

INSTITUTO TOCANTINENSE PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS
FACULDADE ITPAC CRUZEIRO DO SUL
Curso de Graduação em Medicina

ACKEL STANNIER SOUZA REIS
DANIELLE SOUZA REIS

TRANSTORNOS MENTAIS AUTORREFERIDOS EM
ESTUDANTES DE MEDICINA: incidência e fatores associados

CRUZEIRO DO SUL/AC
2024

ACKEL STANNIER SOUZA REIS

DANIELLE SOUZA REIS

**TRANSTORNOS MENTAIS AUTORREFERIDOS EM
ESTUDANTES DE MEDICINA: incidência e fatores associados**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Medicina
da Faculdade ITPAC Cruzeiro do Sul,
em atendimento aos requisitos
obrigatórios para aprovação no
Módulo de Trabalho de Conclusão de
Curso II.

Orientadora: Prof^a Dr^a Elizabeth
Amélia Alves Duarte.

Cruzeiro do Sul/AC

2024



INSTITUTO TOCANTINENSE PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS
FACULDADE ITPAC CRUZEIRO DO SUL
Curso de Graduação em Medicina

FOLHA DE APROVAÇÃO

DANIELLE SOUZA REIS

ACKEL STANNIER SOUZA REIS

TRANSTORNOS MENTAIS AUTORREFERIDOS EM ESTUDANTES DE
MEDICINA: incidência e fatores associados

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Medicina da
Faculdade ITPAC Cruzeiro do Sul, em
atendimento aos requisitos obrigatórios para
aprovação no Módulo de Trabalho de
Conclusão de Curso II.

Aprovado em: 28 de junho de 2024.

Banca Examinadora

Prof(a). Dra. Elizabeth Amélia Alves Duarte (Orientador)

Me. Mário Jânio Maia Nery Júnior (Membro)

Esp. Emannelle Farias Tamarana (Membro)

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo analisar os fatores que contribuem para o surgimento e agravamento dos transtornos mentais comuns (TMC) em estudantes de medicina, bem como as possíveis formas de prevenção e intervenção. A partir de uma revisão bibliográfica, foram identificados alguns elementos que podem influenciar na saúde mental dos acadêmicos médicos, tais como: a carga horária elevada, as cobranças familiares e sociais, o modelo de ensino competitivo e individualista, e a exposição a situações estressantes e traumáticas. O trabalho também discute as consequências dos TMC para o desempenho acadêmico, a qualidade de vida e o futuro profissional dos estudantes, e propõe algumas estratégias para promover o bem-estar psicológico e o desenvolvimento pessoal e educacional dessa população. Por fim, o trabalho ressalta a importância de uma abordagem multidimensional e integrada para a prevenção e o tratamento dos TMC em estudantes de medicina, envolvendo ações individuais, coletivas e institucionais.

Palavras-chave: transtornos mentais comuns, estudantes de medicina, saúde mental, prevenção, intervenção.

ABSTRACT

This work aims to analyze the factors that contribute to the emergence and worsening of common mental disorders (CMD) in medical students, as well as possible forms of prevention and intervention. From a bibliographical review, some elements were identified that can influence the mental health of medical students, such as: high workload, family and social demands, the competitive and individualistic teaching model, and exposure to stressful and traumatic. The work also discusses the consequences of CMD for students' academic performance, quality of life and professional future, and proposes some strategies to promote the psychological well-being and personal and educational development of this population. Finally, the work highlights the importance of a multidimensional and integrated approach to the prevention and treatment of CMD in medical students, involving individual, collective and institutional actions.

Keywords: common mental disorders, medical students, mental health, prevention, intervention.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	5
2 OBJETIVOS	7
3 REFERENCIAL TEÓRICO	8
3.1 Definições gerais sobre os transtornos mentais.....	8
3.2 Causas da incidência do adoecimento mental em estudantes de formação médica	8
3.3 Fatores que potencializam a incidência dos distúrbios mentais em estudantes de medicina.....	9
3.4 Entender a importância do questionário Self-Report Questionnaire para a avaliação do histórico de vida dos pacientes.	10
4 METODOLOGIA	12
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO	5
6 CONCLUSÃO	10
REFERÊNCIAS	12

1 INTRODUÇÃO

Os transtornos mentais comuns (TMC) em estudantes de medicina se tornam cada vez mais evidentes e necessitam de um olhar especial nas questões que envolvem a temática, tanto no tocante socioeducativo, quanto individual do acadêmico dessa área estudantil. O adoecimento mental tomou grandes proporções na atualidade, evidenciando a vulnerabilidade psicológica dos estudantes e a negligência de caráter social, familiar e educacional. Ademais, a associação das tensões pessoais com as pressões sociais que o discente médico sofre, tem causado diversas conturbações, de modo a potencializar o aumento dessas enfermidades, se tornando um efeito em cascata que aflige essa classe estudantil (SCHÖNHOFEN *et al.*, 2020).

