

CENTRO UNIVERSITÁRIO UNINOVAFAPÍ
COORDENAÇÃO DE GRADUAÇÃO EM MEDICINA

KÉCIO DOS SANTOS ARAÚJO FILHO

FATORES ASSOCIADOS A ANSIEDADE E DEPRESSÃO
EM GRADUANDOS DE MEDICINA: REVISÃO DE LITERATURA

TERESINA/PIAUÍ

2025

CENTRO UNIVERSITÁRIO UNINOVAFAPI
COORDENAÇÃO DE GRADUAÇÃO EM MEDICINA

FATORES ASSOCIADOS A ANSIEDADE E DEPRESSÃO
EM GRADUANDOS DE MEDICINA: REVISÃO DE LITERATURA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Centro Universitário UNINOVAFAPI, como
requisito para obtenção do título de Graduado
em Medicina.

Orientadora: Prof. Msc. Sandra Tuany Alves de
Morais.

FICHA CATALOGRÁFICA

A663r Araújo Filho, Kécio dos Santos

Revisão de literatura acerca dos fatores associados a ansiedade e depressão em graduação de medicina/ Kécio dos Santos Araújo Filho. – Teresina: UNINOVAFAPI, 2025.

Orientador (a): Profª. Msc. Sandra Tuany Alves de Moraes. – UNINOVAFAPI, 2025.

19. p.; il. 23cm.

Trabalho de conclusão (Graduação em medicina) – UNINOVAFAPI, Teresina, 2025.

1. Transtornos mentais. 2. Educação médica. 3. Dependência química. 4. Qualidade de vida. I. Título. II. Araújo Filho, Kécio dos Santos.

CDD 610.711

Catálogo na publicação
Francisco Renato Sampaio da Silva – CRB/1028

KÉCIO DOS SANTOS ARAÚJO FILHO

**FATORES ASSOCIADOS A ANSIEDADE E DEPRESSÃO
EM GRADUANDOS DE MEDICINA: REVISÃO DE LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Centro Universitário UNINIVAFAPI, como
requisito para obtenção de graduação em
Medicina.

Orientador: Prof. Sandra Tuany Alves de
Morais.

Data de Aprovação: ____/____/____



Documento assinado digitalmente

SANDRA TUANY ALVES DE MORAIS

Data: 02/07/2025 19:04:16-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof^a. Msc. Sandra Tuany Alves de Moraes
Orientadora



Documento assinado digitalmente

FRANCISCO VALMOR MACEDO CUNHA

Data: 03/07/2025 13:36:30-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Dr. Francisco Valmor Macedo Cunha
1º Examinador



Documento assinado digitalmente

ANA RAQUEL BATISTA DE CARVALHO

Data: 01/07/2025 17:25:28-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Dr^a. Ana Raquel Batista de Carvalho
2º Examinadora

TERESINA/PIAUÍ

2025

**FATORES ASSOCIADOS A ANSIEDADE E DEPRESSÃO
EM GRADUANDOS DE MEDICINA: REVISÃO DE LITERATURA**

**FACTORS ASSOCIATED WITH ANXIETY AND DEPRESSION IN MEDICAL
STUDENTS: A LITERATURE REVIEW**

Kécio dos Santos Araújo Filho¹

Sandra Tuany Alves de Moraes²

RESUMO

Este estudo realizou uma revisão de literatura para analisar os fatores que contribuem para o sofrimento psíquico entre estudantes de Medicina, destacando sintomas de ansiedade e depressão. Foram selecionados onze artigos, publicados nos últimos cinco anos nas bases SciELO e PubMed, com foco em estudantes brasileiros. Os resultados apontaram que esses alunos enfrentam um ambiente acadêmico exaustivo, marcado por longas jornadas de estudo, contato com o sofrimento humano, pressão por desempenho e falta de suporte emocional. Mulheres e estudantes em fase de internato demonstraram maior vulnerabilidade. Observou-se ainda associação entre ansiedade, uso abusivo de substâncias, queda no rendimento acadêmico e ideação suicida. A pandemia de Covid-19 intensificou esses fatores, agravando a saúde mental dos discentes. Conclui-se que é essencial inserir a discussão sobre saúde mental nos currículos médicos, promover intervenções precoces, apoio psicossocial contínuo e estratégias institucionais que valorizem o bem-estar dos estudantes e a formação humanizada dos futuros médicos.

Palavras-chave: transtornos mentais; educação médica; dependência química; qualidade de vida.

ABSTRACT

This study conducted a literature review to analyze the factors contributing to psychological distress among medical students, with a focus on symptoms of anxiety and depression. Eleven articles published in the last five years were selected from the SciELO and PubMed databases, focusing on Brazilian medical students. The findings revealed that these students are exposed to an emotionally demanding academic environment, characterized by long hours of study, frequent exposure to human suffering, high performance pressure, and insufficient emotional support. Female students and those in the clinical internship phase showed greater vulnerability. Additionally, anxiety was associated with substance abuse, decreased academic performance, and suicidal ideation. The Covid-19 pandemic further intensified these issues, worsening students' mental health. It is concluded that incorporating mental health

¹ Graduando em Medicina pela UNINOVAFAPÍ.

² Professora orientadora - Fisioterapeuta e Mestra em Ciências Biomédicas pela Universidade Federal do Piauí, Brasil (2021).

discussions into medical school curricula is essential, along with early intervention, continuous psychosocial support, and the implementation of institutional strategies that prioritize student well-being and promote a more humanized medical education.

Keywords: mental disorders; medical education; chemical dependency; quality of life.

1 INTRODUÇÃO

Atualmente, discute-se bastante o crescimento de casos de transtornos mentais em todo o mundo, especialmente após a pandemia de Covid-19. Com um maior foco sobre essa questão, passou-se a perceber também uma maior suscetibilidade a esses problemas em universitários, quando comparados à população em geral (Costa, 2020), o que indica uma necessidade de que jovens concluintes do Ensino Médio desenvolvam habilidades que os permitam maior adequação e resiliência para sua adaptação e vivência na faculdade. Caso contrário, as mudanças bruscas em suas relações e no ambiente de estudos podem levar à ocorrência de episódios depressivos, de estresse ou de angústia, que conduzirão a deficiências acadêmicas ou, até mesmo, evasão (Costa, 2020).

