

Artigo científico

Avaliação da Síndrome do Impostor Entre os Estudantes de Medicina de uma Universidade no Interior de Santa Catarina

Evaluation of the impostor syndrome among medical students at a University in the interior of Santa Catarina

Júlia Caroline dos Santos¹, Sophia Mariana Resende¹, Daniela Maysa de Souza² & Elza Medeiros Gonçalves Sperb³

¹ Graduanda em Medicina, Blumenau - SC. E-mail: juliacarolini70@gmail.com e sophiamariana1@hotmail.com

² Doutorado em Enfermagem. Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis-SC. E-mail: danimaysa@gmail.com.

³ Graduação em Medicina. Universidade Federal de Pelotas. Pelotas - RS. Residência médica em psiquiatria na Universidade Federal de Pelotas. E-mail: elzasperb@yahoo.com.br.

Resumo- A Síndrome do Impostor é o termo atribuído a um padrão de crenças de que o indivíduo não é merecedor de seus sucessos, apesar de qualquer validação externa. Assim, devido ao perfil e a cobrança sobre o estudante de medicina durante o curso, esse estudo teve como objetivo identificar a prevalência da Síndrome do Impostor entre os acadêmicos de Medicina de uma Universidade no interior de Santa Catarina. Para esse fim, foi realizada uma pesquisa quantitativa descritiva através da aplicação da Escala Clance do Fenômeno do Impostor na qual 199 estudantes responderam ao questionário de modo on-line após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa sob CAAE nº (informação temporariamente suprimida para manter o anonimato da autoria). A análise das respostas identificou que 45,7% dos estudantes têm sentimentos de impostor mais frequentes e 14,1% têm vivência intensa do fenômeno, na qual o perfil dos estudantes que enfrentam a Síndrome do Impostor são estudantes do sexo feminino e dependentes financeiramente. Dessa forma, conclui-se que a avaliação da presença da Síndrome do Impostor entre os estudantes de medicina permite dimensionar o impacto em sua qualidade de vida, visto que os danos da Síndrome no dia a dia do estudante costumam passar despercebidos, porém reverberam por toda carreira. Além disso, recomenda-se intervenções individuais como a autoanálise e aderência à Terapia Cognitivo-Comportamental e intervenções institucionais, como oferta de mentorias em grupo.

Palavras-chave: Estresse psicológico; Perfeccionismo. Saúde mental.

Abstract- The impostor syndrome is the term attributed to a pattern of beliefs that the individual is not worthy of his successes despite any external validation. Thus, due to the profile and pressure on the medical student during the course, this study aimed to identify the prevalence of the Impostor Syndrome among medical students at a University in the interior of Santa Catarina. To this end, a descriptive quantitative research was carried out through the application of the Clance Scale of the Impostor Phenomenon in which 199 students answered the questionnaire online after approval by the Research Ethics Committee under CAAE nº (information temporarily suppressed to maintain the anonymity of the authorship). The analysis of the answers identified that 45.7% of students have more frequent impostor feelings and 14.1% have intense experience of the phenomenon, in which the profile of students who face the Impostor Syndrome are financially and dependent female students. Thus, it is concluded that the evaluation of the presence of the Impostor Syndrome among medical students allows measuring the impact on their quality of life, since the damage caused by the Syndrome in the student's daily life usually goes unnoticed, but reverberates throughout their career. In addition, it is recommended individual interventions such as self-analysis and adherence to Cognitive-Behavioral Therapy and institutional interventions as a group mentoring offer.

Keywords: Psychological stress; Perfectionism; Mental health.

1 INTRODUÇÃO

A História da Medicina teve início já nas primeiras civilizações por meio de práticas voltadas para lidar com ferimentos e doenças através de rituais místicos com intenção de cura. Porém, foi na Grécia antiga que Hipócrates (460 a.C. – 377 a.C.), pai da medicina, foi responsável pelo reconhecimento da Medicina como um campo de conhecimento autônomo e desvinculado do

misticismo inexplicável (SEDLMAIER; HERNANDEZ, 2020). Hoje, o juramento de Hipócrates, é recitado pelos graduados no curso de medicina, ao se comprometerem com seus deveres éticos da profissão. São diversas as motivações que levam o estudante a optar por cursar medicina como, o desejo de ajudar pessoas ou vocação, entre outras razões, tal qual o prestígio social, a inclinação para as áreas da saúde, a estabilidade financeira, o desejo

de ser necessário e aliviar o sofrimento dos enfermos (SANTOS; VERAS, 2021).

Para exercer a medicina, a herança da filosofia hipocrática reforça a personalidade esperada de um futuro médico, que disponha de características como aptidão natural, disposição e dedicação inesgotável aos estudos, devoção ao trabalho e tempo disponível (SEDLMAIER; HERNANDEZ, 2020). Contudo, para além do padrão ideal esperado por Hipócrates, o perfil do estudante de medicina se assemelha pelo território brasileiro, no qual dentre outras características encontra-se a autocoerção e perfeccionismo exagerados; hiper independência e necessidade por controle; além de idealização e altas expectativas sobre o curso (MONTEIRO et al., 2019). Sendo assim, é possível correlacionar que tais traços impactam na saúde mental e na autoconfiança do estudante ao longo do aumento das demandas na graduação de medicina, contribuindo para o desenvolvimento da Síndrome do Impostor.

