**ANÁLISE SOBRE A PREVALÊNCIA DE SINAIS DA SÍNDROME DO IMPOSTOR ENTRE ACADÊMICOS DE MEDICINA NO SUDOESTE MARANHENSE**

Joabson Sousa Sena¹

Medicina, Universidade Federal do Maranhão, Imperatriz-Maranhão, joabson.sousa@discente.ufma.br

Guilherme Ferreira dos Santos²

Medicina, Universidade Federal do Maranhão, Imperatriz-Maranhão, ferreira.guilherme@discente.ufma.br

João Penha Neto Segundo3

Medicina, Universidade Federal do Maranhão, Imperatriz-Maranhão, joao.pns@discente.ufma.br

Rossana Vanessa Dantas de Almeida Marques 4

Medicina, Universidade Federal do Maranhão, Imperatriz-Maranhão, rossana.marques@ufma.br

**RESUMO:** O conceito de Síndrome do Impostor (SI), descreve sentimentos e percepções de ser uma verdadeira farsa. Essas pessoas atribuem êxitos a fatores aleatórios, não sendo fruto de seus esforços. Assim, o presente estudo visa mensurar a ocorrência da SI em meio aos estudantes de medicina do Maranhão de uma instituição pública e uma privada, do ciclo básico ao internato, e os aspectos acadêmicos que causam essa desordem psicológica. Trata-se de um estudo descritivo, transversal e de abordagem quantitativa, em que foram coletados dados de 130 estudantes de medicina de todos os ciclos de aprendizagem (básico, clínico e internato) da Universidade Federal (UF) e da Universidade Privada (UP), ambas na cidade de Imperatriz, a partir de um formulário eletrônico com 25 perguntas, analisadas por meio de estatísticas descritivas via Microsoft Excel e tabuladas no software SPSS (S-tatistical Package for the Social Sciences). Dos 130 estudantes entrevistados, 54 (41,5%) demonstraram estar insatisfeitos com a desenvoltura acadêmica. Simultaneamente, 72 (55,3%) deles avaliaram a rotina de estudos deficitária, o que influencia a satisfação dos estudantes com o conhecimento, resultados similares aos encontrados por outros autores, posto que o temor de "ser descoberto” motiva o indivíduo a idealizar rotinas perfeitas para superar sua suposta falta de competência. Além disso, 102 (78,5%) entrevistados costumam comparar o rendimento acadêmico com o de seus colegas e 97 (74,6%) declararam ser competitivos. Referente à procrastinação e à autossabotagem, 124 (95,38%) dos estudantes alegaram ter tais hábitos. Diante disso, infere-se que parte dos acadêmicos entrevistados apresenta um ou mais sintomas da SI. Portanto, as universidades devem identificá-los, para fornecer suporte psicológico e prático para os alunos e, consequentemente, uma melhor formação acadêmica, livres de estigmas.

**Palavras-Chave:** Síndrome do Impostor; Baixa Autoestima Intelectual; Falsidade Intelectual.

**Área Temática:** Humanização e Saúde Mental

**E-mail do autor principal:** joabson.sousa@discente.ufma.br

**1. INTRODUÇÃO**

O conceito de Síndrome do Impostor (SI), também conhecido como fenômeno do impostor, para descrever sentimentos e percepções de ser uma verdadeira farsa, um indivíduo que duvida de suas próprias conquistas, mesmo que seja nítido que elas foram legítimas.¹ As pessoas que apresentam essa mentalidade, atribuem êxitos a fatores aleatórios que não sejam frutos de seus esforços, habilidades e méritos.² Assim, esses “impostores” são incapazes de receber elogios acerca de suas conquistas, de forma que, quando isso acontece, é desencadeado um grau elevado de ansiedade, estresse e insegurança.¹

Nesse sentido, pessoas que se consideram impostoras têm receio de que indivíduos relevantes em suas vidas percebam que elas são uma fraude, e este pensamento tem um efeito devastador sobre a saúde mental. Dessa forma, os “impostores” frequentemente sabotam seu sucesso, de tal forma que novas possibilidades de crescimento passam a ser recusadas, pois, por se considerarem insuficientes, têm receio de serem “desmascarados”. Nessa direção, fogem ou se esquivam de todas as atividades sociais, se isolando em grupos menores ou se isolando completamente.³