No caso do curso de Medicina, sua alta complexidade e a grande dedicação exigida do estudante podem aumentar ainda mais a ocorrência de transtornos mentais e interferir em sua qualidade de vida. No processo formativo da educação médica, há diversos fatores considerados estressores e possíveis desencadeadores de transtornos mentais, como as longas jornadas de estudo, que geram dificuldade em conciliar a vida acadêmica e a pessoal; e a exposição a situações de dor e sofrimento, uma vez que acadêmicos de Medicina estão constantemente em contato com portadores de diferentes doenças e com prognósticos ruins. Esse contexto, associado à grande carga horária e ao alto nível de cobrança tanto da sociedade quanto do próprio indivíduo, gera crises que podem levar, por exemplo, a episódios de depressão (Leão; Gomes; Ferreira; Cavalcanti, 2018). Segundo Alves (2014), essas características inerentes ao estudante universitário durante a formação médica podem deixá-lo mais vulnerável à manifestação de sofrimento psíquico e/ou de transtornos mentais, especialmente ansiedade e depressão.

Como consequência desse contexto, estudantes depressivos e ansiosos sentem enorme dificuldade de seguir o curso, o que aumenta o número de abandonos e eleva o risco de desenvolvimento de quadros de dependência química ou, até mesmo, de suicídios (Alexandrino-Silva; Pereira; Bustamante *et al.*, 2009). Outro importante aspecto dessa situação é que, tentando se adaptar a situações estressantes, é comum que os indivíduos busquem se automedicar, o que leva ao início do uso de psicofármacos, muitas vezes, de forma indevida. O consumo de álcool e outras drogas lícitas, além das ilícitas, torna-se parte do cotidiano de alguns acadêmicos, assim como o abuso de medicamentos para driblar o sono, o cansaço e a falta de concentração diante do excesso de atividades. Essas drogas, porém, ao contrário do que o estudante espera, afetam diretamente sua qualidade de vida e levam a um

baixo rendimento acadêmico (Santos, 2017). Quanto ao consumo de álcool, Rocha (2011) reforça que, embora não consiga ser associado diretamente a uma causa específica, ele prejudica a vida social dos médicos em formação, corroborando déficits que já se manifestam durante o curso e permanecem após sua conclusão.

Por não haver uma estratégia consistente de combate a essa situação nas universidades, essa grande ocorrência de distúrbios de humor e ansiedade pode se agravar durante a graduação e, muitas vezes, consolida-se quando o indivíduo conclui seus estudos e parte para a prática profissional. Por esse aumento da prevalência da ansiedade entre os estudantes de Medicina e pelas consequências de um tratamento inadequado, torna-se de suma importância analisar os aspectos negligenciados dentro do curso em relação às demandas ligadas à saúde mental dos estudantes e refletir sobre a medicina como responsável pelo bem-estar dos indivíduos, inclusive dos médicos ainda em formação.

Neste artigo, pretende-se, através de uma revisão de literatura, analisar a produção científica acerca das circunstâncias que levam ao sofrimento psíquico dos acadêmicos de medicina, considerando informações inerentes à formação do médico desde os primeiros anos da graduação até a escolha da residência, ressaltando as conclusões acerca dos mecanismos de suporte ao sofrimento psíquico produzido no curso médico.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

Analisar, através de uma revisão de literatura, os fatores de predisposição para sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de Medicina.

2.2 Objetivos específicos

Analisar a produção científica acerca das circunstâncias que levam ao sofrimento psíquico dos acadêmicos de Medicina.

Analisar quais são os mecanismos de suporte ao sofrimento psíquico oferecidos aos estudantes durante o curso.

Apontar as soluções sugeridas na literatura para enfrentamento da ocorrência de sofrimento psicológico ao longo da graduação em Medicina.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

A Medicina é uma formação bastante valorizada no Brasil, o que leva a um grande investimento das faculdades no aprimoramento de seus cursos, em atualização e melhoria do corpo docente e das técnicas e metodologias de ensino-aprendizagem. No entanto, ainda não se observa uma preocupação com uma formação humanística do futuro médico, que envolva um comprometimento com a preparação do jovem para aspectos fundamentais da vida em sociedade, como a dignidade pessoal, o reconhecimento do próprio valor como pessoa e do valor do outro, o desenvolvimento da autonomia pessoal e de um projeto de vida:

Seu acerto clínico e o benefício que pode fazer ao paciente dependerá, queira-se ou não, de quanto ele for capaz de perceber os significados que a vida, a doença, a figura do médico, a saúde ou a integridade corporal adquiriram na história de vida do paciente. Não se trata de ser humanitário, embora isso também seja desejável: trata-se de ser, em alguma medida, um humanista, um conhecedor, mesmo principiante, do que constitui a essência da chamada natureza humana: a criação de valores, a atribuição de significado e sentido aos eventos e condições da vida. (Pessotti, 1996)

Como resultado, tem-se, ao final da graduação, estudantes com conhecimentos sobre as diferentes áreas biomédicas, mas inábeis para o relacionamento com o ser humano, embora a eficácia de sua abordagem profissional dependa, também, desse fator. Além disso, segundo Costa (2020), características específicas do curso de Medicina, como carga horária excessiva, inúmeras avaliações, a competitividade nas relações entre os colegas e, em especial, a dificuldade de conciliar os diversos setores da vida, como a família e outras relações fora do universo acadêmico, geram severos impactos emocionais nesses alunos.