A Síndrome ou Fenômeno do Impostor inicialmente descrita por Clance e Imes (1978) aponta o surgimento de percepções e sentimentos no indivíduo, que se assume como um presumível impostor, ou seja, alguém que duvida de suas próprias conquistas, mesmo com evidências contrárias à essa rotulação (BEZERRA et al., 2021). Além da presença de autossabotagem, com atribuição das habilidades e conquistas à aspectos externos, tal como à outras pessoas, sorte ou devido a simpatia para com os outros, mesmo que sejam capazes e competentes para realizar tais feitos (NUNES, 2021). Embora seja reconhecida como Síndrome, por ter em sua maior parte correlação com outros sintomas, entre eles perfeccionismo, procrastinação e falta de autoconfiança, a Síndrome do Impostor não se enquadra em nenhuma categoria diagnóstica presente no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais V (DSM-5) (BEZERRA et al., 2021).

Frente as características declaradas, nota-se maior propensão de impactos individuais e sociais na vida de quem carrega consigo a Síndrome, observada em grande parte nos estudantes de medicina. O curso traz consigo diversas questões desafiadoras, desde a adaptação a um ambiente competitivo, até a transição entre os ciclos do curso - básico, clínico e internato - não sendo incomum a conexão com depressão, ansiedade e burnout (NUNES, 2021).

Estes quadros podem intervir na qualidade de vida dos acadêmicos, os levando a autossabotagem, uma vez que permanecem em suas zonas de conforto na perspectiva de sucesso e fuga de críticas, ainda que construtivas. Além disso, há possibilidade de repercussão em relações interpessoais, nas quais o indivíduo sente-se incompetente ou até mesmo ansioso diante conversas e apresentações, por medo de serem descobertos como fraudes (NUNES, 2021).

Diante deste contexto, tem-se a seguinte pergunta de pesquisa: Qual a prevalência da Síndrome do Impostor entre os acadêmicos de Medicina de uma Universidade do interior de Santa Catarina ? Para responder este questionamento, tem-se como objetivo geral do estudo: Identificar a prevalência da Síndrome do Impostor entre os acadêmicos de Medicina de uma Universidade do interior

de Santa Catarina. E como objetivos específicos: Conhecer a prevalência da Síndrome do Impostor nos distintos ciclos do curso (básico, clínico e internato) do curso de medicina de uma Universidade do interior de Santa Catarina; Investigar a correlação da Síndrome do impostor com o perfil do acadêmico de medicina e Propor estratégias de enfrentamento para minimização da problemática, no dia a dia dos acadêmicos.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa quantitativa descritiva realizada com os estudantes de medicina de uma Universidade no interior de Santa Catarina- SC, fundada em 1968, sendo o curso de medicina ofertado a partir de 1990. Receberam o convite para participar da pesquisa, todos os estudantes do curso de medicina, que correspondem a 482 universitários do ciclo básico ao internato. Definiu-se como critério de inclusão, o de estar regularmente matriculado no curso de medicina de uma Universidade no interior de Santa Catarina e como critério de exclusão, os instrumentos preenchidos de maneira incompleta e estudantes menores de idade.

A coleta de dados realizou-se por meio da aplicação do instrumento de identificação da Síndrome, a Escala do Fenômeno Impostor de Clance (EFIC) e um questionário de identificação, via plataforma Google®, através da disponibilização do link on-line. A adesão dos participantes foi voluntária, após assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A coleta de dados ocorreu somente após autorização do Comitê de Ética em Pesquisa, aprovado sob CAAE nº (informação temporariamente suprimida para manter o anonimato da autoria).

Os dados foram transferidos para uma tabela do Microsoft Excel® e a análise dos dados contou com o auxílio de um profissional estatístico, que organizou em tabelas descritivas contendo frequências absolutas, relativas (proporções em forma de porcentagem), medidas de tendência central (média e mediana), medidas de dispersão (desvio padrão, desvio quartílico) e estimativas de média e de proporção, em forma de intervalos com 95% de confiança. Para associar variáveis qualitativas foi utilizado o Teste Qui-quadrado de independência.

3 RESULTADOS

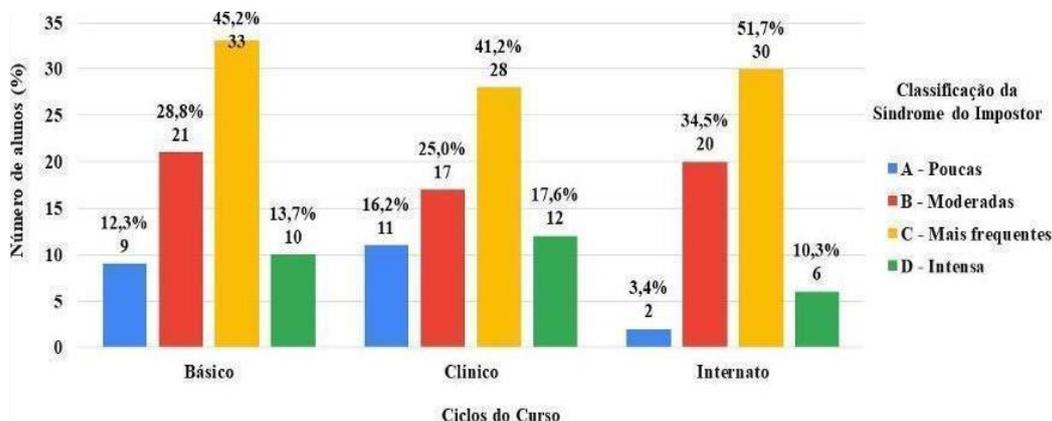
Participaram do estudo 199 estudantes de medicina de uma Universidade no interior de Santa Catarina, sendo 140 estudantes do sexo feminino (70,4%) e 59 estudantes do sexo masculino (29,6%). A maioria dos alunos encontra-se na faixa etária entre 18 e 25 anos, totalizando 76,9%, sendo que a idade média das participantes do sexo feminino foi de 23,1 anos e dos participantes do sexo masculino foi de 23,6 anos, com média geral de idade de ambos de 23,3 anos. Destes 36,7% (73 alunos) se encontram no ciclo básico; 34,2% (68 alunos) no ciclo clínico e 29,1% (58 alunos) no internato. Quanto à moradia, 55,3% moram com familiares, 32,2% moram sozinhos e 11,6% dividem acomodação com outros estudantes. 84,9% se declararam totalmente dependentes financeiramente, enquanto 10,1% relatam ajudar com as despesas e outros 5% são completamente independentes. Já

