

O fenômeno do impostor: implicações para a saúde emocional e o desempenho acadêmico e profissional em adultos: revisão integrativa

Sinuhê Borges de Oliveira Pinto ¹, Maria Tereza de Moraes Guimarães Pimenta ¹, Gabriella Azevedo Fernandes ¹, Mikaela Souza Rodrigues e Carvalho¹, Rogério Silva de Oliveira ¹, Júlia de Aquino Gomides ¹, Constanza Thaise Xavier Silva ²

1. Discente do curso de Medicina da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA.

2. Docente curso de Medicina da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA.

RESUMO: O fenômeno do impostor (FI) caracteriza-se pela sensação persistente de fraude intelectual, autossabotagem e descrença nas próprias conquistas, sendo altamente prevalente em ambientes acadêmicos e profissionais competitivos. Com o objetivo de descrever as principais implicações da presença de FI na saúde emocional e no desempenho profissional/ acadêmico em adultos. Esta revisão integrativa avaliou artigos publicados nos últimos cinco anos, selecionados a partir das bases PubMed e Web of Science, empregando estratégias de busca e critérios rigorosos de inclusão sendo os descritores: Fenômeno do Impostor; Distorção da percepção; Adultos; Saúde mental. Fatores como perfeccionismo, baixa resiliência, clima de competição, altas expectativas parentais e falta de apoio institucional contribuem para o agravamento do FI, enquanto mentorias, grupos de suporte e estratégias de intervenção coletiva mostram potencial para mitigar os impactos negativos da condição. Não foram observadas diferenças universais quanto ao gênero ou raça, mas em determinados contextos, mulheres podem ser mais afetadas. A presença do FI impacta decisivamente o desempenho acadêmico e profissional, influenciando escolhas, atitudes diante de desafios e adoção de comportamentos autossabotadores. A literatura destaca a necessidade de abordagens institucionais que promovam espaços de diálogo, validação das experiências e políticas de acolhimento, visando a construção de ambientes mais saudáveis, receptivos e protetivos para estudantes e profissionais vulneráveis ao fenômeno. Portanto, a compreensão profunda dos mediadores e estratégias para reduzir o impostorismo são prioridades para preservar a saúde mental e favorecer trajetórias acadêmicas mais autênticas e promissoras.

INTRODUÇÃO

O Fenômeno do Impostor (FI) é um quadro psicológico que um indivíduo é preenchido por dúvidas sobre suas conquistas, que podem afetar seu desempenho e sua autoestima. Esse é um evento cada vez mais atual presente em ambientes de competição como instituições acadêmicas e de trabalho^{1,2} .

Pessoas com FI são preenchidas com sentimento de fraude intelectual que levam a distúrbios de depressão, ansiedade e baixa autoestima, atrapalhando seu rendimento em suas devidas atividades do cotidiano³ .

Dentre os efeitos do FI, destaca-se que características intrínsecas do indivíduo são determinantes para esse quadro psicológico. Nesse sentido, a baixa autoestima já presente pode influenciar a maior gravidade do FI, como sentimento de falso sucesso e fracasso substancial. Justifica-se sendo uma preocupação pelo alto índice de depressão e ansiedade com falta de pertencimento³ .

Assim, os estudos que procuram saber a relevância desse tema nos ambientes já citados podem ser uma prova de que há a necessidade de intervenção para melhor qualidade de vida mental de estudante e trabalhadores. Assim sendo, o presente estudo apresenta como questão norteadora: Quais são as implicações do fenômeno do impostor na saúde emocional e no desempenho profissional e acadêmico em adultos?

De forma a responder tal questão norteadora, propôs-se o seguinte objetivo, sendo ele, descrever as principais implicações da presença de FI na saúde emocional e no desempenho profissional/ acadêmico em adultos.