Uma pesquisa realizada na Universidade Federal de São Paulo mostrou que 38,2% dos alunos do curso de Medicina apresentavam sintomas depressivos (Baldassin; Alves; De Andrade. *et al.*, 2008). Entretanto, estima-se que apenas 8% a 15% desses estudantes buscam suporte psicológico, o que reduz a capacidade de aprendizado e a qualidade no atendimento ao paciente, além de gerar um maior risco de *burnout* e, até mesmo, suicídio entre esses indivíduos. Uma das dificuldades dos cuidados psiquiátricos para os estudantes de Medicina é justamente o fato de que eles tendem a não procurar ajuda médica para seus problemas, sob as mais diversas justificativas, como falta de tempo, estigmas associado às doenças mentais ou altos custos desse tipo de tratamento.

Todo esse contexto hostil e de extrema competitividade que se configura desde os primeiros anos do curso até o internato, afeta desempenho e oportunidades, mas, o que é mais

grave, conduz os indivíduos a desenvolverem distúrbios de ansiedade e angústia (Andrade, 2014; Kaluf, 2019).

Quanto ao desempenho e às oportunidades, tem sido estudado o papel de diversas variáveis em relação ao desempenho social, em particular o comportamento assertivo. Entre essas variáveis, segundo Bandeira *et al.* (2005), figuram a ansiedade, a depressão e a baixa autoestima, que geram déficits de desempenho social. Para esses autores, a ansiedade é um fator inibidor do comportamento assertivo, o que demanda a necessidade de uma intervenção terapêutica para combater sua recorrência e, assim, aumentar, nos alunos, a capacidade de expressar ideias, sentimentos e opiniões.

No que se refere aos danos à saúde mental dos estudantes, deve-se observar a incidência de transtornos de ansiedade como um importante fator para o adoecimento desses indivíduos. Em condições normais, a ansiedade é positiva, pois leva a um estado de “luta”, no qual o indivíduo aumenta seu foco, sua disciplina, seu rendimento e sua produtividade:

Assim, a ansiedade prepara o organismo para tomar as providências adequadas, no sentido de impedir a concretização desses possíveis prejuízos, ou pelo menos, para tentar diminuir as suas consequências. Ela é uma reação natural e necessária à autopreservação do ser humano. (Lenhardtk; Calvetti, 2017)

Entretanto, ao ingressar na universidade, inseridos em um novo contexto social, os estudantes são submetidos a uma excessiva demanda de estresse, cobranças pessoais e da sociedade, convivência com pessoas de diferentes localidades, longas horas de estudo, que podem ativar uma ansiedade patológica, levando a uma resposta de “fuga”: o indivíduo vivencia um estado de constante procrastinação, que gera queda de rendimento pela perda de foco e de autoestima, e uma situação de não enfrentamento do problema.

A ansiedade patológica pode, até mesmo, interferir nos aspectos cognitivos do aluno e em sua atenção seletiva, bloquear a compreensão e o raciocínio, interferir na aquisição do conhecimento e no desempenho em geral. A frequência de sentimentos negativos, associados a fracassos repetidos, pode desencadear um transtorno depressivo e, em casos mais extremos, levar a sua consequência mais grave, o suicídio.

Deve-se considerar, por fim, como importante agravante do problema de saúde mental dos estudantes de Medicina, a recente pandemia de Covid-19. Esse foi um fator que surgiu durante a pesquisa, especialmente ressaltado no artigo “Fatores associados a ansiedade, depressão e estresse em estudantes de Medicina na pandemia da Covid-19”. Segundo os autores, a pandemia trouxe ainda mais desafios para o acadêmico, como o ensino remoto, a

falta de contato com colegas e pacientes, a convivência com o adoecimento ou morte de familiares e pessoas próximas, bem como o adiamento do cronograma acadêmico e as incertezas em relação ao futuro universitário:

[em] uma amostra de 274 estudantes de Medicina [...] a maioria dos participantes era do sexo feminino (63,5%) com idade que variava de 21 a 25 anos (58,4%). Dos entrevistados, 40,1% raramente encontraram os amigos. A maior parte estava insatisfeita com o rendimento acadêmico (79,9%) e acusou piora na qualidade de vida (54,7%). (Barros *et al.*, 2022).

No que se refere a questões pessoais e acadêmicas, muitos estudantes raramente encontraram os amigos durante a pandemia, tiveram piora em sua qualidade de vida e ficaram insatisfeitos com seu rendimento acadêmico.

Todo esse cenário evidencia a importância da preservação da saúde mental, haja vista o caráter assistencialista do cuidado com o paciente, que demanda muito esforço do profissional da saúde, o qual enfrenta carga horária de trabalho extenuante e pressão por ter que lidar com a vida do outro, fatores bastante potencializados durante a pandemia.

4 METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão de literatura, uma análise sobre o conhecimento adquirido em pesquisas anteriores sobre uma determinada temática, em busca de artigos originais em periódicos e dentro de bases de dados confiáveis. Essa revisão permite a exposição das melhores evidências científicas acerca de um assunto, seja nas práticas, seja nas decisões que são incorporadas ao contexto da saúde, no caso.

Especificamente neste trabalho, a população em destaque foram os acadêmicos de Medicina e a temática pesquisada foi o sofrimento psíquico ao qual esses estudantes estão submetidos, tendo como recorte os estudantes de graduação em universidades brasileiras.

O levantamento foi realizado nos bancos de dados *Scielo* e *Public Medline* (PubMed), utilizando-se das seguintes combinações de descritores em Ciências da Saúde (DECS): “*Medical students*”, “*anxiety*”, “*Brazil*”. Os critérios de inclusão estabelecidos foram artigos de pesquisa disponibilizados de forma integral, na língua portuguesa ou inglesa, com recorte temporal de cinco anos, correspondentes ao tema proposto. Após a coleta dos estudos, foi feita sua identificação a partir dos títulos e/ou resumos, registrando os artigos encontrados nas bases de dados de acordo com os descritores em saúde e a estratégia de busca.