quanto ao questionário da Escala Clance do Fenômeno do Impostor constatou-se que dentre os estudantes de todas as fases, 45,7% (91 alunos) têm sentimentos de impostor mais frequente e 14,1% (28 alunos) apresentam uma vivência intensa do fenômeno.

Ao avaliar os ciclos separadamente (básico, clínico e internato) têm-se como resultados predominantes, que no ciclo básico, 33 alunos (45,2%) têm sentimentos de impostor mais frequentes e 10 alunos (13,7%) apresentam

uma intensa vivência do fenômeno; assim como no ciclo clínico, onde há predominância de sentimentos de impostor mais frequentes para 28 alunos (41,2%) e 12 alunos (17,6%) apresentam uma intensa vivência do fenômeno e por fim, no ciclo clínico, 30 estudantes (51,7%) apresentam sentimentos de impostor mais frequentes e seis alunos (10,3%) apresentam uma intensa vivência do fenômeno (figura 1).

Figura 1 – Gráfico em colunas justapostas com a distribuição de frequência relativas (prevalências) da Síndrome do Impostor e segundo os Ciclos do Curso. (Valores relativos).



Fonte: dados da pesquisa

A tabela 1 mostra a distribuição de frequência da Síndrome do Impostor segundo as fases do Curso. Desta forma, pode-se observar onde ocorreram as maiores prevalências da Síndrome em cada fase do Curso. Em ordem decrescente, a presença frequente de sentimentos de impostor aparece predominantemente na 11ª fase (66,6%); na 2ª fase (60,8%) e na 6ª fase (58,3%). Já a vivência intensa do fenômeno aparece mais na 3ª fase (33,3%), seguido da 7ª fase (27,2%) e da 8ª fase (25%).

Ao realizar o teste estatístico para associação entre a Classificação da Síndrome do Impostor e os Ciclos do Curso (Teste Qui-quadrado de Independência), têm-se $P = 0,2614$. Ou seja, a prevalência não diferiu significativamente entre os Ciclos do Curso, concluindo-se que não há uma maior prevalência de casos da Síndrome do Impostor conforme se aproxima da conclusão do curso.

Ao avaliar a associação entre a classificação da Síndrome do Impostor e o perfil dos alunos, os testes estatísticos realizados evidenciaram que havia duas significâncias encontradas, sendo as características: gênero e dependência financeira do aluno. Em ambos o valor-P do teste foi significativo, isto é, $P < 0,05$. No caso do gênero, o sexo feminino apresentou prevalência significativamente maior, quanto mais severa se tornava a classificação da Síndrome do Impostor.

Com relação à dependência financeira, o teste estatístico indicou que para aquele grupo de acadêmicos que apresentaram 100% de dependência financeira, a prevalência foi maior à medida que a classificação da Síndrome do Impostor foi mais severa. Já em relação à idade e tipo de moradia, não houve significância estatística.

Tabela 1 – Distribuição de frequência da Síndrome do Impostor segundo as fases do Curso. Alunos de Medicina de uma Universidade do interior de Santa Catarina.

Fases do Curso	Classificação da Síndrome do Impostor				Total
	A - Apresenta poucas características de um impostor	B - Há experiências moderadas de um impostor	C - Sentimentos de impostor são mais frequentes	D - Há uma intensa vivência do fenômeno	
1ª fase	4 (28,57%)	3 (21,43%)	6 (42,86%)	1 (7,14%)	14 (100%)
2ª fase	2 (8,7%)	5 (21,74%)	14 (60,87%)	2 (8,7%)	23 (100%)
3ª fase	0 (0%)	3 (20%)	7 (46,67%)	5 (33,33%)	15 (100%)
4ª fase	3 (14,29%)	10 (47,62%)	6 (28,57%)	2 (9,52%)	21 (100%)
5ª fase	1 (7,69%)	5 (38,46%)	6 (46,15%)	1 (7,69%)	13 (100%)
6ª fase	2 (16,67%)	3 (25%)	7 (58,33%)	0 (0%)	12 (100%)
7ª fase	1 (9,09%)	1 (9,09%)	6 (54,55%)	3 (27,27%)	11 (100%)
8ª fase	7 (21,88%)	8 (25%)	9 (28,13%)	8 (25%)	32 (100%)
9ª fase	0 (0%)	8 (57,14%)	5 (35,71%)	1 (7,14%)	14 (100%)
10ª fase	1 (5%)	6 (30%)	11 (55%)	2 (10%)	20 (100%)
11ª fase	1 (8,33%)	2 (16,67%)	8 (66,67%)	1 (8,33%)	12 (100%)
12ª fase	0 (0%)	4 (33,33%)	6 (50%)	2 (16,67%)	12 (100%)
Total	22 (11,06%)	58 (29,15%)	91 (45,73%)	28 (14,07%)	199 (100%)