Além disso, outra análise cabível tem relação ao modelo de aprendizagem e ensino, esse por sua vez não tem enfoque nos aspectos psicológicos que rodeiam a formação dos acadêmicos, mas sim na busca pela competitividade adjacente ao individualismo, potencializando o desenvolvimento de transtornos patológicos mentais, em virtude da fragilidade psicológica dos acadêmicos médicos e da pressão social exercida sobre esses (FIOROTTI *et al.*, 2010). A grande incidência de transtornos psíquicos decorre de alguns fatores preponderantes, como: estudantes expostos a altas cargas horárias desgastantes, cobranças familiares e processos hostis de docentes despreparados (TEIXEIRA *et al.*, 2021). Assim, é válido ressaltar que universitários, em particular do curso acadêmico médico, formam um grupo vulnerável a ocorrências de adoecimentos mentais.

Sob ponto de vista da bioética, todas as pessoas merecem atenção de forma humanizada, assim o respeito ao espaço psicológico dos estudantes afetados tem suma importância no desempenho ideal e pleno das atividades acadêmicas. Essa perspectiva torna-se relevante ao passo que os desgastes podem prevalecer em detrimento da saúde mental.

Sendo assim, doenças relacionadas a questões psicológicas são potencializadas por eventos estressores e aos aspectos cognitivos comportamentais e fisiológicos dos afetados. A relação causal entre os eventos estressores que potencializam a liberação de cortisol causa a redução de neurotransmissores que são responsáveis pelas sensações de prazer, se tornando um potencial fator de risco para a ansiedade e a depressão (MARGIS *et al.*, 2003).

Portanto, a humanização do acolhimento dos estudantes é de extrema relevância, visto que nas universidades brasileiras o crescente número de casos é cada vez mais alarmante. Diante disso, é necessário avaliar perspectivas que possam moldar melhorias para uma medicina mais humanizada, de modo a visar propostas que busquem mitigar o alto índice de casos de forma humana, desde a base de formação é necessário desvendar os fatores desencadeadores desses fenômenos na vida dos discentes com estratégias plausíveis que possam ser assertivas e resolutivas.

Por consequência, ampliar a discussão a cerca dessa temática, pode trazer mudanças benéficas de modo a potencializar a resolução, como as escalas autoduplicáveis que são simples e podem identificar precocemente pessoas suscetíveis a sintomas gerados pela depressão. Outra alternativa está na implementação de disciplinas psicossociais, com objetivo de ampliação da discussão da importância do bom convívio no meio acadêmico. Essa abordagem ajudará no bem-estar dos acadêmicos da medicina e como esses podem ser integrados pela sociedade, quando acometidos a enfermidade em questão.

Assim, tendo em vista essa exposição temática, quais fatores e causas potencializam os transtornos mentais em relação aos discentes médicos? Em hipótese inicial, os estudos direcionados para desvendar os fatores e causas que são precursoras das enfermidades mentais, relacionam alguns agentes responsáveis, como: eventos estressores vividos diariamente, desemprego e dificuldades financeiras, conturbações em finais de semestres e má qualidade do sono, esses agravos geram cargas que elevam o hormônio cortisol nos acadêmicos, agindo como potenciais causas para a gênese dos transtornos mentais (FERREIRA; KLUTHCOVSKY; CORDEIRO, 2016). Qual é a relação neuronal com o aumento dos transtornos mentais? Sabe-se que, nosso cérebro funciona por sinapse as quais envolvem neurotransmissores que atuam nas fendas sinápticas entre os neurônios, isso estabelece a efetivação das mensagens transportadas. Entretanto, quando há disfunção nesse mecanismo o fluxo é impedido e assim temos o aparecimento das patologias psíquicas. Desta maneira, fica evidente o componente biológico que se relaciona diretamente com o desenvolvimento das doenças mentais. De acordo com Andrade *et al*, 2003, esses moduladores realizam a tarefa de modular diferentes interações nas atividades corticais e subcorticais.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO PRIMÁRIO

Determinar a prevalência de transtornos mentais autorreferidos entre estudantes de medicina.

2.2 OBJETIVOS SECUNDÁRIOS

- Analisar os fatores psicossociais e acadêmicos associados à incidência de transtornos mentais em estudantes de medicina.
- Investigar como os transtornos mentais influenciam o desempenho acadêmico e a vida cotidiana dos estudantes.
- Desenvolver recomendações para intervenções baseadas nos achados para apoiar a saúde mental dos estudantes.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Definições gerais sobre os transtornos mentais

A Saúde com o passar dos anos deixou de ser uma ideia clássica circunscrita do que já se presumia de doença e se estendeu para incluir outras possibilidades. Isso tem a ver com a mudança da definição de saúde operada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) no pós-guerra em 1948. Surge assim, o conceito tridimensional de saúde: física, mental e social, aonde não apenas a ausência de doença, mas o completo bem-estar passaram a ser reconhecidos como saúde.

É necessário observar sobretudo, que uma das vias de progresso para o surgimento desses transtornos é a genética psiquiátrica, com elementos básicos para descobrir os genes que influenciam os estados mentais. A pré-disposição de alguns grupos juntamente com fatores de exposição, em um sistema complexo, apresentam um estopim para maior desenvolvimento de alguma dessas patologias. Assim, foi importante a compreensão, com maior enfoque nesses problemas, por isso cria-se pela associação americana de psiquiatria a publicação desde 1952 do DSM (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais) grande responsável pela propagação de novos diagnósticos dos transtornos mentais.

Nesse sentido, segundo Silva *et al.* (2014), existem alguns fatores apontados como de risco para a relação da gênese do sofrimento mental, surge em questão os mecanismos psicodinâmicos, em que a estruturação do curso e da dinâmica associada tende a gerar mudanças estressantes e psíquica.