Para a elegibilidade dos artigos, os textos foram lidos na íntegra, analisando os seguintes aspectos: ano de publicação, objeto de estudo, natureza do estudo, resumo de cada estudo, contemplação do tema e objetivos da revisão. Os dados encontrados foram registrados em uma tabela para melhor visualização e apresentação das informações coletadas. Por meio da organização desses dados, foi possível comparar todos os estudos selecionados e identificar padrões e diferenças que compõem a discussão geral e a conclusão do estudo.

5 RESULTADOS

Foi encontrado um total de 94 estudos, nos bancos de dados PubMed e Scielo, que passaram por uma análise prévia de seus títulos e objetivos, seguida dos resumos, para a verificação de adequação. Entre eles, onze foram selecionados e lidos. Um resumo das informações relevantes para essa revisão foi organizado na tabela abaixo.

Referência	Título	Objetivo	Conclusão
Barros <i>et al.</i> , 2022.	Fatores associados a ansiedade, depressão e estresse em estudantes de Medicina na pandemia da Covid-19.	Analisar os fatores associados aos sintomas de ansiedade, depressão e estresse em estudantes de Medicina, durante o período pandêmico.	O estudo evidenciou aspectos sociais, demográficos, pessoais e acadêmicos associados a maiores níveis de ansiedade, depressão e estresse em estudantes de Medicina durante a pandemia da Covid-19. Como alternativa para o problema, sugeriu a adoção de medidas e programas específicos que visem à diminuição e à prevenção dos transtornos psíquicos no ambiente estudantil.
Brito Júnior, M. S. De; Coelho, K. S. C.; Serpa Junior, O. D. De., 2022.	A formação médica e a precarização psíquica dos estudantes: uma revisão sistemática sobre o sofrimento mental no percurso dos futuros médicos.	Destacar aspectos negligenciados no curso de Medicina que se associam à saúde mental dos estudantes. Refletir sobre a Medicina como profissão responsável pelo bem-estar dos indivíduos, inclusive dos	A precarização psíquica durante a graduação pode influenciar diretamente a relação médico-paciente; pode gerar angústia, insatisfação profissional e síndrome de Burnout. Como solução, sugeriu um manejo mais efetivo sobre o outro que

		médicos ainda em formação.	necessita de cuidados, considerando, inclusive, o processo de enfrentamento da COVID-19 como mais um fator propulsor de angústia.
Referência	Título	Objetivo	Conclusão
Costa <i>et al.</i> , 2020.	Sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes de Medicina e estratégias institucionais de enfrentamento.	Estimar a prevalência de sintomas de estresse, depressão e ansiedade em estudantes de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), associando-os com outros fatores.	O estudo reforçou a preocupação da comunidade acadêmica com a maior incidência de sintomas depressivos, ansiosos e de estresse em estudantes de Medicina, além de indicar fatores potenciais que aumentam a vulnerabilidade dos alunos. Como alternativa para o problema, sugeriu que as instituições de ensino superior devem apresentar estratégias institucionais para o enfrentamento dessa realidade, por meio de apoio e intervenções que ajudem os discentes a lidar com os desafios da formação.
Demenech, L.M.; Oliveira, A.T.; Neiva-Silva, L.; Dumith, S.C., 2021.	<i>Prevalence of anxiety, depression and suicidal behavior among Brazilian undergraduate students: A systematic review and meta-analysis.</i> [Prevalência de ansiedade, depressão e comportamentos suicidas entre universitários brasileiros: uma revisão sistemática e meta-análise.]	Realizar uma revisão sistemática e metanálise sobre a prevalência e fatores associados de ansiedade, depressão e comportamento suicida entre estudantes universitários brasileiros.	A prevalência de ansiedade, depressão e comportamento suicida entre universitários brasileiros foi alta, o que tem implicações científicas e práticas, como a necessidade de padronização da metodologia dos estudos e de atenção integral à saúde mental dos universitários brasileiros.
Fasanella <i>et al.</i> , 2022.	<i>Use of prescribed</i>	Avaliar a prevalência do	A prevalência de

	<i>psychotropic drugs among medical students and associated factors: a cross sectional study.</i> [Uso de psicofármacos prescritos entre estudantes de Medicina e fatores associados: um estudo transversal.]	uso de psicotrópicos, a adesão à terapia e as principais indicações clínicas para o uso de psicotrópicos em estudantes de Medicina.	transtornos mentais entre estudantes de Medicina é alta, o que justifica a uso de drogas psicotrópicas. Como alternativa para o problema, sugeriu ações educativas para melhorar a saúde mental dos alunos.
Referência	Título	Objetivo	Conclusão
Ferreira, P. M.; Alves, R. J. R.; Zantut-Wittmann, D. E., 2022.	<i>Impact of the use of illicit and licit substances and anxiety disorders on the academic performance of medical students: a pilot study.</i> [Impacto do uso de substâncias ilícitas e lícitas e transtornos de ansiedade no desempenho acadêmico de estudantes de Medicina: um estudo piloto.]	Avaliar a presença de transtorno de ansiedade e uso de álcool e substâncias lícitas e ilícitas e a sua influência na performance acadêmica em estudantes de Medicina.	Piores performances acadêmicas se correlacionam com o uso de substâncias lícitas e ilícitas e transtornos de ansiedade. Como solução para o problema, sugeriu medidas médicas, avaliação psicológica e acompanhamento dos estudantes, a fim de minimizar as influências negativas do estresse emocional.
Mendes <i>et al.</i>, 2021.	<i>Physical activity and symptoms of anxiety and depression among medical students during a pandemic.</i> [Atividade física e sintomas de ansiedade e depressão entre estudantes de Medicina durante a pandemia].	Comparar grupos de estudantes de Medicina que praticaram atividade física durante a pandemia de Covid-19 com seus níveis de ansiedade e depressão.	Os estudantes de Medicina que praticaram atividades físicas de níveis moderados apresentaram menos sintomas de ansiedade e depressão.
Nogueira <i>et al.</i>, 2021.	Avaliação dos níveis de ansiedade e seus fatores associados em estudantes internos de Medicina.	Avaliar os fatores associados aos níveis de ansiedade em estudantes internos de Medicina.	O presente estudo revelou aspectos sociodemográficos (maior incidência em pessoas do sexo feminino), pessoais e