Fonte: dados da pesquisa

4 DISCUSSÃO

No meio acadêmico, a Síndrome do Impostor prevalece devido ao ambiente de cobrança por performance e competição propício para o desenvolvimento da Síndrome (GOTLIEB et al., 2019; LEVANT; VILLWOCK; MANZARDO, 2020). Especificamente para o estudante de medicina, mesmo antes de adentrar a faculdade, ele já atravessa diversos obstáculos (BARBOSA et al., 2018). Este período conturbado engloba a transição do ensino médio ou cursinho pré-vestibular para a faculdade, acompanhado das

transformações individuais de cunho psicossocial, característicos da adolescência (COSTA et al., 2020). Enfrentando ainda muitas horas de estudo, extrema dedicação durante o preparo para o vestibular, em um ambiente competitivo, onde pode existir a comparação, insegurança e sentimentos de incapacidade. A vulnerabilidade do estudante permite o enraizamento de concepções negativas sobre si, que resultam em prejuízos na saúde global e bem-estar colaborando para impactos significativos na saúde mental do sujeito (SOARES; NASCIMENTO; CAVALCANTI, 2021).

No curso de medicina, a manifestação da Síndrome do Impostor nos estudantes tem uma ocorrência significativa devido ao ambiente competitivo e desgastante propício (RICE, 2020). Os futuros médicos de forma generalizada apresentam um medo infundado desde as primeiras fases em falhar. Ademais, há a tendência em focar nas falhas cotidianas mínimas, se comparar negativamente com seus colegas e demonstrar preocupação constante com seu desempenho e sucesso (LEVANT; VILLWOCK; MANZARDO, 2020; THOMAS; BIGATTI, 2020). Os estímulos da manifestação da Síndrome encontram-se presentes em todas as esferas da sociedade (OLIVEIRA et al., 2022). Já no meio acadêmico, segundo Oliveira (2022), a avaliação por meio de notas, a autocobrança para se encontrar profissionalmente e as altas demandas de carga horária são alguns dos fatores que fazem com que o estudante nunca se sinta bom o suficiente e consolide suas crenças impostoras, ou seja, a fase de vida e as demandas sociais colocadas sobre o indivíduo dizem muito mais a respeito do estabelecimento da Síndrome do que a faixa etária isoladamente.

Enquanto alguns estudos afirmam que a idade não é um fator determinante para o fenômeno do impostor, outros encontraram uma relação inversa, indicando que a prevalência do fenômeno diminui à medida que a idade aumenta (BRAVATA et al., 2019; EGWURUGWU et al., 2018). No entanto, esses estudos reconhecem que essa relação pode não ser de causa e efeito, e sugerem que outros fatores, como aumento da autoestima podem contribuir para essa diminuição (BRAVATA et al., 2019; EGWURUGWU et al., 2018). Já de acordo com Campos et al. (2022) os diferentes níveis da Síndrome do Impostor não mostraram correlação com a idade. Assim como nos resultados do presente estudo, onde a idade dos participantes não foi um fator relevante na manifestação do fenômeno do impostor.

Outro aspecto evidenciado foi a ausência de relação com a moradia, ou seja, não importa com quem o estudante reside e sim a dependência financeira, vista como aspecto significante para o desenvolvimento da Síndrome. No entanto, outros estudos observaram maiores taxas de transtornos de humor e ansiedade em conjunto com a Síndrome do Impostor em estudantes de medicina que moram sozinhos, devido às mudanças repentinas neste período de transição (CLANCE; IMES, 1978; ALMEIDA, 2020; WILLIAMS, 2021; WOOLSTON, 2021; MASER et al., 2019; QUEK et al., 2019; BERGMANN et al., 2019).

A falta de tempo livre é também relatada pelos estudantes que moram sozinhos, que se veem tendo que adaptar sua rotina para a realização dos afazeres domésticos, acadêmicos e sociais, acompanhado da falta de acolhimento familiar, suscitando a ansiedade quando não conseguem os balancear (ARDISSON et al., 2021; SOUSA et al., 2022; MATOS, 2022). Entretanto, é importante notar que a ansiedade enfrentada pelo estudante está diretamente associada à qualidade de suas relações com amigos e familiares, podendo, portanto, estar presente, mesmo estando cercado por seus entes queridos (LEÃO et al., 2018).

No que diz respeito aos aspectos financeiros, os resultados indicam que existe uma dependência quase total de terceiros. Condição reafirmada no estudo de Aquino et al. (2019), onde revelou que esse cenário é uma realidade para uma grande parcela dos estudantes de medicina, que nunca tiveram a oportunidade de trabalhar, em virtude da exigente rotina de estudos, o que aumenta a probabilidade de se sentirem aflitos e depressivos devido à dependência financeira. Bem como a autocobrança relacionada à pressão por excelência e a necessidade de serem considerados exitosos em seus estudos o tempo todo.

Além da dependência financeira, outro aspecto com significância estatística evidenciado foi a maior prevalência da Síndrome entre estudantes do sexo feminino. Uma revisão sistemática publicada em 2020 encontrou uma prevalência de 22,5% a 46,6% da Síndrome do impostor em estudantes de medicina, com maior predomínio em mulheres e com efeitos negativos na saúde mental (BRAVATA et al., 2020). A pesquisa de Diniz, Bezerra e Sousa (2023) também evidenciou que as mulheres lideraram os níveis de Síndrome de Impostor entre acadêmicos de medicina, de maneira significativa, inferindo que estes resultados estejam relacionados aos estereótipos sociais e culturais que cotidianamente as mulheres estão expostas, com um lugar de inferioridade em relação ao homem, levando aos sentimentos de incapacidade.

