

PREVALÊNCIA DA SÍNDROME DE BURNOUT E SUA INFLUÊNCIA NA SAÚDE FÍSICA DE RESIDENTES MÉDICOS

Marco Sousa Herculano de Lima¹; Antônio José Ribeiro Manhães²; Matheus Pessanha Vieira³; Paulo Magnum Sousa Herculano de Lima⁴

^{1,2,3,4} Acadêmico de medicina pela Universidade Iguazu, Campus V – Itaperuna, RJ.

E-mail do autor principal: marcoherculanolima@gmail.com

Introdução: A síndrome de *burnout* (SB) é conectada aos estressores situacionais e pode desencadear uma série de problemas físicos e psicológicos, incluindo fadiga crônica, dores de cabeça, sintomas depressivos, ansiedade, letargia e transtorno de estresse pós-traumático (TEPT). De acordo com evidências a SB em estudos de 2020 a 2025 demonstra incidência de 35% e 60% em médicos residentes, além de apresentar maior impacto em especialidades de alta demanda como cirurgia, emergencista, intensivista, com incidência maior que 60%, enquanto um estudo pela Febrasgo em 2024 descreveu SB como endêmica e constatou incidência de 65% em residentes de ginecologia e obstetrícia. **Objetivo:** Apresentar uma revisão de bibliografia sobre a SB em médicos residentes, principais fatores associados na Medicina no Brasil, e formas de prevenção. **Metodologia:** Esta revisão bibliográfica foi desenvolvida pelas bases de dados científicos como *Scientific Electronic Library Online* (Scielo), *PubMed*, os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) utilizados foram as palavras-chave como “Síndrome de Burnout”, “Médicos Residentes”, com artigos de 2023 a 2026. **Resultados e Discussão:** Compreende-se que há fatores diversos que influenciam o desenvolvimento de SB em residentes, como jornadas superiores a 80 horas semanais, exposição a situações de violência e assédio no ambiente hospitalar, plantões noturnos consecutivos, sobrecarga assistencial, pagamento reduzido segundo a carga horária exigida de trabalho, preceptores que favorecem o sistema de sobrecarga hospitalar, maior risco de doenças psicossomáticas, distúrbios cardiovasculares, alterações gastrointestinais e do sono, redução da realização pessoal e da despersonalização, que está relacionada ao transtorno de ansiedade generalizada (TAG) nos residentes, que também pode levar à depressão, ideação suicida com incidência de 61,53%. As consequências da SB entre residentes se apresentam como absenteísmo, diminuição da produtividade como profissional, tendência a desistir da profissão. Dentre formas possíveis de prevenção de SB, pode-se considerar políticas de bem estar e de acompanhamento psicológico, redução da carga horária excessiva, readequação de plantões, pagamento com valor corrigido para a carga horária exigida são fatores importantes. **Conclusão:** A SB não afeta só a saúde dos residentes, como também a qualidade da assistência prestada e a eficiência dos sistemas de saúde, além do cuidado ao paciente. A saúde ocupacional desta classe deve ser priorizada e aprimorada por gestores hospitalares, governos para que se fiscalize melhor a jornada de trabalho, e não

haja sobrecarga desses profissionais, além de suporte psicológico adequado. Ainda se faz necessário mais estudos sobre o tema, pois os estudos publicados demonstram limitações metodológicas significativas.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout; Médicos Residentes;