			clínicos (fazer terapia, ter insônia e usar medicamentos que alteram o sono) como fatores de risco mais associados ao nível de ansiedade em estudantes internos de Medicina.
Referência	Título	Objetivo	Conclusão
Ribeiro <i>et al.</i> , 2020.	Prevalência de fatores associados a depressão e ansiedade em estudantes de Medicina brasileiros.	Estimar a prevalência de indicativos de ansiedade, depressão e de ansiedade e depressão simultâneas. Analisar os fatores associados a tais condições em estudantes de Medicina de uma universidade federal do Brasil.	O estudo demonstrou, como principais fatores para o adoecimento psicológico dos estudantes, a ocorrência prévia de tratamentos para desordens mentais antes do ingresso na universidade, a solidão e as relações interpessoais problemáticas durante a graduação. Como alternativa para o problema, sugeriu o acolhimento e a redução de situações conflituosas frequentes em escolas médicas.
Souza <i>et al.</i> , 2022.	Fatores associados a ansiedade/depressão nos estudantes de Medicina durante distanciamento social devido à Covid-19.	Determinar a prevalência e os fatores associados aos sinais e sintomas de ansiedade e depressão nos estudantes de Medicina durante o distanciamento social devido à pandemia de Covid-19.	O estudo evidenciou que fatores sociais, culturais e relacionados ao desempenho acadêmico, bem como as mudanças metodológicas de ensino, estão entre as variáveis significativas para o acometimento psicológico dos estudantes de Medicina durante a pandemia da Covid-19. Como alternativa para o problema, sugeriu a elaboração de estratégias para atenuar os distúrbios psiquiátricos e a reformulação dos métodos de ensino na área médica.
Trindade Júnior, S. C.;	Prevalência do transtorno	Avaliar a prevalência do	Percebeu-se uma

Sousa, L. F. F. de; Carreira, L. B., 2021.	de ansiedade generalizada e do risco de suicídio em estudantes de Medicina.	transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e do risco de suicídio, e a associação entre eles, em estudantes de Medicina de Belém - PA.	importante taxa de TAG e risco de suicídio entre os estudantes de Medicina. Sugeriu-se uma investigação mais criteriosa, que direcione um trabalho para minimizar os impactos desses transtornos nos discentes.
---	---	--	---

6 DISCUSSÃO

No presente estudo, ficou bastante evidente que estudantes de Medicina são expostos a um ambiente emocionalmente exaustivo de treinamento e trabalho e a demandas acadêmicas estressantes, que levam a uma alta prevalência de ansiedade e depressão nessa população. Consequentemente, os níveis de sofrimento psíquico nesse grupo, particularmente em razão da ansiedade patológica, são mais altos do que na população em geral. Porém, o sofrimento psicológico raramente é verbalizado por esses indivíduos, pois, em geral, eles associam seu estado a uma fraqueza que pode ser vista como barreira à prática médica (Nogueira *et al.* 2021). Outra importante consequência observada é que, como a ansiedade e a depressão, sem o tratamento adequado, podem persistir após o término da faculdade médica, os jovens médicos estarão em condições abaixo do ideal para iniciar a carreira, o que poderá afetar a prestação de serviços e a qualidade do atendimento (Nogueira *et al.* 2021).

Esta revisão de literatura voltou-se para a busca dos fatores que influenciam a formação médica, especialmente porque, ao compreender as problemáticas que interferem no rendimento do estudante ao longo do curso, torna-se possível intervir, com a finalidade de formar profissionais ainda mais capacitados para o ingresso no mercado de trabalho. Com base em estudos principalmente quantitativos, citados na tabela anterior, foi possível elencar os fatores que podem culminar em transtornos mentais de ordem psicossomática e discutir a respeito das consequências de uma graduação que acarreta sofrimento psíquico, para que se possa pensar em possíveis intervenções que minimizariam os efeitos deletérios do curso.

Assim, os resultados evidenciam um cenário preocupante em relação à saúde mental dos estudantes de Medicina no Brasil. A formação médica, embora reconhecida por seu alto nível de exigência e relevância social, negligencia aspectos fundamentais da dimensão

subjetiva do futuro profissional. A maioria dos estudos analisados aponta para a alta prevalência de sintomas de ansiedade, depressão, estresse e, em casos extremos, ideação suicida entre os discentes, especialmente a partir do ciclo clínico e do internato (*Costa et al.*, 2020; *Trindade Júnior et al.*, 2021).

Fatores como carga horária excessiva, competitividade, isolamento social e pressão por desempenho aparecem como variáveis significativas no desencadeamento do sofrimento psíquico (*Ribeiro et al.*, 2020; *Souza et al.*, 2022). A pandemia da Covid-19 agravou ainda mais esse quadro, interrompendo a socialização e trazendo incertezas acadêmicas e existenciais que intensificaram os quadros clínicos de adoecimento mental (*Barros et al.*, 2022; *Mendes et al.*, 2021).

A análise dos artigos demonstra, ainda, um descompasso entre a formação técnico-científica e o desenvolvimento de competências emocionais e humanísticas. Isso vai ao encontro da crítica de Pessotti (1996), que defende que a atuação médica exige do profissional não apenas conhecimentos biomédicos, mas também a capacidade de compreender o ser humano em sua complexidade, suas dores, significados e valores. Sem isso, a relação médico-paciente tende a ser fragilizada, comprometendo a eficácia do cuidado.

Outra questão recorrente nos estudos é a baixa procura por apoio psicológico, mesmo diante de sintomas graves. Tal comportamento é atribuído a fatores como estigma, normalização do sofrimento, custo e falta de tempo (*Brito Júnior et al.*, 2022; *Fasanella et al.*, 2022). Esses dados reforçam a urgência de se criar uma cultura institucional de acolhimento e escuta nas escolas médicas.