3.2 Causas da incidência do adoecimento mental em estudantes de formação médica

Em primeira análise, é indispensável salientar que a debilidade mental de estudantes de medicina inicia-se antes mesmo do ingresso na faculdade. Depressão, ansiedade, síndrome do pânico e toc são algumas das principais doenças que circulam na vida cotidiana e que estão intimamente ligadas a pressão social e a autocobrança. Ademais, algumas queixas são comumente observadas entre os acadêmicos de medicina, associadas normalmente a grande carga horária de estudos, exaustão física e mental, desgaste vinculado ao contato com os pacientes no dia a dia (BARBOSA-MEDEIROS; CALDEIRA, 2021).

Em outra via de análise, o estresse em decorrência das situações de fragilidade psicoemocional está diretamente relacionado com as regulações hormonais que podem potencializar os transtornos mentais. Assim, em situações de estresse nosso corpo produz o hormônio cortisol de forma excessiva, quando muito prolongado o alto nível desse hormônio desequilibra o centro de controle da produção de hormônio via cerebral. Esse distúrbio reduz a serotonina, dopamina e outros neurotransmissores responsáveis pelas sensações prazerosas do nosso corpo, propiciando o sentimento de apatia e desinteresse, podendo levar a casos clínicos de enfermidades mentais (FERREIRA; KLUTHCOVSKY; CORDEIRO, 2016).

Portanto, quando é analisada a magnitude dos transtornos mentais e as suas principais manifestações nota-se que o se sentir sozinho, o mal rendimento, a falta de vontade e entusiasmo são sinais notáveis que auxiliam para avaliar um possível diagnóstico. As faculdades de medicina acabam gerando ambientes conturbados, ajudando nesses impactos negativos, a ideia de que é preciso superar seus limites mentais e físicos para aguentar o curso ainda é normalizada e difundida no meio acadêmico (LIMA; DIMINGUES; CERQUEIRA, 2006).

A banalização dos sentimentos se mostra como um dos pontos primordiais para o desenvolvimento dos transtornos mentais, quando se tem uma interação entre a exposição a fatores de risco e a falta de cuidado torna-se mais provável a incidência do adoecimento mental. As causas se relacionam com mudanças de humor e alterações no comportamento, que se iniciam antes dos 24 anos e tem uma estimativa de atingir um a cada cinco pessoas, de acordo com (Gomes *et al.*, 2020).

3.3 Fatores que potencializam a incidência dos distúrbios mentais em estudantes de medicina

Observa-se, que há uma série de variáveis correlacionadas a possíveis fatores que possam gerar os transtornos mentais nos acadêmicos. Pode-se enumerar várias causas do adoecimento mental nos acadêmicos de medicina, mas o que chama a atenção é a relação verificada por Sacramento *et al.* (2021), em sua pesquisa, observou-se que os sintomas depressivos são mais comuns em universitários da classe baixa renda que se autodeclaram pardos/negros e isso tem associação com raízes históricas e a falta de oportunidade socioeducacional.

É necessário saber pontuar quais são os principais fatores com que os discentes de medicina lidam diariamente, os levando ao adoecimento mental. No estudo de Damiano *et al.*, (2021), o ambiente de aprendizagem, a falta de tempo, os conteúdos extensos, a auto pressão excessiva para bom rendimento acadêmico, a privação de sono, e o pouco convívio com amigos e familiares são alguns exemplos de causas que estimulam as enfermidades psíquicas.

Por outro lado, temos o adoecimento mental que se perpetua nos anos finais da graduação, muito associado aos anseios que os discentes têm pelo mercado de trabalho e a sensação de não estarem preparados o suficiente para salvar vidas. Em seu trabalho Xiao *et al.* (2020) acredita que isso faz com que aumente ainda mais o risco de desenvolvimento de quadros ansiosos, ajudando assim no acúmulo de cargas negativas que geram adoecimento mental.

Nota-se, que a formação médica é um ponto alarmante e exige uma atenção especializada, fatores intrínsecos e extrínsecos são determinantes para o surgimento de patologias clínicas psiquiátricas. O processo de formação médica vinculada com uso de álcool e substâncias psicoativas, automedicações para potencializar o rendimento e a busca eterna pela competição acadêmica sugerem processos nocivos ao estudante (NEPONUCENO; SOUZA; NEVES, 2019).

Ademais, sabe-se que é cultural a demanda de soluções imediatas, a sobrecarga de informações e a sensação de que o tempo esteja passando mais rápido, fazem com que os acadêmicos se sintam perdidos e assim se tornem cada vez mais comum tentar controlar pela química suas emoções. A sociedade está vivendo a medicalização da vida, onde existe uma epidemia de transtornos mentais que vem sendo a maneira contemporânea de subjetivar vivências emocionais (MOUTINHO, 2018). Segundo Texeira *et al.* (2021), um estudo com 656 estudantes de medicina evidenciou sofrimento psíquico em 62,8% dos entrevistados, demonstrando o aspecto psicológico como um dos mais afetados.

3.4 Entender a importância do questionário Self-Report Questionnaire para a avaliação do histórico de vida dos pacientes.

