



## **GRADUAÇÃO, RESIDÊNCIA E PRÁTICA: UMA REVISÃO NARRATIVA DA INFLUÊNCIA DO ESTRESSE NA QUALIDADE DE VIDA DO MÉDICO**

Jaqueline Sviercoski Mendes, Larissa Martins Passarini, Adailson da Silva Moreira (Orientador)

e-mail: [larissa\\_mpassarini@hotmail.com](mailto:larissa_mpassarini@hotmail.com)

Curso de Medicina, Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), Três Lagoas-MS, Brasil

**Área:** Saúde Pública

**Formato:** Apresentação Oral

O estresse pode ser definido como uma resposta adaptativa do organismo (corpo e mente) às pressões internas (como ambições, expectativas) e externas (pressões vinculadas ao exercício profissional, condições de trabalho, dentre outras). Ainda que seja uma carreira atrativa, os dados disponíveis sobre a saúde mental dos médicos são alarmantes. Já em 1903 um editorial do JAMA discutia a magnitude do problema, revelando a preocupação com o suicídio em médicos. O presente estudo objetivou identificar e compreender as diferentes causas do estresse na graduação, residência e prática médica, para que sejam encontradas possíveis soluções que possam amenizar essa problemática. Trata-se de uma revisão literária do tipo narrativa, com busca dos artigos pelas bases de dados SciELO, portal BVS e Google Scholar. As palavras-chave usadas foram “saúde mental”, “estresse”, “medicina” e “qualidade de vida”, combinadas entre si. Os textos foram limitados aos de livre acesso, nos idiomas inglês, espanhol ou português e de publicação dentro dos últimos 15 anos. Os estudos encontrados elencaram diversos fatores estressores, a depender do momento em que o profissional se encontra. Na graduação, há a passagem pelo vestibular concorrido, elevada expectativa quanto ao curso, assimilação de grande conteúdo de informação necessária para a futura prática profissional; Ao caminhar para a residência, há outra prova de seleção e condições de trabalho sub-humanas, com extensas jornadas; Já na prática médica, os principais desafios apontados são a necessidade de constante busca por atualizações e conseguir equilibrar a vida profissional com a familiar. As consequências incluem desde desgaste físico e um pior desempenho profissional a vícios e suicídio. Vale observar que os artigos selecionados sobre prática médica não citam o suicídio, sinalizando para a necessidade de uma discussão mais atualizada a respeito. Por fim, considerando o quadro como deletério à saúde do médico, sugere-se medidas como pontos de apoio psicológico nas faculdades, redução das jornadas de trabalho e busca por momentos de lazer que possibilitem ao médico estar bem para um bem servir.

**Descritores:** Saúde Mental; Estresse; Medicina; Qualidade de Vida.