Os estudos sugerem, como alternativas viáveis, a implementação de políticas institucionais voltadas ao bem-estar discente, como apoio psicológico contínuo, mudanças na organização curricular, incentivo à atividade física e inserção de conteúdos que promovam o autoconhecimento e o desenvolvimento de habilidades socioemocionais (*Demenech et al.*, 2021; *Ferreira et al.*, 2022).

Outro fator relevante que foi identificado na revisão de literatura foi o gênero: as estudantes estão em maior número em relação aos sintomas ansiosos. Essa prevalência foi relacionada por *Nogueira et al.* (2021) ao maior nível de estresse que as mulheres sofrem por possuírem uma maior carga de atividades e sofrerem mais cobrança social acerca dos múltiplos papéis que elas “devem” desempenhar. Ademais, o fato de que espaços de poder ainda são predominantemente liderados por homens leva-as à percepção de que necessitam constantemente reafirmar sua competência (*Nogueira et al.*, 2021).

Quanto ao rendimento acadêmico desses alunos, sabe-se que pessoas com depressão apresentam uma redução do rendimento da aprendizagem nas tarefas cotidianas, ocorrência de baixa autoestima e insegurança. Nesta pesquisa, ficou demonstrada “uma reciprocidade negativa entre assertividade e nível de ansiedade”, pois o aluno ansioso tem um comportamento menos assertivo, o que promove danos ao aprendizado da experiência médica e, portanto, a sua formação profissional, podendo culminar, inclusive, no abandono do curso e até em suicídio (Bandeira, *et al.*, 2005). Também foi demonstrada uma relação inversa entre a ansiedade e o desempenho social, as habilidades sociais e o desempenho acadêmico de estudantes universitários. Os estudantes com ansiedade social apresentaram dificuldades significativamente maiores nas três áreas de habilidades sociais avaliadas: a capacidade verbal de se expressar socialmente, a sensibilidade social, que envolve a habilidade de interpretar adequadamente a comunicação verbal dos outros, e controle social, que se refere à autoapresentação e ao desempenho de papéis.

Toda essa inadequação social acaba afetando a autoestima do indivíduo, pois deturpa a expectativa que ele tem sobre seu próprio desempenho, além de afetar o desempenho social das pessoas ao responderem ao *feedback* dos outros. Assim, por a ansiedade ser um fator inibidor do comportamento assertivo, torna-se necessária uma intervenção terapêutica para diminuí-la, a fim de fortalecer o comportamento das pessoas quanto a expressar ideias, sentimentos e opiniões na defesa dos próprios direitos (Bandeira *et al.*, 2005).

As relações sociais e interpessoais também sofrem pressões a partir do choque de realidade vivenciado pelos estudantes, em especial, nos primeiros anos da graduação. As expectativas não concretizadas acarretam graus diferenciados de incertezas e frustrações, levando a um potencial desequilíbrio psicológico, que pode se manter durante todo o processo de formação médica (Tanaka, 2016). Toda essa persistência do estresse na graduação, tem feito, inclusive, com que a síndrome de *burnout* já se apresente antes desses futuros profissionais adentrarem no mercado de trabalho.

Associados aos sintomas de ansiedade e depressão ao longo do curso, há um constante sentimento de angústia, que leva à percepção de baixa qualidade de vida, todos sintomas relacionados à forma como é conduzido um curso com excesso de avaliações, distanciamento entre alunos e professores, bem como um clima de competição acirrada entre os acadêmicos. Todas essas cobranças pessoais e interpessoais ao longo da graduação, junto aos intensos mecanismos de aprendizado, são potencializados pela ausência de uma escuta qualificada para a compreensão das problemáticas de saúde mental dos alunos, contexto que leva à busca por

válvulas de escape que, em muitos casos, desencadeiam vícios e uma ampliação do sofrimento (Costa *et al.*, 2020)

Segundo Bellodi (2007), entre as principais demandas que levam o estudante a precisar de ajuda psicológica, destacam-se as dificuldades de relacionamento amoroso (especialmente quanto à vida sexual) e dificuldade de relacionamento familiar (mais presente entre os alunos quando envolve conflitos com o papel de autoridade dos pais e mais presente entre as alunas quando diz respeito às dificuldades de separação e distância da família).

Já quanto ao período de maior sofrimento psíquico vivenciado pelos estudantes, apontou-se aquele em que entram em contato com pacientes gravemente enfermos — por volta do quarto semestre do curso, quando, além das exigências acadêmicas, os alunos começam a sua formação clínica, que é um novo e importante fator estressante. Também ocorre um aumento significativo de sintomas depressivos no quarto ano, provavelmente devido ao fato de que os alunos precisam fazer escolhas quanto ao seu internato (Costa, *et al.*, 2012).

Durante a pesquisa, surgiu como importante fator para a precarização da saúde mental dos estudantes de Medicina o processo de enfrentamento pandêmico da Covid-19, que foi citado por autores como Barros *et al.* (2022) — cujo estudo evidenciou aspectos sociais, demográficos, pessoais e acadêmicos associados a maiores níveis de ansiedade, depressão e estresse em estudantes de Medicina durante a pandemia da Covid-19 — e Brito Júnior *et al.* (2022), que evidenciaram o processo de enfrentamento pandêmico como mais um fator propulsor de angústia que levava a transtornos de ansiedade. O estudo de Souza *et al.* (2022) buscou determinar a prevalência e os fatores associados aos sinais e sintomas de ansiedade e depressão nos estudantes de Medicina durante o distanciamento social devido à pandemia de Covid-19, enquanto Mendes *et al.* (2021) compararam grupos de estudantes de Medicina que praticaram atividade física durante a pandemia de Covid-19 com seus níveis de ansiedade e depressão, apontando os exercícios físicos como um fator de atenuação do problema.