A aplicação do questionário tem o intuito de coletar dados por meio da detecção de manifestações clássicas de pacientes que cursam com possíveis

distúrbios mentais. De modo que a análise de fatores agravantes do cotidiano é avaliada subjetivamente e proporciona um instrumento mais qualificado, elevando o padrão de acurácia. O Self-Report Questionnaire (SRQ) é considerado uma ótima ferramenta com intuito de indicar possíveis acometimentos psíquicos, tais como: ansiedade, depressão e distúrbios de personalidade (FONGARO; SEBASTIANI, 2011).

O SRQ20 é disposto de 20 perguntas objetivas de respostas simples, sim ou não, voltadas para a identificação de possíveis sintomas relacionados a patologias psiquiátricas. Uma avaliação ampla permite esclarecer e encaminhar corretamente o paciente para o serviço de saúde mental adequado, essa ferramenta tem 86,33% de sensibilidade e 89,31% de especificidade e a pontuação de corte para indício de modificação patológicas é de 7 para homens e 8 para mulheres. Todavia, cabe ressaltar que esse teste não é de uso exclusivo de nenhum grupo social específico (WHO, 2009).

Esse questionário tem sido usado em várias pesquisas de análise de suspeita de transtornos mentais comuns, é vantajoso pois sua utilização possui baixo custo, aplicação facilitada e já foi desenvolvido na intenção de rastrear morbidades psiquiátricas. A Organização Mundial da Saúde visando ter um indicador para avaliar os transtornos mentais conduziu o Estudo Colaborativo em Estratégias para atendimento em saúde mental, que tinha como intuito o desenvolvimento de métodos de baixo custo que auxiliassem no rastreamento e a partir daí foi criado o instrumento de pesquisa Self- Reporting Questionnaire (SANTOS *et al.*, 2010)

4 METOLOGIA

4.1 Tipo de Estudo

Trata-se de uma revisão integrativa de caráter amplo e se propõe a descrever o desenvolvimento de determinado assunto, sob o ponto de vista teórico ou contextual, mediante análise e interpretação da produção científica existente. Essa síntese de conhecimentos a partir da descrição de temas abrangentes favorece a identificação de lacunas de conhecimento para subsidiar a realização de novas pesquisas. Ademais, sua operacionalização pode se dar de forma sistematizada com rigor metodológico (BRUM *et al.*, 2015).

4.2 Coleta de dados

Para investigar a questão norteadora: “Qual é a relação neuronal com o aumento dos transtornos mentais?” foi consultada a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e na biblioteca SciELO – Scientific Electronic Library Online e na PUBMED.

Por meio da busca realizada em 10 de junho de 2024, utilizaram-se os termos delimitadores de pesquisa: Transtornos mentais and neurotransmissores and circuitos neurais and acadêmicos de medicina como descritores para o levantamento de dados nos últimos 20 anos. Este procedimento envolveu atividades de busca, identificação, fichamento de estudos, mapeamento e análise. A escolha do período justifica-se pela escassez de estudos de avaliação sobre o tema.

Após essa etapa, os resumos dos artigos foram lidos, tarefa necessária, pois, apesar do uso dos descritores, foi encontrado muito material que não correspondia ao tema abordado, uma vez que tratavam de assuntos relacionados a aspectos parciais. Os dados coletados para a seleção dos artigos analisados neste estudo obedeceram aos seguintes critérios de inclusão: ser artigo original, ter resumo completo na base de dados, no idioma de língua portuguesa ou inglesa, cujo objeto de estudo seja de interesse desta revisão narrativa e que esteja disponível gratuitamente, na íntegra em formato eletrônico na base de dados, publicado nos últimos dez anos.

4.3 Critérios de Exclusão

Os critérios para excluir as produções foram: tese ou dissertação; relato de experiência; artigo que fosse sobre transtornos mentais, mas que abordasse situações específicas ligadas a patologias.

No começo, havia 2762 produções científicas. Dessas, foram escolhidas 105 produções científicas que tinham o texto completo, disponível online, sendo que somente 50 se adequaram ao critério de inclusão referente ao idioma, que era o português ou o inglês.

Das 50 produções escolhidas, 43 se adequaram ao critério de inclusão por serem classificadas como artigos. Ao usar o filtro relativo ao período dos últimos vinte anos, foram escolhidos 40 artigos. Desses, nove estavam repetidos por fazerem parte de mais de uma base de dados, por isso foram excluídos, sobrando 35 artigos. Depois de ler os títulos e os resumos dessas produções, 02 foram excluídos por não atenderem à questão orientadora desse estudo.

4.4 Análise e dados

A análise dos dados coletados nos 33 artigos selecionados foi realizada de forma descritiva e qualitativa, buscando identificar as principais características, resultados e implicações das produções científicas sobre a temática da educação em saúde.