Atualmente no Brasil, em exercício profissional, as mulheres na medicina representam 49% da força de trabalho e os homens 51%, com aumento do número de ingressantes do sexo feminino, onde a projeção indica que as mulheres serão maioria entre os médicos no Brasil, a partir de 2024, indicando uma feminização da profissão (CFM, 2023). Infelizmente esta recente inserção da mulher no campo da medicina ainda apresenta enraizada a noção de desigualdade e inferioridade em relação aos homens (GOMES; DAMKER; CASSOL, 2018; SOUZA, 2018). Os valores da sociedade patriarcal estão internalizados durante o desenvolvimento feminino, em que desde garota, ela sente que precisa provar seu valor socialmente através do esforço e da simpatia, o que contribui com sua insegurança e com a concepção de ser incapaz (NUNES, 2021).

Mulheres de um modo em geral são mais autocríticas e são historicamente oprimidas, onde a subjetividade de sua construção identitária relaciona-se a vários aspectos da vida, como autoimagem pessoal, suas expectativas profissionais e seus relacionamentos interpessoais, o que acaba por deixar marcas psíquicas e comportamentais inconscientemente, indicando uma tendência ao impostorismo desproporcional em relação ao gênero masculino, tornando-as assim, mais vulneráveis para o surgimento da Síndrome do Impostor (SOUZA, 2022).

Tal disparidade se perpetua no cenário acadêmico até tornarem-se médicas, como apontado em um estudo que analisou a Síndrome do Impostor em mulheres no ramo da neurologia, indicando desigualdades de gênero quanto às responsabilidades familiares, estereótipos culturais e diferentes ambições em suas carreiras (MCDERMOTT et al., 2018; PAKPOOR et al., 2018). Ao avaliar a cronologia

da Síndrome do Impostor na carreira profissional é possível identificar características impostoras nas mais variadas fases de construção da profissão (ALMEIDA, 2020). Assim, compreende-se que não importa o momento em que a mulher se encontra, seja na formação médica ou já em atuação profissional, as mulheres estão mais propensas ao desenvolvimento da Síndrome.

Em relação ao período destinado à graduação médica, a pesquisa revelou que os sintomas impostores se manifestam tanto no início dos estudos, no ciclo básico, quanto próximo da conquista do título, no internato. Tal constatação condiz com a literatura, que aponta que os comportamentos impostores aparecem inicialmente, no esforço para se adequar às novas experiências e quando próximo da formatura, o sofrimento perdura e consiste na manutenção daquele papel que o indivíduo não se sente merecedor, sendo o excesso de carga horária, a cobrança e a competitividade, os fatores agravantes mais importantes que os acompanham em todas as fases do curso (ALMEIDA, 2020).

As consequências dos padrões destrutivos que essa Síndrome condiciona o sujeito são presumíveis. Soares, Nascimento e Cavalcanti (2021) trazem a autossabotagem como desfecho recorrente das ações do impostor, ao deixar passar oportunidades e não agir de acordo com suas capacidades por não acreditar em si, além de não querer se expor. Assim, outro padrão é o isolamento social, porém, apesar da evitação proporcionar alívio imediato, deixar de enfrentar as atividades requisitadas não é uma estratégia inteligente em longo prazo, pois perpetua e agrava a ansiedade nestes casos (AMORIM et al., 2018).

Esta tendência ao isolamento é preocupante, visto a presença de casos de depressão e ansiedade em estudantes de medicina. Uma revisão constatou que a prevalência de depressão entre estudantes de medicina nos Estados Unidos foi de 27,2% e de ideação suicida foi de 11,1%, sendo que outros estudos americanos chegaram a encontrar uma prevalência ainda maior de depressão entre estudantes de medicina, chegando a 58,2% (ROTENSTEIN et al., 2016). A presença de comorbidades psiquiátricas nos estudantes de medicina com a síndrome do impostor foi evidenciada ainda na revisão de Thomas e Bigatti (2020), que constatou que além da depressão e ansiedade, outros prejuízos incluem baixa autoestima, burnout e estresse psicológico.

Para lidar com a Síndrome do Impostor, acadêmicos podem adotar estratégias como reconhecer suas conquistas e o esforço investido, compartilhar sentimentos com outras pessoas, buscar apoio na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), celebrar o sucesso, compartilhar fracassos e praticar a autocompaixão, o que ajuda no combate ao perfeccionismo e a lidar com experiências que possam desencadear o impostorismo (PALMER, 2021). A TCC é útil para prevenir a ansiedade e depressão associadas à Síndrome do Impostor, auxiliando o indivíduo a superar suas dificuldades, internalizar o sucesso e parar de depreciar suas conquistas, trabalhar a baixa competência percebida e o constante medo de ser avaliado de forma negativa (ALMEIDA, 2020). Por outro lado, as instituições de ensino podem adotar estratégias como oferecer programas de apoio e aconselhamento, incluindo terapia individual ou em grupo,

para auxiliar estudantes a superarem os sentimentos de inadequação (CHANDRA, et al. 2020; COHEN, MCCONNELL, 2019). Além disso, fornecer mentorias acadêmicas e profissionais, juntamente com educação sobre o fenômeno do impostor, pode ajudar a reduzir o estigma e encorajar os alunos a buscar ajuda quando necessário (CHEN, 2020; GOTLIEB, 2020; BAUMANN et al. 2020; MORGENSTERN et. al 2020).