Sob esse prisma, há quatro comportamentos que se configuram como pilares da SI, causando autossabotagem. O primeiro faz referência à realização de trabalhos árduos como forma de ocultar a incapacidade e incompetência; o segundo está relacionado à falsidade, fazendo com que o indivíduo tome por suas as opiniões alheias e deixe de usar as suas verdadeiras idéias, porquanto acredita que se as usasse não se daria bem; o terceiro diz respeito ao uso de simpatia e fascínio para atrair seus superiores, atribuindo a isso o fator do seu êxito; por fim, o quarto faz menção a uma conduta de evitação, com tendência a fugir do sucesso para evitar ações rudes e de desprezo, priorizando ser bem visto no ambiente social.¹

Outrossim, os afetados pelo fenômeno do impostor possuem uma predisposição a presumirem que ocupam uma posição que não lhes é merecida (acadêmica, profissional ou social), e que, de algum modo, um milagre ocorreu para que tenham sido admitidos ou promovidos, sentindo-se alheios e coadjuvantes da própria existência. À vista disso, criam expectativas errôneas sobre suas habilidades e temem pelo momento em que serão expostos e todos à sua volta perceberão que não são tão competentes quanto aparentavam.4,5

Diante do exposto, tendo ciência dos efeitos danosos que a Síndrome do Impostor  pode trazer à saúde mental dos indivíduos,  este estudo objetiva mensurar a ocorrência da Síndrome do Impostor em meio aos estudantes de medicina de uma instituição pública e uma privada do interior do Maranhão, desde o ciclo básico até o internato, e os aspectos acadêmicos que corroboram o desenvolvimento dessa desordem psicológica.

**2. MÉTODO OU METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo, transversal e de abordagem quantitativa. A primeira etapa foi a seleção dos referenciais teóricos que abordassem os temas: síndrome do impostor, sentimento de fraude, baixa autoestima intelectual e autopercepção de falsidade intelectual. A seleção desses materiais foi feita em novembro de 2021. Os materiais utilizados foram encontrados no Google Acadêmico e na LILACS. Os descritores utilizados foram os seguintes: *síndrome do impostor, baixa autoestima intelectual, falsidade intelectual,* ambos combinados com o operador booleano AND.

Foram coletados dados de 130 estudantes de medicina de todos os ciclos de aprendizagem (básico, clínico e internato) da Universidade Federal (UF) e da Universidade Privada (UP), ambas na cidade de Imperatriz, que estavam com a matrícula ativa no ano de 2021. Estavam incluídas universidades com discentes do curso de medicina vinculados em todos os três ciclos de aprendizagem, não sendo consideradas para o estudo instituições que ainda não possuíam alunos no internato.

Para extrair as informações, foi utilizado um formulário eletrônico com 25 perguntas. Neste, a priori, houve um espaço para o preenchimento de informações referentes à idade, sexo biológico, sexualidade, período, metodologia de ensino no campus, tipo de instituição que estuda (federal ou privada), estado civil e tipo de escola na qual cursou o ensino médio (pública ou particular). Além disso, foi avaliada a prevalência de sinais da síndrome do impostor, a partir da identificação do grau de satisfação dos alunos com o desempenho acadêmico e de que forma isso interfere nos estudos, da prevalência da comparação entre os estudantes e como ela afeta a autoestima intelectual e de que maneira a procrastinação e a autossabotagem podem estar relacionadas com o sentimento de incapacidade e inferioridade.

A coleta dos dados ocorreu em 2021 para posteriormente serem analisados por meio de estatísticas descritivas via Microsoft Excel e, além disso, serem tabulados no software SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). Por meio dele, pôde-se realizar o teste Qui-Quadrado para obtenção do p-valor, apresentados por meio de tabelas dialogadas com o tipo de instituição (pública ou privada), ciclo de aprendizagem em que os discentes estão inseridos, idade, rotina de estudo, sexo e metodologia de ensino. No aspecto ético, foi solicitado a assinatura da do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Assim, o desenvolvimento do estudo seguiu os preceitos éticos para dados secundários disciplinados pela resolução número 466/12 do CNS-MS.

**3. RESULTADOS E DISCUSSÕES**

A Síndrome do Impostor é definida como uma série de sentimentos de incerteza e de insegurança associados a uma percepção de ser menos competente ou inteligente que os demais.6 O indivíduo que apresenta os sinais desse fenômeno acredita, de certa maneira, ser uma fraude, que a qualquer instante pode ser descoberta. Essas características psicológicas muitas vezes estão associadas a meios competitivos, nos quais as pessoas são bem-sucedidas acadêmica ou profissionalmente. À vista disso, nota-se que os estudantes de medicina se enquadram neste grupo, porquanto têm de lidar com situações de competitividade durante grande parte da sua rotina.