Da análise desses trabalhos, pôde-se constatar que, no momento da pandemia, um grande fator estressante foi o cenário de aulas síncronas e assíncronas, mas, principalmente, um fator propulsor de angústia foi o aluno deparar-se com a possibilidade de um dia também estar nessa linha de frente da saúde, combatendo o sofrimento de outros em uma condição tão grave. Vale ressaltar que, naquele momento e ainda agora, não há materiais que dialoguem a respeito da dificuldade de os futuros médicos terem que lidar com as nuances de uma prática presencial em que o vírus causador da pandemia ainda está em circulação e causando tantas vítimas.

Diante de todo esse contexto, os estudos pesquisados procuraram apontar intervenções possíveis para minimizar e, até mesmo, sanar o problema da recorrência do adoecimento emocional entre acadêmicos de Medicina. Para um tratamento eficaz de quadros ansiosos e depressivos entre esses estudantes, deve haver uma identificação precoce e um encaminhamento para tratamento farmacológico e psicoterápico. Mais especificamente no caso da ansiedade, a terapia cognitivo comportamental mostrou-se eficaz na prevenção de quadros ansiosos em populações de risco, assim como o uso correto de medicações antidepressivas. Sugeriu-se também a adoção de medidas que estimulem o uso racional de ansiolíticos, a correta orientação medicamentosa e o acompanhamento para uma correta adesão ao tratamento, sem interrupções ou aumento da dosagem, o que minimizaria os efeitos colaterais e evitaria o desenvolvimento de dependência, abuso, abstinência e interações medicamentosas.

Também pareceu uma medida essencial a identificação precoce de ideação suicida, de sintomas depressivos e sintomas de desesperança através de programas relacionados à saúde, que ofereçam suporte e tratamento adequados, promovendo a melhoria da saúde mental dos estudantes, prevenindo mortes por suicídio e aprimorando habilidades sociais e profissionais (Alexandrino; Pereira; Bustamante, 2009).

7 CONCLUSÃO

A revisão de literatura permitiu constatar que o sofrimento psíquico dos estudantes de Medicina é um fenômeno multifatorial, amplamente documentado na produção científica brasileira recente. As condições acadêmicas adversas, aliadas à pressão emocional e à ausência de uma formação voltada para a integralidade humana, contribuem para altos índices de ansiedade, depressão e risco de suicídio entre esses jovens. Além disso, fica evidente que a formação médica tem uma série de aspectos que afetam a saúde mental do estudante ao longo do percurso acadêmico, como transtornos de ansiedade e depressão, queda da qualidade de vida, altos índices de consumo de drogas e álcool e de ideação suicida, o que reforça a importância de se discutir o assunto.

A negligência das dimensões subjetivas da formação médica, como a construção de sentido, a valorização do outro e o desenvolvimento pessoal, compromete não apenas a saúde dos estudantes, mas também a qualidade do cuidado futuro ao paciente. Nesse sentido, torna-se urgente reavaliar as estruturas pedagógicas e culturais das escolas médicas, promovendo uma formação que seja, de fato, integral: técnica, ética e humanística.

Dessa forma, recomenda-se que instituições de ensino superior implementem estratégias preventivas, acolhedoras e interdisciplinares para o enfrentamento das questões de saúde mental, contribuindo para a formação de médicos mais empáticos, resilientes e conscientes de seu papel social

Todo esse cenário promove o desenvolvimento de distúrbios psíquicos nos acadêmicos ao longo e após o término do curso, prejudicando-os tanto na vida profissional como nas relações sociais. Com a ineficiência no enfrentamento dessa questão, o que envolve a falta de diálogo com os acadêmicos, serão formadas novas gerações de médicos emocionalmente instáveis e inábeis no trato com seus pacientes. Assim, pensar a saúde mental dos estudantes conduzirá a um manejo mais efetivo, humanizado, acolhedor e atento aos anseios e expectativas do paciente.

Por isso, torna-se necessário que as estratégias sugeridas nos diversos artigos que tratam da temática sejam consideradas pelas instituições que desejem associar a saúde mental dos futuros médicos à formação de plenamente profissionais capacitados para atuar como médicos. Acredita-se, portanto, que essas instituições de ensino superior devem se comprometer com o desenvolvimento integral dos seus estudantes, apresentando estratégias institucionais para o enfrentamento dessa realidade e fazendo com que os alunos se sentam apoiados e acolhidos na sua trajetória acadêmica. Além disso, os currículos do curso de Medicina devem inserir a discussão sobre a saúde mental do estudante e/ou profissional de saúde, de forma precoce, estimulando-os a reconhecer seus limites e desenvolver estratégias necessárias ao autocuidado.

Por fim, os serviços de apoio psicossocial ao estudante, diante da crise, devem oferecer atendimento psicológico e/ou psiquiátrico, contribuindo, dessa forma, para um melhor desempenho acadêmico, para a redução da evasão e para aumentar a sensação de bem-estar. Fica bastante clara a responsabilidade das instituições de formação médica com o cuidado e o apoio destinados aos discentes, considerando a diversidade de suas demandas e necessidades, para prevenção do adoecimento e do agravamento dos sintomas, aumentando a capacidade do próprio indivíduo de lidar com problemas de saúde mental.

REFERÊNCIAS

ALEXANDRINO-SILVA, C.; PEREIRA, M.L.G.; BUSTAMANTE, C. Suicidal ideation among students enrolled in healthcare training programs: a cross-sectional study [Ideação suicida entre estudantes matriculados em programas de treinamento em saúde: um estudo transversal]. **Rev. Bras. Psiquiatr.** 2009; 31(4):338-344. DOI:10.1590/S1516-44462009005000006.

ALVES, T. C. de T. F. Depressão e ansiedade entre estudantes da área de saúde. **Revista de Medicina**, [S. l.], v. 93, n. 3, p. 101-105, 2014. DOI: 10.11606/issn.1679-9836.v93i3p101-105.

ANDRADE, J. B. C. DE . et al.. Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 38, n. 2, p. 231–242, abr. 2014. DOI: 10.1590/S0100-55022014000200010.

