

26/09/2025 07:33 - Cerca de 45% dos médicos apresentam algum quadro de doença mental, aponta pesquisa



Com rotinas de trabalho que podem ultrapassar 70 horas semanais e uma pressão constante pela excelência em toda jornada, médicos enfrentam condições que favorecem o esgotamento emocional. Nova pesquisa Qualidade de Vida do Médico, realizada pelo Research & Innovation Center da Afya, maior ecossistema de educação e tecnologia em medicina no Brasil, mostra que cerca de 45% desses profissionais apresentam algum quadro de doença mental.

A pesquisa, realizada entre os dias 29 de janeiro e 1º de abril deste ano, com uma amostra de 2.147 médicos brasileiros, aponta que 1 a cada 2 médicos (58,2%) já vivenciaram algum grau de esgotamento relacionado ao trabalho, enquanto 4 em cada 10 convivem com um diagnóstico de

transtorno de ansiedade. Apenas 24,7% afirmam nunca ter apresentado sintomas de ansiedade — o que significa que mais de 75% já vivenciaram algum grau de sofrimento ansioso ao longo da vida.

No recorte feito por região, 36% dos médicos nortistas apresentam sinais de burnout sem acompanhamento profissional, taxa acima da média nacional. A região ainda lidera em diagnósticos atuais de transtornos com acompanhamento (5%), o que indica uma busca por tratamento, mas também expõe um cenário de sofrimento intenso.

Quando o assunto é autocuidado, a situação também preocupa. Apenas 33% dos médicos da região Norte mantêm uma rotina regular de atividade física — prática reconhecida como fator protetivo contra sintomas de doenças psíquicas.

O estudo destaca também que regiões com menor adesão a atividades preventivas coincidem justamente com os maiores índices de automedicação, sugerindo que a falta de hábitos saudáveis estaria sendo compensada por estratégias individuais e, muitas vezes, arriscadas de manejo da saúde mental.

Bora se Cuidar

Para dar visibilidade à questão da saúde dos médicos brasileiros e criar um espaço de acolhimento, neste Setembro Amarelo, a Afya lançou a campanha “Bora se Cuidar”, que aposta na leveza para tratar da saúde mental e se propõe a ser um porto seguro não só para médicos, mas também para os estudantes, que enfrentam uma carga horária acima da média de outros cursos.

A campanha conta com um vídeo protagonizado pelo influenciador médico Ricardo Kores, que traz a proposta “do riso à reflexão”. Além disso, há conteúdos de outros profissionais, podcasts e uma landing page exclusiva, que reúne diferentes formatos de apoio, como chat de ajuda, cartilha de autocuidado e calendário de eventos, permitindo que cada pessoa escolha o conteúdo que melhor se encaixa em seu momento.

“A formação médica exige dedicação integral, o que, somado à cobrança por excelência e à dificuldade de reservar tempo para si, pode favorecer o esgotamento emocional. A Afya quer tornar essa jornada menos solitária e mais sustentável do ponto de vista emocional. O cuidado precisa começar ainda na base, durante a graduação, e se estender por toda a trajetória da Medicina”, destaca Stella Brant, vice-presidente de Marketing e Sustentabilidade da Afya.

Afya Amazônia

A Afya tem uma forte relação com a Amazônia, com 16 unidades de graduação e pós-graduação na Região Norte. O estado de Rondônia conta com 3 instituições: duas graduações (Afya Centro Universitário de Porto Velho e Afya Ji-Paraná) e uma pós-graduação (Afya Educação Médica de Porto Velho). Tem ainda oito escolas de Medicina em outros estados da Região: Amazonas (2), Acre (1), Pará (4) e Tocantins (3). Além delas, a Afya também está presente na região com 3 unidades de pós-graduação médica nas capitais Belém (PA), Manaus (AM) e Palmas (TO).