A amostra contou com 130 estudantes da cidade de Imperatriz do Maranhão, distribuídos entre a UP com 32,3% e a UF com 67,7%, destes, 55,4% são do sexo feminino e 44,6% do sexo masculino, maioria jovem, apresentando média de idade de 23,57 (desvio padrão ± 5,364).

Em relação à modalidade de ensino, 100% dos entrevistados relatam experiência com metodologia ativa em sua instituição de ensino superior, estando distribuídos pelos ciclos de aprendizagem em 48,4% pertencentes ao ciclo básico (do 1º ao 4º período), 30,7% pertencentes ao ciclo clínico (do 5º ao 8º período) e 20,7% ao internato (do 9º ao 12º período).

Dentre os 130 estudantes entrevistados, 54 (41,5%) demonstraram estar pouco ou nada satisfeitos com o conhecimento acadêmico referente ao período em que se encontram, dos quais 77,7% então vinculados à UF, e 22,3% à UP, sendo maioria homens (53,8%) e alunos do ciclo básico (50%). Esse achado é comparativo a outro estudo7, segundo o qual há pouca discrepância entre homens e mulheres no que diz respeito à experiência com o fenômeno do impostor. Ao serem interrogados sobre a satisfação com o coeficiente de rendimento (CR), dos que o possuem, 40 (30,7%) se mostraram insatisfeitos, com predominância de estudantes da UF (67,5%), de membros do sexo feminino (52,5%) e do ciclo básico (67,5%).

Paralelamente, 77 (59,2%) dos estudantes de medicina entrevistados apontaram se sentir mal por muito tempo após terem desempenho insatisfatório em provas, sendo 48 (62,3%) da UF e 29 (37,7%) da UP. Desses estudantes, maioria é do sexo feminino (64,9%) e do ciclo básico 40 (51,9%). Esses resultados são justificáveis e eram esperados, pois, a autodepreciação se refere aos sentimentos de decepção e insatisfação com suas próprias habilidades e competências, o medo da avaliação trata do temor em ser avaliado negativamente e a fraude caracteriza a sensação de falsidade intelectual.1, 8

**Tabela 01**. Grau de satisfação com o desempenho conforme a classificação da rotina de estudos.

| **Satisfação Com a Rotina de Estudos** | **Nada****Satisfeito** | **Pouco Satisfeito** | **Satisfeito** | **Muito Satisfeito** | **p-valor** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **n** | **%** | **n** | **%** | **n** | **%** | **n** | **%** |
| **Classificação da Rotina de Estudos** |
| Muito Ruim | 0 | 0 | 2 | 1,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,003 |
| Ruim | 1 | 0,77 | 11 | 8,5 | 3 | 2,3 | 1 | 0,77 |
| Mediana | 3 | 2,3 | 35 | 27 | 34 | 26,16 | 2 | 1,5 |
| Boa | 0 | 0 | 6 | 4,7 | 24 | 18,5 | 2 | 1,5 |
| Excelente | 0 | 0 | 2 | 1,5 | 2 | 1,5 | 2 | 1,5 |

Fonte: Autores, 2022.

Simultaneamente, ao serem questionados sobre como classificam a sua rotina de estudos, 72 (55,3%) dos estudantes a avaliaram como mediana, ruim ou muito ruim, com maioria sendo discentes da UF (73,6%), com distribuição igual entre o sexo feminino (50%) e o sexo masculino (50%) e maioria pertencente do ciclo básico (44,6%). A partir disso, pôde-se verificar como a rotina de estudos pode influenciar a satisfação dos estudantes com o conhecimento referente ao seu período, bem como mostra a tabela 1. Tais resultados dialogam com outra pesquisa7, tendo em vista que o temor de que “minha estupidez pode ser descoberta” motiva o indivíduo a idealizar rotinas de estudo na maioria das vezes inalcançáveis, para superar a hipotética lacuna em seu conhecimento. Consequência disso é a constante frustração dos alunos com a falta de êxito, a qual os leva a considerar seus hábitos de estudo ineficazes e insatisfatórios.

Sob outro prisma, vê-se que 102 (78,5%) entrevistados costumam comparar o rendimento acadêmico com o de seus colegas de curso, dos quais maioria são da UF (65,7%), do sexo feminino (59,8%) e se encontram no ciclo básico (52,9%).

Percebe-se, ainda, que há intrínseca relação entre a comparação de desempenhos com o bem-estar nos estudos, em que 85 (83,3%) dos acadêmicos afirmaram ter diminuição da autoestima intelectual ao equiparar sua vida acadêmica, como representado na tabela 2.

