

SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES DE MEDICINA: FATORES ASSOCIADOS AO DESENVOLVIMENTO DE ANSIEDADE, DEPRESSÃO E BURNOUT

Gabriela Magalhães Bandeira Gomes ¹; Lucas Ferreira Aires Mendonça ²; Ester Faustino Porfírio Nobre ³; Maria Vitória Vieira Graciano ⁴; Júlia Faria Reis ⁵; Augusto César do Nascimento Costa ⁶; Mariana Magalhães Bandeira Gomes ⁷

gabrielambandeirag@outlook.com

Introdução: A formação médica está associada a elevadas demandas acadêmicas, emocionais e sociais, tornando os estudantes de Medicina mais suscetíveis ao desenvolvimento de transtornos relacionados à saúde mental. A intensa carga horária, a competitividade e a pressão por desempenho contribuem para esse cenário. **Objetivo:** Analisar os principais fatores associados ao desenvolvimento de ansiedade, depressão e burnout entre estudantes de Medicina. **Metodologia:** Estudo de revisão da literatura realizado por meio de busca nas bases de dados PubMed, Biblioteca Virtual em Saúde e Scientific Electronic Library Online, utilizando os descritores “Saúde Mental”, “Estudantes de Medicina”, “Ansiedade”, “Depressão” e “Burnout”, bem como seus correspondentes na língua inglesa. Foram incluídos artigos publicados entre janeiro de 2020 e maio de 2026, nos idiomas português e inglês. Inicialmente, foram identificados 18 artigos potencialmente relevantes. Após exclusão de estudos duplicados e publicações sem relação direta com o tema, 8 artigos compuseram a análise final. **Resultados e Discussão:** Os estudos analisados demonstraram elevada prevalência de sintomas ansiosos, depressivos e de burnout entre estudantes de Medicina. Entre os principais fatores associados destacaram-se a sobrecarga curricular, a privação de sono, a pressão por desempenho, a insegurança profissional e a exposição frequente ao sofrimento humano. Observou-se ainda associação entre adoecimento mental, redução da qualidade de vida e prejuízo do desempenho acadêmico. Em contrapartida, estratégias institucionais voltadas ao acolhimento psicológico, promoção da saúde mental e fortalecimento de redes de apoio mostraram potencial para reduzir fatores de risco e favorecer o bem-estar estudantil. **Conclusão:** A ansiedade, a depressão e o burnout representam importantes desafios durante a formação médica. Dessa forma, a implementação de estratégias de prevenção, acolhimento e promoção da saúde mental mostra-se fundamental para minimizar os impactos desses transtornos e contribuir para uma formação profissional mais saudável.

Palavras-chave: Ansiedade; Burnout; Saúde Mental.

Área Temática: Medicina.