BALDASSIN, S.; ALVES, T.C. de T.F.; DE ANDRADE, A.G. et al. As características dos sintomas depressivos em estudantes de medicina durante a formação e treinamento médico: um estudo transversal. **BMC Med Educ** 8, 60 (2008). DOI:10.1186/1472-6920-8-60

BANDEIRA, M. et al.. Comportamento assertivo e sua relação com ansiedade, locus de controle e autoestima em estudantes universitários. **Estudos de Psicologia** (Campinas), v. 22, n. 2, p. 111–121, abr. 2005. DOI:10.1590/S0103-166X2005000200001

BARROS, G. F. O. et al.. Fatores associados a ansiedade, depressão e estresse em estudantes de Medicina na pandemia da Covid-19. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 46, n. 4, p. e135, 2022. DOI: 10.1590/1981-5271v46.4-20210482.

BELLODI, P. L.. Retaguarda Emocional Para o Aluno de Medicina da Santa Casa de São Paulo (REPAM): realizações e reflexões. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 31, n. 1, p. 5–14, jan. 2007. DOI: 10.1590/S0100-55022007000100002.

BRITO JÚNIOR, M. S. DE.; COELHO, K. S. C.; SERPA JUNIOR, O. D. DE. A formação médica e a precarização psíquica dos estudantes: uma revisão sistemática sobre o sofrimento mental no percurso dos futuros médicos. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 32, n. 4, p. e320409, 2022. DOI:10.1590/S0103-73312022320409.

COSTA, D. S. DA et al.. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes de medicina e estratégias institucionais de enfrentamento. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. 1, p. e040, 2020. DOI:10.1590/1981-5271v44.1-20190069.

COSTA, E. F. DE O. et al.. Sintomas depressivos entre internos de medicina em uma universidade pública brasileira. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 58, n. 1, p. 53–59, jan. 2012. DOI: 10.1590/S0104-42302012000100015.

DEMENECH, L.M.; OLIVEIRA, A.T.; NEIVA-SILVA, L.; DUMITH, S.C. Prevalence of anxiety, depression and suicidal behaviors among Brazilian undergraduate students: A systematic review and meta-analysis. **J Affect Disord**. 2021 Mar 1;282:147-159. DOI: 10.1016/j.jad.2020.12.108. Epub 2020 Dec 28. PMID: 33418361.

FASANELLA, N. A. et al.. Use of prescribed psychotropic drugs among medical students and associated factors: a cross-sectional study. **Sao Paulo Medical Journal**, v. 140, n. 5, p. 697–704, set. 2022. DOI: 10.1590/1516-3180.2021.0566.R2.05012022.

FERREIRA, Pedro Marques; ALVES, Rauni Jandé Roama; ZANTUT-WITTMANN, Denise Engelbrecht. Impact of the use of illicit and licit substances and anxiety disorders on the academic performance of medical students: a pilot study. **BMC Medical Education** (2022) 22:684. DOI:10.1186/s12909-022-03752-6.

LEÃO, A.M.; GOMES, I.P.; FERREIRA, M.J.M.; CAVALCANTI, L.P. de G. Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. **Rev. Bras. Educ. Med.** 2018; 42(4):55-65. DOI:10.1590/1981-52712015. v42n4rb20180092.

LENHARDT, G.; CALVETTI, P. U. Quando a ansiedade vira doença? Como tratar transtornos ansiosos sob a perspectiva cognitivo-comportamental. In: **Aletheia**. vol.50 n.1. jan./dez. 2017 Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942017000100010 Acesso em: 25 jun 2025

MENDES, T. B. et al.. Physical activity and symptoms of anxiety and depression among medical students during a pandemic. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 27, n. 6, p. 582–587, nov. 2021. DOI: 10.1590/1517-8692202127062021_0059.

NOGUEIRA, É. G. et al.. Avaliação dos níveis de ansiedade e seus fatores associados em estudantes internos de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, n. 1, p. e017, 2021. DOI: 10.1590/1981-5271v45.1-20200174.

PESSOTTI I. A formação humanística do médico. **Medicina Ribeirão Preto** 29: 440 448 out /dez 1996. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rmrp/article/download/788/799/0>. Acesso em: 27 abr. 2025

RIBEIRO, Christiane Fernandes et al. Prevalência de Fatores Associados à Depressão e Ansiedade em Estudantes de Medicina Brasileiros. **Rev. Bras. Educ. Med.** [online]. 2020, vol.44, n.1, e021. Epub 17-Fev-2020. ISSN 1981-5271. DOI: 10.1590/1981-5271v44.1-20190102.ing.

ROBERTO, A.; ALMEIDA, A. Saúde mental de estudantes de medicina: estudo exploratório da Universidade da Beira Interior. **Acta Med Port.** 2011; 24(S2):279-86.

ROCHA, L. A. *et al.* Consumo de álcool entre estudantes de faculdades de Medicina de Minas Gerais, Brasil. **Rev. Bras. de Educação Médica**, v. 35, n. 3, p. 369-375, 2011.

SANTOS, Laís Silva dos; RIBEIRO, Ícaro José Santos; BOERY, Eduardo Nagib; BOERY, Rita Narriman Silva de Oliveira. Qualidade de vida e transtornos mentais comuns em estudantes de medicina. **Cogitare Enferm.**, v. 22, n. 4, p. e52126, 2017.
DOI: 10.5380/ce.v22i4.52126

SOUZA, G. F. DE A. *et al.* Fatores associados à ansiedade/depressão nos estudantes de Medicina durante distanciamento social devido à Covid-19. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 46, n. 3, p. e109, 2022.

TANAKA, M. M.; FURLAN, L.L.; BRANCO, L.M.; VALERIO, N.I. Adaptação de alunos de medicina em anos iniciais da Formação. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 40, n. 4, p. 663-668, 2016. DOI:10.1590/1981-52712015v40n4e00692015.

TRINDADE JÚNIOR, S. C.; SOUSA, L. F. F. DE .; CARREIRA, L. B.. Generalized anxiety disorder and prevalence of suicide risk among medical students. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, n. 2, p. e061, 2021. DOI:10.1590/1981-5271v45.2-20200043.ING