Para isso, foram utilizados os seguintes procedimentos: a) leitura e fichamento dos artigos, destacando os objetivos, métodos, resultados e conclusões; b) síntese e comparação das informações extraídas dos artigos, de acordo com as categorias definidas no protocolo de busca; c) discussão crítica dos achados, relacionando-os com o referencial teórico e a questão norteadora do estudo; d) apresentação e interpretação dos resultados, apontando as contribuições, limitações e desafios da pesquisa.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Plataforma	Título do artigo	Autores/ ano da publicação	Temática e considerações
LILACS	Prevalence of poor mental health among medical students in Nepal: a cross-sectional study	ADHIKARI, A. <i>et al.</i> , 2017	Os acometimentos mentais são induzidos por fatores psicossociais modificáveis.
	Atuação dos Neurotransmissores na Depressão. Ver. Saúde em movimento	ANDRADE, Rosângela Vieira de <i>et al.</i> , 2003	Na avaliação a nível de SNC a falha na neurotransmissão da dopamina e serotonina tem causalidade nos transtornos mentais.
	Saúde mental de acadêmicos de medicina: estudo longitudinal	BARBOSA-MEDEIROS, M. R.; CALDEIRA, A. P. 2021	O estresse acadêmico se mostrou um dos principais alicerces dos transtornos mentais nos estudantes de medicina.
	The root of the problem: identifying major sources of stress in Brazilian medical students and developing the medical student stress factor scale	DAMIANO, R. F. <i>et al.</i> , 2021	Dentre todas as causalidades, o estresse e a liberação excessiva de cortisol são os principais fatores para as patologias mentais.
	Prevalência de Transtornos Mentais Comuns e Fatores Associados em Estudantes de Medicina: um Estudo Comparativo	FERREIRA, C. M. G. <i>et al.</i> , 2016	Na comparação entre os estágios mais elevados do curso médico, o maior nível de acometimento se dá em períodos mais avançados.
	Avaliação da qualidade de vida do estudante de medicina e da influência exercida pela formação acadêmica	FIEDLER, P. T. <i>et al.</i> , 2008	Avaliação da qualidade de vida do estudante de medicina e da influência exercida pela formação acadêmica
	Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados	FIOROTTI, K. P. <i>et al.</i> , 2010	A prevalência total de TMC encontrada foi de 37,1% (IC 95%, 30,8%-43,4%), que esteve independentemente associada a não receber o apoio emocional necessário (OR = 7,4, IC 95%, 3,1-17,9) e relatar "dificuldade para tirar dúvidas em sala de aula por timidez" durante a infância ou adolescência (OR = 2,5, IC 95%, 1,0-6,1).

	Roteiro de Avaliação Psicológica Aplicada ao Hospital Geral	FONGARO, M. L; SEBASTIANI, R. W. 1996	Os principais pontos de avaliação do roteiro são: Avaliação do estado emocional geral e avaliação das sequelas emocionais do paciente.
	Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: abordagem epidemiológica sobre vulnerabilidades	GOMES, C. F. M. <i>et al.</i> , 2020	151 (39,9%) dos estudantes universitários entrevistados apresentaram escore de classificação para caso suspeito de transtornos de humor, de ansiedade e de somatização.
	Avaliação de desempenho do Self-Reporting Questionnaire como instrumento de rastreamento psiquiátrico: um estudo comparativo com o Structured Clinical Interview for DSM-IVTR	GONÇALVES D. M. <i>et al.</i> , 2008	O SRQ (Self-Reporting Questionnaire) é um instrumento de rastreamento psiquiátrico originalmente composto por 30 itens. A versão brasileira do SRQ-20 (versão com as 20 questões para rastreamento de transtornos mentais não-psicóticos) foi validada no início da década de 1980.
	Prevalência e fatores de risco para transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina	LIMA, M. C. P. <i>et al.</i> , 2006	A prevalência de transtornos mentais comuns foi elevada entre os estudantes de medicina. Associada a variáveis relacionadas à rede de apoio. As experiências emocionalmente tensas como o contato com pacientes graves, formação de grupos, vividas nos últimos anos do curso são provavelmente potentes estressores, especialmente para sujeitos com uma rede de apoio considerada deficiente.
	Estimated prevalence and sociodemographic correlates of mental disorders in medical students of Hebei Province, China: A cross-sectional study	LU, W. <i>et al.</i>	A prevalência estimada de quaisquer transtornos mentais em 12 meses foi de 7,4%. Os transtornos de humor foram a categoria mais comum (4,3%), seguidos pelos transtornos de ansiedade (3,9%); 15,0% fizeram acompanhamento psicológico, apenas 5,7% fizeram consulta psiquiátrica e apenas 10% receberam terapia medicamentosa nos últimos 12 meses.
	Relação entre estressores, estresse e ansiedade	MARGIS, R. <i>et al.</i>	o estado gerado pela percepção de estímulos que provocam excitação emocional e, ao perturbarem a homeostasia, disparam um processo de adaptação caracterizado, entre outras alterações, pelo aumento de secreção de adrenalina produzindo diversas manifestações sistêmicas, com distúrbios fisiológico e psicológico.
SciELO	Association of Internet Addiction and Mental Disorders in Medical Students: A Systematic Review	MELCA, I. A. <i>et al.</i>	Correlações entre dependência da internet e depressão, ansiedade, estresse e distúrbios do sono foram pautadas em uma análise crítica por avaliação meta-analítica.