METODOLOGIA

Visando atingir os objetivos propostos, os seguintes passos do método da revisão integrativa da literatura foram seguidos: a identificação do problema (foi definido claramente o propósito da revisão), a busca da literatura (com a delimitação de palavras-chave, bases de dados e aplicação dos critérios definidos para a seleção dos artigos), a avaliação e a análise dos dados obtidos. Utilizamos a estratégia PiCo, sendo P (população): adultos; I (interesse): implicações da síndrome do impostor; Co (contexto): saúde emocional. Em cada artigo e documento, procuraram-se os aspectos que respondiam à pergunta central: Quais são as implicações da síndrome do impostor na saúde emocional e no desempenho profissional e acadêmico em adultos?

A busca dos estudos ocorreu no período de agosto a outubro de 2025. Inicialmente, foi realizada uma busca por documentos oficiais na base de dados PubMed. Dentre os 41 documentos encontrados, oito foram selecionados por responderem à pergunta norteadora. Posteriormente, foi feita a revisão de literatura científica. Os critérios de inclusão dos estudos foram: artigos em inglês, publicados nos últimos cinco anos, textos gratuitos, estudos primários que apresentassem em sua discussão considerações sobre a síndrome do impostor, indexados nas bases de dados *National Library of Medicine and National Institutes of Health (PUBMED)* e *Web of Science*.

Para a realização da busca, de acordo com a tabela abaixo, foram utilizadas combinações entre as seguintes palavras-chave, consideradas descritores no Descritores em Ciências de Saúde (DeCS) em inglês no PUBMED: (impostor phenomenon [Title/Abstract] OR impostor phenomenon [Title/Abstract] OR impostor syndrome[Title/Abstract] OR impostor syndrome [Title/Abstract])) AND (self-doubt [Title/Abstract] OR fraudulence [Title/Abstract] OR self-esteem [Title/Abstract] OR personality[Title/Abstract] OR identity [Title/Abstract]) AND Humans [MeSH] . Já no Web of Science foram utilizados: impostor phenomenon OR Perceptual distortion AND Adults AND mental health. Nesta busca foram identificados 155 artigos científicos na base de dados Web of Science e 41 artigos na base PUBMED, como pode ser observado na tabela 1.

Tabela 1 – Metodologia de seleção de artigo.

Base de Dados	Estratégia de Busca Completa	Resultados Encontrados
PubMed	((impostor phenomenon[Title/Abstract] OR impostor phenomenon[Title/Abstract] OR impostor syndrome[Title/Abstract] OR impostor syndrome[Title/Abstract])) AND (self-doubt[Title/Abstract] OR fraudulence[Title/Abstract] OR self-esteem[Title/Abstract] OR personality[Title/Abstract] OR identity[Title/Abstract]) AND Humans[MeSH] Filters: Last 5 years, Free full text, English	41
Web of Science (WoS)	impostor phenomenon OR perceptual distortion AND adults AND mental health Filters: Open access, Last 5 years, English, Article	155

Foi realizada a leitura exploratória dos resumos e então selecionados artigos oito artigos na base PUBMED e catorze na base Web of Science que foram selecionados como objeto de estudo, por apresentarem aspectos que respondiam à questão norteadora, e a análise do conteúdo permitiu a organização dos dados em categorias temáticas.

RESULTADOS

De acordo com a tabela 2 foram evidenciados os artigos, com a referências, tipos de estudo e os desfechos principais que cada artigo selecionado.