5 CONCLUSÕES

Na Síndrome do Impostor, o indivíduo vivencia os efeitos de crenças distorcidas a respeito de suas verdadeiras capacidades, não se vendo como merecedor de suas conquistas. Em consonância às características individuais, a graduação de medicina é um potencializador do sofrimento com a Síndrome, ao intensificar sentimentos perfeccionistas de controle, alta performance e autocobrança.

A pesquisa, em coerência com a literatura, identificou que a distribuição do fenômeno nos estudantes de medicina não se encontra relacionada à fase do curso, ao estilo de moradia ou a idade. Assim, o estudo evidenciou que 45,7% dos estudantes têm sentimentos de impostor mais frequentes e 14,1% têm vivência intensa do fenômeno, na qual o perfil dos estudantes que enfrentam a Síndrome do Impostor são estudantes do sexo feminino e dependentes financeiramente.

Dessa forma, ao identificar a prevalência e traçar o perfil do impostor é possível elencar estratégias de enfrentamento para minimização da problemática no dia a dia dos acadêmicos, tanto individuais através de autoanálise e aderência à Terapia Cognitivo-Comportamental, como estratégias institucionais como mentorias e programas de apoio e aconselhamento.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, A. C. **Sou uma fraude (?): explicando a síndrome do impostor**. 2020. 172 f. Tese (Doutorado) - Curso de Psicologia, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2020. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/2034> Acesso em: 11 jun. 2023.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- AMORIM, B. B; MORAES, L; SÁ, I. C. G; SILVA, B. B. G; FILHO, J. W. S. C. Saúde Mental do Estudante de Medicina: Psicopatologia, Estresse, Sono e Qualidade de Vida. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 7, n.2, p. 245-254, 2018. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/1911> . Acesso em: 27 set. 2022.
- AQUINO, D. R; CARDOSO, R. A; PINHO, L de. Sintomas de depressão em universitários de medicina. **Boletim Academia Paulista de Psicologia**, v. 39, n. 96, p. 81-95, 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1415-711X2019000100009#:~:text=Os%20resultados%20apontam

[tam%20maior%20prevalência.interpessoal%20\(70%2C2%25\)](#). Acesso em: 11 Jun. 2023.

ARDISSON, G. M. C; ANDRADE, R. O; ANDRIÃO, A. V; MAFRA, A. C; FONSECA, M. C. K. L; AMÂNCIO, M. G; MENÃO, T. L; ALMEIDA, M. J. G. G. Saúde mental e qualidade de vida dos estudantes de faculdades de medicina brasileiras: uma revisão integrativa. **REAS**, v. 13, n. 6, 2021. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/6953> Acesso em: 30 set. 2022.

BARBOSA, M. L; FERREIRA, B. R. L; VARGAS, T. N; SILVA, G. M. N; NARDI, A. E; MACHADO, S; CAIXETA, L. Burnout Prevalence and Associated Factors Among Brazilian Medical Students. **Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health**, v.14, p.188-195, 2018. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6128019/> Acesso em: 27 set. 2022.

BAUMANN, N; FAULK, C; VANDERLAN, J; CHEN, J; BHAYANI, R. K.. et al. Small-Group Discussion Sessions on Imposter Syndrome. **MedEdPORTAL AAMC J Teach Learn Resour**, v. 16, p.11004, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33204832/>. Acesso em: 09 jun. 2023.

BERGMANN, C.; MUTH, T.; LOERBROKS, A. Medical students' perceptions of stress due to academic studies and its interrelationships with other domains of life: A qualitative study. **Med. Educ. Online**, 24, 2019. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6493308/> Acesso em: 11 Jun.2023.

BEZERRA T; BARBOSA, L. H. G. M; VIONE, K. C; ATHAYDE, R. A. A; GOUVEIA, V. V. et al. Escala Clance do Fenômeno do Impostor: Adaptação Brasileira. **Psico-USF**.v. 26, n. 2, pp. 333-343, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusf/a/fKftCy3xJsDYyQyMF9D5VFh/#ModalArticles> Acesso em: 22 set. 2022.

BRAVATA, D. M; WATTS, S. A; KEEFER, A. L; MADHUSUDHAN, D. K; TYALOR, K. T; CLARK, D. M; NELSON, R. S; COKLEY, K. O; HAGG, H. K. Prevalence, Predictors, and Treatment of Impostor Syndrome: a Systematic Review. **J Gen Intern Med**. v. 35, n. 4, p. 1252-75, 2019. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7174434/> Acesso em: 09 jun. 2023.

CAMPOS, I. F. S; CAMARA, G. F; CARNEIRO, A. G; KUBRUSLY, M; PEIXOTO, R. A. C; JUNIOR, A. A. P. Impostor Syndrome and its association with depression and burnout among medical students. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 46, n. 02, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/4XDwkTgTyPCsjTV6FSQbz3k/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 16 ago. 2022.

CFM. Conselho Federal de Medicina. **Demografia Médica**. 2023. Disponível em: <https://demografia.cfm.org.br/>. Acesso em 12 jun. 2023.

CHANDRA, S; HUEBERT, C. A; CROWLEY, E; DAS, A. M. Impostor syndrome Could It Be Holding You or Your Mentees Back? **Eur J Train Dev**. v. 156, n. 1, p. 26-32, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30872019/>. Acesso em: 09 jun. 2023.

CHEN, C. **Doctor who? Reflecting on impostor syndrome in medical learners**. *Teach Moment*, v. 66, 268–9, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7571643/> . Acesso em: 09 Jun. 2023.