**Tabela 02**. Impacto na autoestima intelectual, conforme as instituições, sexo e ciclo de aprendizagem.

|  **Impacto na Autoestima Intelectual** | **DIMINUI** | **ELEVA** | **p-valor** |
| --- | --- | --- | --- |
| **n** | **%** | **n** | **%** |
|  **Comparação de Rendimento** |
| UF | 57 | 67,4% | 10 | 10,4% |  0,519 0,003 0,024 |
| UP | 28 | 32,6% | 7 | 17,1% |
| Sexo Feminino | 56 | 65,2% | 5 | 5% |
| Sexo Masculino | 29 | 34,8% | 12 | 24,4% |
| Ciclo Básico | 47 | 55% | 7 | 9,2% |
| Ciclo Clínico | 28 | 32,6% | 2 | 3,3% |
| Internato | 10 | 12,4% | 8 | 38,9% |

Fonte: Autores, 2022.

Nesse contexto, nota-se que, na UF, o principal fator de comparação está associado com o desempenho dos alunos em aula, correspondendo a 53,73% dos casos, maioria do ciclo básico. Já na UP, é possível verificar que as notas justificam a maior prevalência de comparação da instituição, configurando 51,42% dos casos, com maior prevalência no ciclo clínico.

 Além disso, é válido destacar que, dos entrevistados, 97 (74,6%) declararam ser pessoas competitivas, das quais 70,1% estudam na UF, 51,5% são mulheres e 52,6% estão no ciclo básico. Concomitantemente, ao se perguntar o efeito dessa competitividade, 25,4% dos resultados apontam impacto negativo nos estudos, com predomínio dessa situação na UF (81,8%) e em alunos do ciclo básico, com distribuição semelhante entre o sexo feminino (51,5%) e o sexo masculino (48,5%). Logo, relacionado a essa temática, outra pesquisa9 aborda a necessidade de haver uma reestruturação das faculdades, de modo que elas não centrem o seu ensino na competitividade ou comparação entre os estudantes, pois esse tipo de ensino é prejudicial não só por fomentar o desenvolvimento de Fenômeno do Impostor, mas também por contribuir para o burnout e sentimentos de desânimo e despersonalização.

 No que diz respeito à procrastinação e à autossabotagem, foi possível analisar que 124 dos estudantes (95,38%) alegaram ter tais hábitos durante os estudos, fator que está intrinsecamente relacionado com o sentimento de capacidade e inferioridade meio a esse público, como mostrado na tabela 4. Ademais, é fulcral ressaltar a similaridade referente aos fundamentos dessas práticas, em que pôde-se observar a procrastinação sendo causa (51,6%) e consequência (48,3%) da falta de disciplina em proporções próximas.

A esse respeito, como forma de contrariar o medo e a ansiedade associados à experiência do Fenômeno do Impostor, estes indivíduos apresentam essa tendência de desenvolver uma desorganização desfavorável para si próprios, seja por aproximação de atividades, seja por procrastinação. Assim, a pessoa vai evitando e adiando a tarefa em causa, por medo de não ser capaz de a completar com a excelência pretendida.

 Por outro lado, poderá acontecer uma preparação excessiva. Nestes casos o indivíduo passa mais tempo a realizar a tarefa, do que aquele que seria necessário, por forma a tentar garantir que a executa com a excelência pretendida.10

T**abela 03**. Sentimentos de Incapacidade e Inferioridade dado os hábitos de procrastinação e autossabotagem.

| **Hábito de Procrastinação e/ou autossabotagem** | **Frequentemente** |  **Raramente** |  **Não** |  **p-valor** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **n** | **%** | **n** | **%** | **n** | **%** |
|  **Sentimento de Incapacidade e Inferioridade** |
| Sempre | 45 | 36,3 | 7 | 5,65 | 0 | 0 |  0,003 |
| Às vezes | 39 | 31,45 | 23 | 18,55 | 0 | 0 |
| Nunca | 7 | 5,65 | 3 | 2,4 | 0 | 0 |

Fonte: autores, 2022.

Por fim, quando perguntado se os alunos já pensaram em desistir da graduação ou em trancar o curso, notou-se que 61 (46,9%) mencionaram ter pensado nessa possibilidade pelo menos uma vez, tendo maior prevalência na UF (65,5%), entre alunas (59%) e entre acadêmicos do ciclo básico (32,7%). Nessa questão, uma das principais consequências da Síndrome do Impostor é o prejuízo das relações interpessoais, que tendem a ser evitadas quando as pessoas têm medo de serem “descobertas”. Por conseguinte, inconscientemente, elas utilizam essa informação para confirmar a sua inaptidão percepcionada em vez de serem capazes de a utilizar para melhorar as suas capacidades já existentes.9 Essa lógica pode levar a que procurem oportunidades que lhes garantam um feedback mais positivo, para diminuírem os sentimentos de desadequação, o que prejudica a aprendizagem, a evolução profissional e aumenta a probabilidade de desistirem do curso.11