Tabela 2

Código do Artigo	Referência (ano)	Tipo de estudo e amostra	Desfechos principais
A1	Paladugu et al., 2021	Estudo Transversal (Survey) com 71 hospitalistas, utilizando a Escala do Fenômeno do Impostor de Clance (CIPS).	Não houve diferenças significativas nos escores entre homens e mulheres, nem em relação aos anos de experiência ou à presença de mentores. Observou-se diferença significativa em relação à raça, com hospitalistas brancos apresentando maior tendência ao impostor em comparação com não-brancos. O número de mentores ou o tempo dedicado a eles não se associou de forma significativa aos escores de impostor, e a relação entre o fenômeno do impostor e a simpatia do mentor não pôde ser analisada devido ao tamanho pequeno e desigual das amostras.
A2	Feenstra et al., 2025	Pesquisa Quantitativa com 1.288 funcionários/participantes, com um total agrupado de seis estudos.	Climas de trabalho que enfatizam a competição aumentam o impostorismo dos funcionários. Este efeito é explicado pela tendência dos funcionários a fazerem comparações sociais ascendentes.
A3	Muradoglu et al., 2022	Estudo Quantitativo com 4.870 Acadêmicos de múltiplas etapas da carreira (estudantes de pós-graduação, pós-doutorandos, e docentes)	Quanto mais se percebia que o sucesso no campo exigia brilhantismo, mais as mulheres e os acadêmicos em início de carreira se sentiam impostores. Sentimentos de impostor mais fortes estavam relacionados a um menor senso de pertencimento e menor autoeficácia.
A4	Guimarães et al., 2025	Pesquisa de Campo com amostra não probabilística com 302 respostas, sendo 211 de alunos de administração e 91 de	Níveis mais altos do Fenômeno do Impostor podem estar associados a maiores coeficientes de rendimento (para o curso de Administração, mas não para Contábeis). Variáveis demográficas não demonstraram relação significativa com o fenômeno.

		alunos de ciências contábeis.	
A5	Kamran Sidiqui, Zaha et al., 2025	Estudo transversal utilizando a Escala Clance, com 441 participantes sendo Residentes de ortopedia e cirurgiões consultores.	A maioria dos interrogados apresentaram sintomas de moderados a intensos do Fenômeno do Impostor. Em residentes a pontuação média foi maior em comparação aos consultores além de apresentarem impactos como se sentirem desencorajados a se candidatarem a cargos de liderança.
A6	Rosenthal, Susan et al, 2021	Estudo longitudinal realizado com 257 estudantes de uma grande faculdade de medicina urbana no nordeste dos EUA.	A maior parte dos alunos ingressantes demonstraram graus altos ou muito altos de Fenômeno do Impostor. As mulheres apresentam uma pontuação maior que os homens com sinais associados a neuroticismo e ansiedade.
A7	Chakraverty, Devasmita et al.	Métodos mistos com medição numérica da frequência do fenômeno realizado com 959 participantes entre estudantes e profissionais das áreas de ciências e medicina.	Estudantes de medicina e doutorado e residentes responderam à pesquisa os quais demonstraram pontuações moderadas a intensas. Além disso, relataram dificuldades para desenvolver a identidade médico-científico.
A8	Suriyasathaporn, Arpunna et al., 2025	Estudo transversal envolvendo 477 estudantes de medicina.	Alunos com autoestima moderada obtiveram um aumento de gravidade no coeficiente de regressão em comparação a aqueles com baixa autoestima. Alunos com alta autoestima obtiveram um aumento do coeficiente de regressão em gravidade. Ademais, alunos que relataram depressão experimentaram um aumento de coeficiente de regressão.
A9	El-Setouhy, Maged et al., 2024	Estudo transversal analítico quantitativo realizado com 523	A maior parte dos entrevistados exibiu sinais de FI, especificamente aqueles relacionados ao perfeccionismo e à dúvida. Os resultados mos-

