médicas devem promover uma cultura organizacional que priorize o cuidado com seus colaboradores, fomentando o diálogo aberto sobre saúde mental, proporcionando espaços para descanso adequado e incentivando o autocuidado. Dessa forma, será possível reduzir os índices de *burnout* entre os residentes e, conseqüentemente, melhorar a qualidade do atendimento prestado à população.

Portanto, a Síndrome de *Burnout* entre médicos residentes é um problema que exige atenção e ação imediata. A falta de suporte adequado compromete não apenas a saúde dos profissionais, mas também a segurança dos pacientes e a eficiência do sistema de saúde como um todo. A adoção de políticas de prevenção, o investimento em pesquisas e a melhoria das condições de trabalho são essenciais para garantir que os médicos possam desempenhar suas funções com qualidade, bem-estar e satisfação profissional.



REFERÊNCIAS

- 1 Ministério da Saúde (BR). Residência Médica [Internet]. Brasília: MEC. [citado 07 de fev 2025]. Disponível em: <<https://www.gov.br/mec/pt-br/residencia-medica>>.
- 2 Mendanha M, Bernardes P, Shiozawa P. Desvendando o burn-out: uma análise interdisciplinar da síndrome do esgotamento profissional. São Paulo: LTr; 2018.
- 3 Olivares-Faúndez VE, Gil-Monte PR, Mena L, Jélvez-Wilke C, Figueiredo-Ferraz H. Relationships between burnout and role ambiguity, role conflict and employee absenteeism among health workers. Ter Psicol. [Internet]. 2014 [citado 01 de fev 2025]; 32(2):111-20. Disponível em: <<http://doi.org/10.4067/S0718-48082014000200004>>.
- 4 Dyrbye LN, West CP, Satele D, Boone S, Tan L, Sloan J *et al*. Burnout among US medical students, residents, and early career physicians relative to the general US population. Acad Med. [Internet]. 2014 [citado 01 de fev 2025]; 89(3):443-51. Disponível em: <<https://doi.org/10.1097/acm.0000000000000134>>.
- 5 Silveira FF, Borges LO. Prevalência da Síndrome de Burnout entre Médicos Residentes. Psicol Ciênc Prof. [Internet]. 2021 [citado 20 de jan 2025]; 41:e221076. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/pcp/a/MthspX5xtfFxYtP9vFBNMKp/>>.
- 6 Knabben TB, Langaro F, Gomes AH. Impactos psíquicos e sociais na formação de médicos residentes: apontamentos da Psicologia. Rev SBPH. [Internet]. 2021 [citado 20 de jan 2025]; 24(1):104-15. Disponível em: < https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582021000100010>.
- 7 Costa ÂG. Residência médica: fatores emocionais e Síndrome de Burnout [Internet]. Dissertação (Mestrado Profissional em Ensino na Saúde). Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal-RN; 2021. [citado 27 de jan 2025]. 71f. Disponível em: < <https://repositorio.ufrn.br/server/api/core/bitstreams/d9dcd0df-d5bb-4c36-85ef-5056d5530542/content>>.
- 8 Costa JA, Fasanella NA, Schmitz BM, Siqueira PC. Síndrome de Burnout: uma análise da saúde mental dos residentes médicos de um Hospital Escola. Rev Bras Educ Med. [Internet]. 2022 [citado 28 de jan 2025]; 46(1):e008. Disponível em: < <https://www.scielo.br/j/rbem/a/Gk9bYXncGxs9xPqDYv4gjXp/?format=pdf&lang=pt>>.
- 9 Bond MMK, Oliveira MS, Bressan BJ, Bond MMK, Silva ALFA; Merlo ARC. Prevalência de Burnout entre Médicos Residentes de um Hospital Universitário. Rev Bras Educ Med. [Internet]. 2018 [citado 27 de jan 2025]; 42(3):e20170034. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbem/a/4Mww56vn3tWYpGXbdB8vvmr/>>.
- 10 Oliveira PRC, Melo TG, Lopes A, Lima MN, Zorzetto Filho DZ, Carvalho VO. Frequência da Síndrome de Burnout em médicos residentes. Residência Pediátrica. [Internet]. 2019 [citado 20 mar 2025]; 9(2):11-5. Disponível em: <<https://cdn.publisher.gn1.link/residenciapediatrica.com.br/pdf/v9n2a02.pdf>>.
- 11 Borges IJM, Souza EEG, Gonçalves Filho A. Síndrome de Burnout em Médicos Residentes do Hospital Universitário da Universidade Federal do Maranhão. Revista Brasileira de Neurologia e Psiquiatria [Internet]. 2020 [citado 20 mar 2025]; 26(2):110-22. Disponível em: <<https://rbnp.emnuvens.com.br/rbnp/article/view/494/223>>.
- 12 Grunewald STF. Enfrentamento do burnout em preceptores e residentes de medicina: explorando estratégias. Espac. Saúde. [Internet]. 2024 [citado 20 de mar 2025]; 25: e996. Disponível em: <<https://espacoparasaude.fpp.edu.br/index.php/espacosaude/article/view/996/716>>.



DATA DE SUBMISSÃO: 26/02/2025 | DATA DE ACEITE: 24/06/2025