CLANCE, P. R; IMES, S. A. The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. **Psychotherapy: Theory, Research & Practice**, v.15, n.3, p.241-247, 1978. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2Fh0086006> Acesso em: 22 set. 2022.

COHEN, E. D; MCCONNELL, W. R. Fear of Fraudulence: Graduate School Program Environments and the Impostor Phenomenon, **The Sociological Quarterly**, v. 60, n. 3, p. 457-78, 2019. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/332851230_Fear_of_Fraudulence_Graduate_School_Program_Environments_and_the_Impostor_Phenomenon Acesso em: 11 jun. 2023.

COSTA, D. S; MEDEIROS, N. S. B; CORDEIRO, R. A; FRUTUOSO, E. S; LOPES, J. M; MOREIRA, S. N. T. Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento. **Revista Brasileira de Educação Médica**, 2020; v. 44, n. 01, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/KcypBsxmXSmOgDgKNqNkhPy/?lang=pt#> . Acesso em: 27 set. 2022.

DINIZ, M. L. C. S.; BEZERRA, T. C. G; DE SOUSA, M. N. A. Nível de Síndrome do Impostor em estudantes de medicina. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 23, n. 1, p. e11735-e11735, 2023. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/11735/7049> Acesso em: 12 Jun. 2023.

EGWURUGWU, J. N; UGWUEZUMBA, P. C; OHAMAEME, M. C; DIKE, E. I; EBERENDU, I; EGWURUGWU, E. N. A; OHAMAEME, R. C; EGWURUGWU, U. F. Relationship between Self-Esteem and Impostor Syndrome among Undergraduate Medical Students in a Nigerian University. **Int J Brain Cogn Sci**. v. 7, n. 1, p. 9-16, 2018. Disponível em: <http://article.sapub.org/10.5923.j.ijbcs.20180701.02.html> Acesso em: 09 Jun. 2023.

GOMES, C. M; DAMKER, L. I; CASSOL, C. A. Discriminação, preconceito e dominação. A luta das mulheres por mais espaço e representação na sociedade brasileira. **Diálogo**. Canoas, v. 4296, n. 40, p. 55-68, 2018. Disponível em: <http://repositorio.aee.edu.br/bitstream/aee/19118/1/14%20O%20preconceito%20sofrido%20pela%20mulher%20como%20profissional%20médica%20no%20estado%20de%20goiás.pdf> Acesso em: 11 Jun. 2023.

- GOTTLIEB, M; CHUNG, A; BATTAGLIOLI, N; SEBOK-SYER, S, S; KALANTARI, A. et al. Impostor syndrome among physicians and physicians in training: A scoping review. *Med Educ.* 2019; 00:1–9??. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/medu.13956> Acesso em: 09 jun. 2023.
- LEÃO, A. M; GOMES, I. P; FERREIRA, M. J. M; CAVALCANTI, L. P. G. et al. Prevalência de fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do nordeste do Brasil. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 42, n. 4, p. 55-65, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/kyYq35bwkZKHpKRTjyqjMYz/abstract/?lang=pt#ModalTutors>. Acesso em: 09 jun. 2023.
- LEVANT, B; VILLWOCK, J. A; MANZARDO, A. M. Impostorism in third-year medical students: an item analysis using the Clance impostor phenomenon scale. *Perspect Med Educ.* v. 9, n. 2, p 83-91, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32030630/>. Acesso em: 09 Jun. 2023.
- MASER, B; DANILEWITZ, M; GUÉRIN, E; FINDLAY, L; FRANK, E. Medical Student Psychological Distress and Mental Illness Relative to the General Population: A Canadian Cross-Sectional Survey. *Acad. Med.*, v. 94, p. 1781–1791, 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31436626/>. Acesso em: 09. Jun. 2023.
- MATOS, P. et al. A cola na escola de negócios e sua relação com a síndrome do impostor. *Caderno Profissional de Administração – UNIMEP*: v.8, n. 2 (2018). Disponível em: <https://www.cadtecempa.com.br/ojs/index.php/httpwwwcadtecempaombrojsindexphp/article/view/167/152> Acesso em: 22 set. 2022.
- MCDERMOTT, M; GELB, D. J; WILSON, K, et al. Diferenças de sexo na classificação acadêmica e na taxa de publicação nos melhores programas de neurologia dos EUA. *JAMA Neurol*, v. 75, n. 08, p. 956–961, 2018. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6142929/> Acesso em: 11 Jun. 2023.
- MONTEIRO, P. C; OLIVEIRA, C. L. B; MARQUES, N. A; REGO, R. M; LINS, N. A. A; CALDAS, C. A. M. A sobrecarga do curso de Medicina e como os alunos lidam com ela. *Brazilian Journal Of Health Review*, v. 2, n. 4, p. 2998-3010, 2019. Disponível em: <https://brazilianjournals.com/ojs/index.php/BJHR/article/view/2055>. Acesso em: 08 ago. 2022.
- MORGENSTERN, B. Z; BECK, D. G. Should Medical Educators Help Learners Reframe Imposterism? *Teach Learn Med* [Internet], p. 1–21, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33302719/>. Acesso em: 09 Jun 2023.
- NUNES, H. J. M. **Fenômeno do Impostor em Estudantes de Medicina**. 2021. 38 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Medicina, Universidade Beira Interior, Covilhã, 2021. Disponível em: https://ubibliorum.ubi.pt/bitstream/10400.6/11329/1/8244_17688.pdf. Acesso em: 30 ago. 2022.
- OLIVEIRA, A. C. M; BOEBEL, K. J. O; RIBEIRO, N. S; MENDES, T. S; BARBOSA, P. F. B; FILHO, I. M. M. Sinais, sintomas, fatores e patologias associados à síndrome do impostor em estudantes universitários. *Research, Society and Development* v. 11, n. 8, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/31380> Acesso em: 22 set. 2022.
- PAKPOOR, J; LIU, L; YOUSEM, D. Uma análise de 35 anos das diferenças sexuais na autoria da neurologia. *Neurologia*, v. 90, n. 10, p. 472–475, 2018. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29444974/> Acesso em: 11 Jun. 2023.
- PALMER, C. **How to overcome impostor phenomenon**. American Psychological Association, v. 52, n. 4, p. 44, 2021. Disponível em: <https://www.apa.org/monitor/2021/06/cover-impostor-phenomenon>. Acesso em: 09 Jun. 2023.
- QUEK, T.T; TAM, W. W; TRAN, B. X; ZHANG, M; ZHANG, Z; HO, S. S; HO, R. C. The Global Prevalence of Anxiety Among Medical Students: A Meta-Analysis. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, v. 16, n. 15, p. 2735, 2019. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/15/2735>. Acesso em: 09. Jun. 2023.
- RICE, J. R. The Role of Impostor Syndrome on Medical Student Career Plans. Tese (doutorado) **Harvard Medical School**; Boston, Massachusetts, Estados Unidos, 2020. Disponível em: <https://dash.harvard.edu/handle/1/37364948>. Acesso em: 22 set. 2022.
- ROTENSTEIN, L. S; RAMOS, M. A; TORRE, M; SEGAL, B; PELUSO, M. J; GUILLE, C; SEN, S; MATA, D. A. Prevalence of depression, depressive symptoms, and suicidal ideation among medical students: a systematic review and meta-analysis. *JAMA Neurol*, v. 316, n. 21, 2016. Disponível em: <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/2589340> Acesso em: 5 Jul. 2023.
- SANTOS, A. F; VERAS, L. O estudante de medicina e seu percurso acadêmico: uma análise de postagens sobre sofrimentos. *Saúde em Debate*, v. 45, n. 130, p. 720-732, 14 set. 2021. Disponível em: <https://saudeemdebate.org.br/sed/article/view/5549>. Acesso em: 22 set. 2022.
- SARAIVA, N. C; ALMEIDA V. A. Relação entre desempenho acadêmico e saúde mental em estudantes de medicina: uma revisão de literatura. *Revista Científica Fagoc Saúde*, v. 4, n. 2, p.51-57, 2019. Disponível em: <https://revista.unifagoc.edu.br/index.php/saude/article/view/460>. Acesso em: 28 set. 2022.