The factors and outcomes of stigma toward mental disorders among medical and nursing students	MENG, N. <i>et al.</i>	Estudantes de medicina e enfermagem apresentam, até certo ponto, uma atitude negativa em relação à doença mental, especialmente no que diz respeito à visão de que as pessoas com transtornos mentais são inferiores.
Mental health and quality of life of Brazilian medical students: incidence, prevalence, and associated factors within two years of follow-up	MOUTINHO, I. L. <i>et al.</i> , 2019	Os estudantes de medicina demonstraram alta prevalência e incidência de transtornos emocionais. Quase metade dos estudantes apresentou altos níveis de depressão, ansiedade e estresse durante o acompanhamento de dois anos; aproximadamente um em cada cinco estudantes sem sintomas na linha de base foi considerado um caso novo e esses problemas têm natureza cíclica. Fatores de linha de base, como depressão, ansiedade, estresse, ter baixa renda, ser mulher, estar nos estágios iniciais do treinamento médico e não ser branco foram associados a pior saúde mental e qualidade de vida no acompanhamento. Fatores basais, como depressão, ansiedade, estresse, sexo feminino, estágios iniciais de treinamento médico, etnia não branca e baixa renda foram associados a pior saúde mental e qualidade de vida. Não se encontrou correlação dos transtornos mentais e da qualidade de vida com a religiosidade. Em relação ao uso de drogas durante a vida, foi de 89,9% para álcool, 34,5% para maconha e 17,1% para sedativos. O tabaco teve a maior incidência de uso ao longo dos dois anos (16,4%), seguido pelo álcool (13,8%) e maconha (13,8%). Houve aumento do consumo das nove substâncias pesquisadas. Pelo menos 24% dos estudantes precisariam de intervenção para uso de álcool, 11,4% para tabaco e 6,5% para maconha.
Estresse, ansiedade, depressão, qualidade de vida e uso de drogas ao longo da graduação em medicina: estudo longitudinal.	MOUTINHO, I. L. D. 2018	As preocupações com a saúde mental dos estudantes podem se manifestar de diversas formas. Geralmente, os estudantes de medicina carregam uma carga maior de depressão, ansiedade e estresse mental em comparação com colegas não médicos da mesma idade.
Mental health trends among medical students. Baylor University	NAIR, M. <i>et al.</i> , 2023	É importante identificar tanto a prevalência quanto os principais fatores de risco que podem desencadear transtornos mentais em estudantes de medicina, como estresse, burnout, ansiedade, depressão, ideação suicida, suicídio, entre outros
Prevalence and risk factors associated with mental health disorders among medical students. International	NAVARRO, A. S. <i>et al.</i> , 2022	Os sintomas de ansiedade e depressão entre alunos de medicina é superior à média encontrada na população em geral, indicando que
Transtornos mentais comuns em estudantes de medicina	NEPONUCENO, H. J. <i>et al.</i> , 2019	

			a escola médica pode ser fator predisponente para essas doenças e suas consequências
	Transtornos mentais auto-referidos em estudantes universitários	NEVES e DALGALARRONDO, 2008	Os resultados indicaram prevalência de 58% de "algum transtorno mental", 69% em mulheres e 45% em homens ($p = 0,001$). As prevalências dos transtornos mentais específicos, são associados em grande maioria a depressão e ansiedade.
	Qualidade de vida de pacientes com acidente vascular cerebral em reabilitação	RANGEL, E. S. S. <i>et al.</i> , 2013	A amostra foi constituída de 139 pacientes, idade média 59,4 anos e 59% eram homens. Houve comprometimento dos escores da qualidade de vida geral e específica. Segundo o Índice de Barthel 49,6% dos pacientes apresentavam dependência moderada a severa e 49,7% tinham sintomas depressivos, conforme Inventário de Depressão de Beck, não havendo correlação positiva entre estes dados e qualidade de vida geral e específica.
	Symptoms of anxiety and depression among medical students: study of prevalence and associated factors	SACRAMENTO, B. <i>et al.</i> , 2021	Os transtornos mentais comuns implicam em sofrimento psicológico e interferem nas atividades sociais, nos relacionamentos interpessoais e na qualidade de vida. TMC atinge entre 9% a 12% da população mundial, e 12% a 15% da brasileira em todas as faixas etárias. Nos diferentes grupos sociais, os estudantes universitários são mais vulneráveis em desenvolver TMC e depressão.
	Avaliação de um instrumento de mensuração de morbidade psíquica: estudo de validação do self-reporting questionnaire (SRQ-20)	SANTOS, K. O. B. <i>et al.</i> , 2010	O Self-Reporting Questionnaire SRQ-20, desenvolvido pela Organização Mundial de Saúde, tem sido utilizado para mensuração de nível de suspeição de transtornos mentais em estudos brasileiros, especialmente em grupos de trabalhadores.
	Transtorno de ansiedade generalizada entre estudantes de cursos de pré-vestibular	SCHÖNHOFEN, F. L. <i>et al.</i> , 2020	Participaram 137 alunos (taxa de resposta de 90,7%) e a prevalência de sintomatologia de TAG foi de 41,4%. Maioria são do gênero feminino e estudaram em escola privada. Maiores escores de estresse percebido e de ansiedade relacionada à prova permaneceram como fatores de risco. Estar com 19 anos apresentou-se como fator de proteção.
PUBMED	Mental and Behavioral Problems in Medical Students of a Health Science Institute in Eastern Nepal	SHAKYA, D.R. <i>et al.</i> , 2022	Durante a permanência do BPKHS, incluindo o problema atual, pouco mais de 40% tiveram problemas mentais. O diagnóstico mais comum foi transtorno de ajustamento. Conclusão: Grande parte dos estudantes de medicina sofre de problemas mentais e comportamentais.