		estudantes de medicina do 2º ao 6º ano.	traram que a maioria dos estudantes de medicina revelava FI negativo.
A10	Duncan, Lindsay et al., 2023	Estudo transversal realizado com 86 alunos de três programas de mestrado em Ciência de Dados.	A maioria dos alunos da amostra apresentou níveis moderados e frequentes de FI. Um teste de independência foi realizado para definir se havia uma associação considerável entre gênero e nível de FI; os resultados propuseram que não havia diferenças significativas de gênero pelo nível de IP, mas com sintomas de ansiedade associado.
A11	Ogunyemi, Dotun et al., 2022	Estudo transversal retrospectivo com 198 participantes, 178 entrevisados concluíram as pesquisas sendo da área médica.	O estudo evidenciou que participantes que pontuaram positivo par FI também pontuaram mais em todas as percepções sobre o impacto adverso da FI em seus relacionamentos pessoais e profissionais além de causar estresse, incapacidade atingir o potencial máximo e relacionamentos/ trabalho em equipe.
A12	Sheveleva et al., 2023	Estudo transversal com 372 estudantes de graduação com idade entre 18 e 23 anos.	O estudo evidenciou que Neuroticismo (tendência a emoções negativas) aumenta a tendência ao impostor, enquanto Extroversão, Conscienciosidade, Abertura e Agradabilidade estão associadas à redução do fenômeno. A discrepancia de perfeccionismo se mostrou fortemente ligada ao impostorismo, e a autoestima desempenha papel mediador importante, reduzindo parcialmente o impacto do perfeccionismo sobre o fenômeno do impostor.
A13	He, Meina et al., 2024	Estudo transversal realizado com 582 estagiários de enfermagem de quatro hospitais terciários na cidade de Wuhan.	A análise de correlação revelou que a resiliência psicológica se relacionou de forma negativa e significativa com as dificuldades de tomada de decisão e com o fenômeno do impostor.
A14	Vlah To-mičević et al., 2025	Estudo transversal com amostra incluindo 79 residentes de medi-	Sentimentos moderados a intensos de impostorismo foram relatados por uma parte significativa dos participantes. Não houve diferenças significativas nos escores por gênero, estado civil, filhos ou histórico de doença mental. Além

		cina familiar, predominante-mente mulheres, com idade medi-ana de 30 anos.	disso foi possível perceber a associação entre fenômeno do impostor e sofrimento psicoló-gico.
A15	Ewan Bot-tomley et al., 2025	Estudo longitudi-nal com 279 estu-dantes de gradu-ação em física e astronomia.	O principal desfecho deste estudo é uma avalia-ção positiva da intervenção em sala de aula des-tinada a estudantes de física e astronomia, as-sim, promovendo diálogos confortáveis sobre a síndrome do impostor no ambiente colegial, im-pactando no progresso estudantil.
A16	Kirsty J. Fre-eman et al., 2022	Método trans-versal, com 148 educadores de simulação em sa-úde.	Houve a conclusão de que a Síndrome do Im-postor é uma experiência única e inseparável. Sentimentos que, desta maneira, traz constante sensação de inadequação e fraude. E a escala LIS, mesmo que seja mais simples, é equivalente a escala CIPS.
A17	Ramona Fi-miani et al., 2024	Estudo longitudi-nal com 146 es-tudantes de gra-duação em psico-logia.	Houve uma relação positiva entre culpa pelo su-cesso e medo do sucesso e a síndrome do im-postor. Somado, também obteve uma relação entre a síndrome do impostor e a tendência a submissão e autossabotagem.
A18	Al Lawati A et al. 2023	Estudo observa-cional transver-sal com 276 estu-dantes de medi-cina foram ob-servados na fase pré-clínica e clí-nica.	Foram estudados ambos os gêneros e observou-se que cerca de metade dos alunos apresenta-ram o FI, associado a burnout, ansiedade e de-pressão. Não houve diferença significativa em comparação ao gênero, e a maioria dos casos ocorreu no período clínico da faculdade.
A19	K Brauer, et al., 2023	Estudo transver-sal com análise de 400 parti-cipantes estu-dantes de uma se-gunda língua.	Foi associado à síndrome do impostor, a distúrbios como depressão e ansiedade, interligados a uma proporção de baixa autoestima, quanto menor a autoestima, pior a saúde mental e de-sencadeamento da síndrome do impostor.
A20	Kristoffer-son E et al. 2024	Estudo transver-sal com amostra de 457 estu-dantes de medicina	A prevalência da síndrome do impostor foi em graus variados, sendo que quase todos dos participantes apresentaram pelo menos grau moderado.

do 2º ao 10º período.