Diante do exposto, a Síndrome do Impostor pode contribuir para que o indivíduo não persiga melhores oportunidades acadêmicas ou profissionais, mesmo que seja objetivamente competente para as realizar, limitando o seu crescimento e evolução como médico.12

**4. CONCLUSÃO OU CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A maioria dos acadêmicos entrevistados, pertencentes ao curso de medicina da cidade de Imperatriz do Maranhão apresenta um ou mais dos sintomas da Síndrome do Impostor. A metodologia ativa, que é o método de ensino das universidades citadas nesse estudo, corrobora para uma perfeita conjuntura onde esses sintomas podem vir à tona. Essa assertiva se mostra verdadeira na medida em que a maioria dos alunos não se sente satisfeito com o seu conhecimento referente ao período atual de estudo, e uma considerável parcela dos entrevistados não está contente com seu Coeficiente de Rendimento (CR). De forma análoga, mais da metade dos entrevistados relata uma má rotina de estudos, o que induz a insatisfação com o seu conhecimento/rendimento.Por essa razão, percebe-se que há um alicerce para o surgimento de um sentimento de inferioridade e/ou incapacidade, que se evidencia na imensa maioria dos entrevistados que se classificam como procrastinadores que se autossabotam. Concomitantemente, os entrevistados, em sua maioria, se declararam pessoas competitivas que se comparam com seus colegas, principalmente em relação a notas e ao desempenho em aula. Com efeito, as universidades devem prover meios de identificar os sintomas associados à Síndrome do Impostor, a fim de manejá-la de forma correta, fornecer suporte psicológico para os estudantes e, consequentemente, uma melhor formação acadêmica, livres de estigmas.

**REFERÊNCIAS**

1.   CLANCE, Pauline Rose; IMES, Suzanne Ament. The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. **Psychotherapy: Theory, research & practice,** v. 15, n. 3, p. 241, 1978.

2.  SIMON, Marsha; CHOI, Youn-Jeng. Using factor analysis to validate the Clance Impostor Phenomenon Scale in sample of science, technology, engineering and mathematics doctoral students. **Personality and Individual Differences**, v. 121, p. 173-175, 2018.

3.   COWMAN, Shaun E.; FERRARI, Joseph R. “Am I for real?” Predicting impostor tendencies from self-handicapping and affective components. **Social Behavior and Personality: an international journal**, v. 30, n. 2, p. 119-125, 2002.

4.  COZZARELLI, Catarina; MAIOR, Brenda. Explorando a validade do fenômeno impostor. **Revista de psicologia social e clínica** , v. 9, n. 4, pág. 401, 1990.

5.  KAUATI, A. **Síndrome do Impostor**. Enciclopédia da Conscienciologia.(8ª ed., pp. 9.960 a 9.964), Foz do Iguaçu: Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC) & Associação Internacional Editares, 2013.

6. NUNES, Helena João Martins. **Fenómeno do Impostor em Estudantes de Medicina**. 2021. Tese de Doutorado.

7. CLANCE, Pauline Rose *et al.* Impostor phenomenon in an interpersonal/social context: Origins and treatment. **Women & therapy**, v. 16, n. 4, p. 79-96, 1995.

8. BRAVATA, Dena M. *et al*. Prevalence, predictors, and treatment of impostor syndrome: a systematic review. **Journal of General Internal Medicine**, v. 35, n. 4, p. 1252-1275, 2020.

9. FEENSTRA, Sanne *et al.* Contextualizing the Impostor “Syndrome”. **Frontiers in psychology,** v. 11, p. 3206, 2020.

10. LEONHARDT, Mona; BECHTOLDT, Myriam N.; ROHRMANN, Sonja. All impostors aren’t alike–differentiating the impostor phenomenon. **Frontiers in psychology,** v. 8, p. 1505, 2017.

11. BACHEM, Rahel; MIKULINCER, Mario; SOLOMON, Zahava. Interpersonal manifestations of attachment avoidance: The moderating role of impostorism. **Personality and Individual Differences**, v. 154, p. 109669, 2020.

12. GOTTLIEB, Michael. **More Than Meets the Eye**: The Impact of Imposter Syndrome on Feedback Receptivity. Medical Education, 2020.

13. PETEET, Bridgette J. *et al.* Impostorism is associated with greater psychological distress and lower self-esteem for African American students. **Current Psychology**, v. 34, n. 1, p. 154-163, 2015.