Resumo simples **Área temática:** Multidisciplinaridade em Saúde

BURNOUT E PRIVAÇÃO DE SONO NA FORMAÇÃO MÉDICA: IMPACTOS DA INVALIDAÇÃO EMOCIONAL NO AMBIENTE ACADÊMICO

Bruna Ferraz Bindella[1]; Beatriz Zanardo Cunha[2]; Bianca Trindade Rodrigues[3]; Fábio Galatti Marchiori[4]; Thomaz Funari Neto[5]

[1]Faculdade Faceres. São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil; [2]Faculdade Faceres. São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil; [3]Faculdade Faceres. São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil; [4]Faculdade Faceres. São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil; [5]Faculdade Faceres. São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil. E-mail do autor principal: bruna000ferraz@gmail.com

RESUMO: Introdução: A formação médica caracteriza-se por elevada carga horária, competitividade acadêmica, privação de sono e intensa cobrança emocional, fatores frequentemente naturalizados dentro das instituições de ensino. Nesse contexto, a invalidação emocional e a cultura de resistência extrema contribuem para o agravamento do sofrimento psíquico entre estudantes de medicina. **Objetivo:** Analisar os impactos do burnout e da privação de sono na formação médica, discutindo a relação entre exaustão emocional, invalidação psicológica e prejuízos físicos, mentais e acadêmicos entre estudantes de medicina. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, de caráter qualitativo e descritivo, realizada por meio de buscas nas bases PubMed e SciELO, utilizando descritores relacionados à educação médica, burnout, privação de sono, sofrimento psíquico, saúde mental e estudantes de medicina. Foram incluídos artigos em português e inglês que abordassem fatores associados ao adoecimento psicológico durante a graduação médica. **Resultados e Discussão:** Os estudos analisados demonstraram elevada prevalência de burnout, ansiedade, depressão, distúrbios do sono e fadiga persistente entre estudantes de medicina, especialmente durante os ciclos clínicos e o internato. Observou-se associação significativa entre privação crônica de sono, redução do desempenho acadêmico, dificuldade de concentração e exaustão emocional. Além disso, a invalidação emocional presente no ambiente acadêmico, marcada pela naturalização do sofrimento e valorização da hiperprodutividade, favorece o silenciamento psicológico, dificuldade de busca por ajuda profissional e agravamento do adoecimento mental. Também foram identificados impactos sociais relevantes, como isolamento, redução do lazer e prejuízo das relações interpessoais. **Conclusão:** Conclui-se que burnout, privação de sono e invalidação emocional representam problemas frequentes na formação médica, contribuindo para importantes impactos físicos, psicológicos e sociais. Dessa forma, torna-se necessária a implementação de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental, humanização da educação médica e construção de ambientes acadêmicos mais acolhedores.

Palavras-chave:Burnout; Educação médica; Privação de sono; Saúde mental; Estudantes de medicina.

Agência de fomento: Não se aplica.