De acordo com a tabela 3, algumas implicações do FI foram evidenciadas, tanto emocionais, quanto no desempenho acadêmico e profissional. E tivemos alguns sintomas emocionais mais evidenciados na maioria dos estudos, o que pode ser observado abaixo, juntamente no que eles corroboram no retardo de algumas atividades do cotidiano.

Tabela 3 - Síntese das informações disponibilizadas pelos artigos incluídos.

Informações disponíveis
Implicações emocionais desencadeadas pelo fenômeno do impostor
Menor senso de pertencimento e menor autoeficácia ^{A1,A3}
Depressão ^{A8,A18}
Neuroticismo ^{A1,A12,A6}
sofrimento psicológico ^{A14}
Ansiedade ^{A19,A6,A10,A18}
Baixa autoestima ^{A20}
Perfeccionismo ^{A9}
Estresse ^{A11}
Inadequação ^{A16}
Fraude ^{A16}
Implicações no desempenho profissional/acadêmico desencadeadas pelo fenômeno do impostor
Comparações sociais ^{A2}
Alterações no coeficiente de rendimento ^{A4}
Desencorajados a se candidatarem a cargos de liderança ^{A5}
dificuldades para desenvolver a identidade médico-científico ^{A7}
Discrepância de perfeccionismo ^{A12}
Dificuldade de tomada de decisão ^{A13}
Tendência a submissão e autossabotagem/ Medo do sucesso ^{A17}
Incapacidade de atingir o potencial máximo ^{A11}
Progresso estudantil ^{A15}

DISCUSSÃO

Implicações emocionais desencadeadas pelo fenômeno do impostor

De acordo com um estudo envolvendo estudantes de medicina da América e Ásia foram relataram níveis moderados de resiliência e autoestima. Quase metade relatou ter experimentado depressão nas últimas 2 semanas, e um quinto indicou ter pensamentos de suicídio. Um estudo asiático vinculou altas expectativas parentais, comuns em muitas famílias asiáticas, à FI. No entanto, a prevalência encontrada não é excessivamente alta, indicando que outros fatores podem reduzir os sentimentos associados ao FI⁴.

O FI é frequentemente observado em pessoas de alto desempenho e pode prejudicar tanto a saúde mental quanto o bem-estar. Um dos estudos revelou uma alta taxa de prevalência de FI entre estudantes de medicina, enquanto a maioria apresentou níveis normais de baixa autoestima, assim muitos dos estudantes de medicina avaliados vivenciaram o FI sem que isso impactasse sua autopercepção⁵.

Em uma amostra estadunidense abrangendo alunos de diferentes programas de Mestrado em Ciência de Dados foi evidenciado que a maioria dos alunos apresentou níveis moderados e frequentes de FI. Não houve significativas diferenças no FI por gênero ou raça. Também foi descoberto utilizando, análise multivariada da variância e regressão que perfeccionismo, valor, autoeficácia, ansiedade e objetivos de evasão desempenharam um papel significativo nos modelos⁶. Em uma coorte de educação médica utilizando administradores de educação médica de pós graduação - que trabalham nos bastidores em programas de residência, fornecendo suporte para residentes e funcionários - foi identificado que mudanças de carreira são um fator de risco contribuinte para o FI, visto que elas sugerem aumento das taxas de rotatividade, que demonstraram estar negativamente correlacionadas com a satisfação no trabalho e o esgotamento⁷.