SEDLMAIER, C; HERNANDEZ, D. O ensino da história da medicina na graduação médica: importância e desafios. **Revista da Faculdade de Medicina de Teresópolis**, v. 4, n. 1, 2020. Disponível em:

<https://www.unifeso.edu.br/revista/index.php/faculdadede/medicinadeteresopolis/article/view/2243> Acesso em: 22 set. 2022.

SOARES, A; NASCIMENTO, E.; CAVALCANTI, T. Fenômeno do Impostor e Perfeccionismo: Avaliando o Papel Mediador da Autoestima. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v.21, n.1, 2021. Disponível em:

<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revispsi/article/view/59373> Acesso em: 22 set. 2022.

SOUSA, M, S; SOUZA, M. A; COELHOS, L. S; FORTE, G. V; PERISSINOTTO, R. O impacto de morar só sobre a qualidade de vida dos estudantes de medicina. **Unifimes**. 2022. Disponível em:

<https://publicacoes.unifimes.edu.br/index.php/coloquio/article/view/1693> . Acesso em: 09 Jun. 2023.

SOUZA, M. K. S. **A mulher no Brasil e a luta cotidiana por igualdade de gênero e oportunidades no mercado de trabalho**. In: Congresso Internacional de Direito Público dos Direitos Humanos e Políticas de Igualdade. Anais eletrônicos, Maceió: Open Journal Systems, 2018. Disponível em: <https://www.seer.ufal.br/ojs2-somente-consulta/index.php/dphpi/article/view/5807/4073> . Acesso em: 11 jun. 2023.

SOUZA, V. P. C. “Fenômeno Da Impostora”: **(O)Pressão De Mulheres Engenheiras Em Relação Ao Lugar De Si Mesmas No Trabalho/Profissão**. 2022. 266 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Educação Profissional e Tecnológica, Instituto Federal da Paraíba, João Pessoa, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ifpb.edu.br/handle/177683/2619> . Acesso em: 11 jun. 2023.

THOMAS, M; BIGATTI, S. Perfectionism, impostor phenomenon, and mental health in medicine: a literature review. **Int J Med Educ**, v. 11, p. 201–13, 2020.

Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32996466/>. Acesso em: 09 Jun. 2023.

WILLIAMS, A. T. Impostor Phenomenon in the Classroom [online]. **Brown University, The Harriet W. Sheridan Center for Teaching and Learning**. 2021.

Disponível em: <https://www.brown.edu/sheridan/impostor-phenomenon-classroom#:~:text=Signals%20of%20Impostor%20Phenomenon%20include,or%20a%20lowering%20of%20standards>. Acesso em: 09 Jun. 2023.

WOOLSTON, C. How burnout and imposter syndrome blight scientific careers. **Nature**, v. 599, n.788, p. 703-705, 2021. Disponível em:

<https://www.nature.com/articles/d41586-021-03042-z> Acesso em: 09 Jun. 2023.