Apoio social e transtorno mental comum entre estudantes de Medicina	SILVA AG, CERQUEIRA, 2014	A prevalência de TMC entre estudantes de Medicina foi elevada, identificando-se o apoio social insuficiente como fator de risco. Esses achados sugerem que intervenções voltadas para propiciar melhores condições de interação social entre estudantes poderiam ser benéficas, diminuindo a prevalência de TMC nesse grupo.
Common mental disorders among medical students: systematic review and meta-analysis of Brazilian studies	SOARES, S.J.B. et al., 2022	Prevalência de TMC entre estudantes de medicina foi maior do que na população geral. Recomendamos que as escolas médicas brasileiras deem maior atenção a esse tema e possibilitem a expansão da oferta de cuidados relacionados à saúde mental.
Attitudes toward mental disorder among medical students. Slovenian	VAUPOTIČ, K. et al., 2022	Os estudantes expressaram uma atitude positiva em relação aos transtornos mentais. Nos alunos do sexto ano observou-se menor estigma e melhor conhecimento e atitude em relação aos transtornos mentais. Educação, estágio e ouvir confissões pessoais sobre a experiência de um transtorno mental são necessários, pois melhoram as atitudes em relação a eles.
Social Distancing among Medical Students during the 2019 Coronavirus Disease Pandemic in China: disease awareness, anxiety disorder, depression, and behavioral activities	XIAO, H. et al., 2020	A prevalência de transtorno de ansiedade foi de 17,1% e de depressão foi de 25,3%. A regressão logística multivariada mostrou que a ansiedade está associada ao status de estudante de pós-graduação (odds ratio (aOR) = 2,0; intervalo de confiança (IC) de 95%: 1,2–3,5), pensamentos ou ações negativas (aOR = 1,6; IC 95%: 1,4–1,7) e sentir-se deprimido (aOR = 6,8; IC 95%: 4,0–11,7).
Sociodemographic and educational factors associated with mental health disorders in medical students of clinical years: A multicenter study in Peru	ZILA-VELASQUE, J. P. et al., 2023	Há evidências de que durante a pandemia de COVID-19 a ansiedade e a depressão são prevalentes entre estudantes de medicina peruanos. Fatores sociodemográficos e percepção negativa do ambiente educacional estiveram associados à presença dessas condições.
Saúde mental dos estudantes de Medicina do Brasil durante a pandemia da coronavirus disease 2019	TEIXEIRA, L.D.A. C. et al., 2021	A prevalência de indivíduos com tristeza de sofrimento psíquico foi de 62,8%. São fatores de risco para o envelhecimento mental durante a pandemia de COVID-19: ser do sexo feminino, estar nos dois primeiros anos do curso, relatar má adaptação ao ensino a distância, apresentar dificuldade de concentração, preocupar-se com o atraso da graduação, ter um diagnóstico prévio de transtorno mental, morar com alguém que precisa trabalhar fora de casa, ser incapaz de manter hábitos saudáveis ter medo de ser infectado pelo vírus.

Fatores de risco para transtornos mentais entre estudantes de medicina

A alta prevalência de transtornos mentais entre estudantes de medicina é um fenômeno amplamente documentado e preocupa educadores e profissionais de saúde. Estudos recentes apontam que os principais fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos mentais nessa população são o estresse acadêmico, a falta de sono, as dívidas financeiras e a constante exposição a doenças e morte (NAVARRO *et al.*, 2022). Esses fatores, combinados com a intensa pressão por desempenho acadêmico e profissional, criam um ambiente propício para o surgimento de problemas como ansiedade, depressão e burnout.

O estresse acadêmico é um dos fatores mais significativos. A carga horária extensa, a complexidade do conteúdo e a pressão para obter boas notas são citados como principais fontes de estresse (LU *et al.*, 2023). A transição do currículo pré-clínico para o treinamento clínico é particularmente desafiadora, pois os estudantes enfrentam pela primeira vez a prática médica em situações reais, o que aumenta significativamente os níveis de ansiedade e estresse (NAIR *et al.*, 2023). Além disso, a necessidade de lidar com a competição intensa entre colegas e as expectativas elevadas de professores e familiares contribuem para a sobrecarga emocional.

A privação de sono é outro fator crucial que afeta a saúde mental dos estudantes de medicina. Estudos indicam que a maioria dos estudantes sofre de privação de sono devido às longas horas de estudo e ao turno noturno nas práticas clínicas (SOARES *et al.*, 2022). A falta de sono não apenas reduz a capacidade de concentração e o desempenho acadêmico, mas também está diretamente associada ao aumento de sintomas de ansiedade e depressão. Em um estudo realizado em escolas de medicina no Brasil, foi constatado que a má qualidade do sono está fortemente correlacionada com a prevalência de transtornos mentais (SOARES *et al.*, 2022).

As dificuldades financeiras também desempenham um papel significativo na saúde mental dos estudantes de medicina. As altas taxas de matrícula e os custos adicionais de materiais e livros criam um fardo financeiro que muitos estudantes encontram dificuldades para gerenciar (ZILA-VELASQUE *et al.*, 2023). Esse estresse financeiro pode levar a sentimentos de desesperança e exacerbar problemas de saúde mental já existentes. Além disso, a incerteza sobre a capacidade de pagar dívidas após a formatura aumenta ainda mais a pressão psicológica.