O neuroticismo é um forte preditor do fenômeno do impostorismo enquanto sentimentos de positividade como a extroversão, agradabilidade, conscienciosidade e abertura contribuem para uma redução do fenômeno do impostor, a autoestima mostrou ser um bom mediador para reduzir o impacto do perfeccionismo sobre o fenômeno do impostor⁸. Acerca do fenômeno do impostor houve uma correlação negativa do fenômeno com a resiliência psicológicas dos participantes, já em relação as dificuldades de tomada de decisão na carreira ouve uma correlação positiva com o fenômeno⁹. Ademais, foi evidenciado que a participantes com maiores escores de impostorismo estão relacionados depressão, ansiedade e estresse, indicando uma forte relação entre o fenômeno e sofrimento psicológico¹⁰.

O FI exige diversas abordagens para sua compreensão e manejo. A experiência do FI pode ser entendida como uma variável simples em grupos específicos, como os educadores de simulação em saúde, permitindo que seja medido de forma eficiente por escalas mais curtas, como a Escala do Impostorismo de Leary, sem perda de confiabilidade psicométrica¹¹ . Em um estudo longitudinal, demonstrou-se que o FI está positivamente relacionado a sentimento de culpa e estresse em relação ao sucesso, servindo como um mecanismo mediador que leva a comportamentos de autossabotagem e submissão¹² . Tais achados sugerem que o FI não é apenas uma preocupação interna, mas uma dinâmica interpessoal, frequentemente ligada ao medo de desagradar ou à necessidade de proteger relações. Dada a prevalência e o impacto negativo do FI, intervenções diretas são justificadas. Por exemplo, rodas de conversa focadas em normalizar a experiência e fornecer contexto sobre o FI têm demonstrado ser uma estratégia bem-suce-

dida, especialmente em estudantes de graduação, promovendo uma cultura de abertura e alívio das inseguranças¹³ . Coletivamente, esses estudos ressaltam que, embora o FI seja um sentimento profundamente pessoal, ele é influenciado por fatores sociais e pode ser atenuado por estratégias de intervenção baseadas na validação e na comunicação aberta.

A frequência com que transtornos psíquicos são associados a estudantes de medicina revelam a competitividade do meio universitário, FI é observado acompanhado de falsas perspectivas de pessoas bem-sucedidas na quais, não enxergam seu sucesso, a falsa realidade conjunta a sentimento de insegurança, ansiedade, depressão e medo instigam a competitividade e revelam o abismo do sucesso¹⁴ . Ademais, a resiliência em alunos de medicina foi apontada como inversamente proporcional ao FI, estudantes com baixa resiliência são mais suscetíveis ao fenômeno¹⁵ . Além da competitividade instaurada, o FI desencadeia um sentimento de fraude intelectual, que constantemente associa um bom desempenho como sorte, acarretando inúmeras sequelas relacionadas à saúde mental, como neuroticismo e síndrome da ansiedade generalizada (TAG)³.

Implicações no desempenho profissional/acadêmico desencadeadas pelo fenômeno do impostor

Em alguns resultados não houve diferenças significativas nos escores entre homens e mulheres, nem em relação aos anos de experiência ou à presença de mentores. Observou-se diferença significativa em relação à raça, com hospitalistas brancos apresentando maior tendência ao impostor em comparação com não-brancos¹⁶ . Porém deve ser considerado contexto a contexto, pois já foi constatado também que o brilhantismo acadêmico afeta mais mulheres com a FI². Corroborando com essa necessidade de analisar caso a caso, mulheres do curso de administração tem mais prevalência de FI do que homens e os do curso de contábeis não mostrou essa disparidade¹⁷ .

