

RESUMO - CIÊNCIAS DA SAÚDE

**PREVALÊNCIA DE SINTOMAS RELACIONADOS À FADIGA ADRENAL E
SUA RELAÇÃO COM BURNOUT, ANSIEDADE E SOFRIMENTO
PSICOLÓGICO EM ESTUDANTES DE MEDICINA**

Renan Di Mingo (renandimingo@hotmail.com)

Sérgio Gomes Da Silva (Sergio.gomes@afya.com.br)

RESUMO

A saúde mental de estudantes de medicina tem sido amplamente discutida na literatura, especialmente no que se refere à elevada ocorrência de estresse crônico, síndrome de burnout, ansiedade e outras formas de sofrimento psicológico. Nesse contexto, destaca-se também a presença de sintomas frequentemente associados à chamada fadiga adrenal, embora esse conceito ainda não seja plenamente reconhecido pela comunidade científica. Diante disso, o presente estudo teve como objetivo geral realizar uma revisão sistemática da literatura sobre a prevalência de sintomas relacionados à fadiga adrenal e sua relação com burnout, ansiedade e sofrimento psicológico em estudantes de medicina. Como objetivos específicos, buscou-se identificar estudos publicados entre 2016 e 2025, analisar os instrumentos utilizados para avaliação dos sintomas, sintetizar os principais achados sobre prevalência e fatores associados, avaliar criticamente a qualidade metodológica dos estudos incluídos e identificar lacunas na literatura. Trata de uma revisão sistemática conduzida com base na estratégia PICO adaptada para estudos observacionais. As buscas foram realizadas nas bases de dados PubMed e

SciELO, utilizando descritores controlados e termos livres combinados por operadores booleanos. Foram identificados 200 estudos na PubMed e 8 na SciELO, os quais foram submetidos a critérios de elegibilidade. Os resultados evidenciam elevada prevalência de sintomas de estresse, ansiedade, depressão e burnout entre estudantes de medicina, frequentemente associados a fatores acadêmicos e psicossociais. Pode-se identificar ainda a recorrente associação desses sintomas a manifestações atribuídas à fadiga adrenal, embora sem consenso científico consolidado. Partindo da hipótese de que o estresse crônico está diretamente relacionado ao desenvolvimento de alterações psicológicas e possíveis repercussões fisiológicas, impactando negativamente a saúde mental e a qualidade de vida desses estudantes.

Palavras-chave: estudantes de medicina; estresse psicológico; burnout; saúde mental; ansiedade.