É evidenciado em residentes de ortopedia e cirurgiões consultores que o sexo feminino, o nível do treinamento não-consultor e a interrupção na carreira são fatores que aumentam a gravidade do FI. Assim é possível perceber o impacto direto na tomada de decisões, autoestima, progressão na carreira além de diminuir o sentimento de busca por oportunidades de liderança. Entretanto percebesse uma limitação pelos dados terem sido coletado em um único momento, limitando o estabelecimento das causalidades com o tempo fora de treinamento e a gravidade da FI¹⁸ . Foi também comprovado que o FI já está presente nos alunos antes mesmo da matrícula e que ao longo dos períodos a intensidade e a incidência aumentam, sendo relacionados ao sofrimento emocional e a personalidade. Como ajuda, percebe-se que o apoio acadêmico, mentorias e discussões em grupo são úteis para abordar o FI¹⁹ . Além disso, o medo da avaliação, a dificuldade em formar uma identidade profissional como médico e cientista e estresse por pertencer a

um grupo são os principais desafios para a experiência do FI. Assim, percebe-se que os médicos que não vivem o FI podem enfrentar desafios semelhantes na formação da sua identidade profissional, mas com apoio adequado para amenizar o surgimento do FI²⁰ .

C.ONCLUSÃO

A revisão integrativa realizada evidencia que o fenômeno do impostor FI é uma condição psicológica frequente e impactante em ambientes acadêmicos e profissionais, especialmente entre estudantes e profissionais da saúde, grupos com altos níveis de exigência e competitividade. Os resultados dos principais estudos analisados revelam implicações emocionais marcantes, como depressão, ansiedade, neuroticismo, sofrimento psicológico, baixa autoestima e diminuição de senso de pertencimento. Tais fatores, por sua vez, prejudicam diretamente o desempenho acadêmico e profissional, gerando dificuldades para desenvolver identidade científica ou médica, tendência à autossabotagem e medo do sucesso.

A prevalência do FI independe, em muitos casos, de gênero ou raça, mas pode ser influenciada por características do ambiente, como clima de competição e expectativas parentais elevadas, além de aspectos individuais, como perfeccionismo e baixa resiliência. Observa-se também que o apoio acadêmico, mentorias e discussões abertas funcionam como mecanismos de proteção, ajudando a mitigar o impacto do FI sobre a saúde mental. A literatura destaca ainda a importância de estratégias de intervenção, como rodas de conversa e grupos de apoio, que promovem a validação das experiências individuais e favorecem a comunicação aberta.

Em síntese, o FI, além de uma preocupação individual, é um fenômeno social e institucional que demanda ações coletivas e políticas voltadas ao bem-estar emocional, à promoção de ambientes mais saudáveis e à prevenção de consequências adversas sobre a formação e atuação acadêmica e profissional. Futuros estudos devem aprofundar a análise dos fatores mediadores e propor estratégias inovadoras que possam contribuir para uma trajetória mais saudável e autêntica para estudantes e profissionais afetados pelo fenômeno do impostor.

REFERÊNCIAS

1. Feenstra, et al. Are You Better Than Me? Competitive Work Climates Fuel Impostorism via Upward Social Comparisons. *Social Psychological and Personality Science*, 16(7), 803–814, 2025. <https://doi.org/10.1177/19485506251348803>
2. Muradoglu, et al. (Women—Particularly Underrepresented Minority Women—and Early-Career Academics Feel Like Impostors in Fields That Value Brilliance. *Journal of Educational Psychology*, 114(5), 1086–1100, 2022. <https://doi.org/10.1037/edu0000669>

3. Brauer K, et al. Impostor Phenomenon and L2 willingness to communicate: Testing communication anxiety and perceived L2 competence as mediators. **Front Psychol.** 2023 Jan 9;13:1060091. doi: 10.3389/fpsyg.2022.1060091.
4. Suriyasathaporn, Arpunna et al. "Severity of imposter syndrome associated with resilience, self-esteem, and depression among medical students in Thailand." **Frontiers in public health**, vol. 13 1577184. 5 Sep. 2025, doi:10.3389/fpubh.2025.1577184
5. El-Setouhy, Maged et al. "Prevalence and correlates of imposter syndrome and self-esteem among medical students at Jazan University, Saudi Arabia: A cross-sectional study." **PLoS one**, vol. 19,5 e0303445. 9 May. 2024, doi:10.1371/journal.pone.0303445
6. Duncan, Lindsay et al. "An Evaluation of Impostor Phenomenon in Data Science Students." **International journal of environmental research and public health**, vol. 20,5 4115. 25 Feb. 2023, doi:10.3390/ijerph20054115
7. Ogunyemi, Dotun et al. "Improving wellness: Defeating Impostor syndrome in medical education using an interactive reflective workshop." **PLoS one**, vol. 17,8 e0272496. 4 Aug. 2022, doi:10.1371/journal.pone.0272496
8. Sheveleva, Marina S et al. "Perfectionism, the Impostor Phenomenon, Self-Esteem, and Personality Traits among Russian College Students." **Psychology in Russia : state of the art**, vol. 16,3 132-148. 30 Sep. 2023, doi:10.11621/pir.2023.0310
9. He, Meina et al. The relationship between impostor phenomenon and career decision-making difficulties among nursing interns: the mediating role of psychological resilience. **Front. Psychol.** 2024 15:1484708. doi: 10.3389/fpsyg.2024.1484708
10. Tomičević, et al. "Impostor phenomenon and psychological outcomes among family medicine residents: a cross-sectional study in Croatia." **Arhiv za higijenu rada i toksikologiju**, vol. 76,2 113-118. 30 Jun. 2025, doi:10.2478/aiht-2025-76-3934
11. Freeman, Kirsty J et al . Measuring impostor phenomenon in healthcare simulation educators: a validation of the Clance Impostor Phenomenon Scale and Leary Impostorism Scale. **BMC Medical Education**, 2022, 22(1), 139. <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03190-4>
12. Fimiani, Ramona, et al. Guilt over success, impostor phenomenon, and self-sabotaging behaviors. **Current Psychology**, 2024 43(24), 19081-19090. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05697-z>
13. Bottomley, Ewan, et al. An Intervention Addressing Impostor Phenomenon in Undergraduate Physics and Astronomy. **Education Sciences**, 2025 15(4), 498. <https://doi.org/10.3390/educsci15040498>
14. Al Lawati, Abdullah, et al. Investigating impostorism among undergraduate medical students at Sultan Qaboos University: a questionnaire-based study. **Cureus**. 2023 Sep 22;15(9). DOI 10.7759/cureus.45752

15. Kristoffersson, E., Boman, J. & Bitar, A. Impostor phenomenon and its association with resilience in medical education – a questionnaire study among Swedish medical students. **BMC Med Educ** 24, 782 (2024). <https://doi.org.ez281.periodicos.capes.gov.br/10.1186/s12909-024-05788-2>
16. Paladugu, Susmita et al. “Impostor syndrome in hospitalists- a cross-sectional study.” **Journal of community hospital internal medicine perspectives**, vol. 11,2 212-215. 23 Mar. 2021, doi:10.1080/20009666.2021.1877891
17. Guimarães, et al. Posso não ser, mas me sinto um impostor. **REVISTA AMBIENTE CONTÁ-BIL** - Universidade Federal Do Rio Grande Do Norte - ISSN 2176-9036, 17(2), 497–512, 2025. <https://doi.org/10.21680/2176-9036.2025v17n2ID36050>
18. Kamran Siddiqui, Zaha et al. “Hidden barriers to leadership: a cross-sectional survey of prevalence and predictors of Imposter Phenomenon in Trauma and Orthopaedic surgery in the UK.” **BMJ open**, vol. 15,9 e100557. 11 Sep. 2025, doi:10.1136/bmjopen-2025-10055
19. Chakraverty, Devasmita et al. “Exploring reasons for MD-PhD trainees' experiences of impostor phenomenon.” **BMC medical education**, vol. 22,1 333. 30 Apr. 2022, doi:10.1186/s12909-022-03396-6
20. Rosenthal, Susan et al. “Persistent Impostor Phenomenon Is Associated With Distress in Medical Students.” **Family medicine**, vol. 53,2 (2021): 118-122. doi:10.22454/FamMed.2021.799997