Por fim, a constante exposição a doenças e morte durante o treinamento clínico é um desafio emocional significativo. O enfrentamento diário de situações de vida ou morte, o contato com pacientes terminais e o testemunho de sofrimento humano constante podem levar ao desenvolvimento de transtornos de estresse pós-traumático (Vaupotič *et al.*, 2022). Esses fatores, combinados com a falta de apoio psicológico adequado, tornam os estudantes de medicina particularmente vulneráveis ao desenvolvimento de transtornos mentais.

Incidência dos t transtornos mentais entre estudantes de medicina

A prevalência de depressão entre estudantes de medicina varia entre 2,9% e 38,2%, enquanto o burnout afeta entre 28% e 45% dos estudantes. Os autores enfatizam que fatores como características pessoais, estressores relacionados ao treinamento médico e fatores sociais, econômicos e demográficos influenciam a saúde mental dos estudantes. A falta de busca por apoio adequado agrava a situação, levando a sérias consequências como abuso de substâncias e instabilidade mental (NAVARRO *et al.*, 2022).

Em um estudo conduzido em Hebei na China, foi reportada a prevalência de transtornos mentais de 7,4% entre estudantes de medicina nos até o ano de 2023. Os transtornos de humor e ansiedade foram os mais comuns, com taxas de 4,3% e 3,9%, respectivamente. Apenas 15% dos estudantes buscaram aconselhamento psicológico e uma minoria recebeu tratamento medicamentoso, destacando a inadequação do tratamento, apesar da alta prevalência de transtornos mentais (LU *et al.*, 2023).

Em uma prospecção de estudos por revisão sistemática e meta-análise no Brasil, houve prevalência de 43,3% de transtornos mentais comuns (CMDs) entre estudantes de medicina. Fatores como insatisfação com a escola de medicina e problemas de sono foram associados a esses transtornos. A vontade de abandonar o curso foi um indicador significativo de risco (SOARES *et al.*, 2022).

Quanto as atitudes dos estudantes de medicina em relação aos transtornos mentais, foi observado um estigma reduzido entre os alunos do sexto ano comparado aos alunos do primeiro ano. Os estudantes apresentaram atitudes mais positivas em relação aos transtornos mentais, sugerindo que a educação e a exposição a experiências pessoais durante o curso melhoram essas atitudes (VAUPOTIČ *et al.*,

2022). Ainda foram reportados os desafios como rigor acadêmico intenso, dívidas financeiras, privação de sono e exposição constante a doenças e morte. A pandemia de COVID-19 exacerbou esses problemas, aumentando os níveis de estresse, ansiedade e depressão (NAIR *et al.*, 2023).

Zila-Velasque *et al.* (2023) realizaram um estudo multicêntrico no Peru, identificando fatores sociodemográficos e educacionais associados a transtornos mentais em estudantes de medicina nos anos clínicos. A prevalência de sintomas de ansiedade foi de 77,6%, e de depressão, 67,3%. Fatores como gênero, condições médicas prévias, tipo de universidade e percepção negativa do ambiente educacional foram associados a esses transtornos.

Shakya *et al.* (2022) examinaram os problemas mentais e comportamentais entre estudantes de medicina no Nepal. Eles encontraram uma alta prevalência de transtornos mentais, com 55% dos estudantes relatando um diagnóstico ao longo da vida e 30% apresentando problemas no momento do estudo. O transtorno de adaptação foi o mais comum (SHAKYA *et al.*, 2022).

Melca *et al.* (2023) investigaram a relação entre o vício em internet e transtornos mentais em estudantes de medicina. Eles encontraram uma correlação positiva entre o vício em internet e transtornos como ansiedade, depressão e estresse. O estudo sugere a necessidade de identificação e manejo precoces do vício em internet para evitar consequências negativas à saúde mental (MELCA *et al.*, 2023).

Suporte para a Saúde mental dos estudantes

A saúde mental dos estudantes de medicina requer um suporte adequado das instituições de ensino médico, devido aos altos índices de transtornos mentais nessa população. A literatura científica indica que programas de bem-estar e intervenções específicas podem diminuir a incidência de transtornos mentais entre esses estudantes (NAVARRO *et al.*, 2022). Uma abordagem integrada que envolva apoio psicológico, educação sobre saúde mental e intervenções estruturais no ambiente educacional pode ser efetiva para favorecer a saúde mental e emocional dos futuros profissionais de saúde.

Num primeiro momento foi relato que as faculdades de medicina devem prover serviços de apoio psicológico acessíveis e confidenciais. Esses serviços devem

compreender aconselhamento individual, terapias de grupo e workshops sobre gestão do estresse e resiliência (LU *et al.*, 2023). Estudos evidenciam que a disponibilidade de profissionais de saúde mental nas universidades pode estimular os estudantes a buscarem ajuda, diminuindo o estigma relacionado aos transtornos mentais (Vaupotič *et al.*, 2022). Ademais, a integração de programas de treinamento em habilidades de enfrentamento pode prover aos estudantes ferramentas práticas para lidar com a pressão acadêmica e as demandas emocionais da profissão médica.

Adicionalmente, a educação sobre saúde mental deve ser integrada ao currículo médico. Isso pode abranger aulas e seminários sobre temas como saúde mental, autocuidado, e a importância de buscar ajuda quando necessário (SOARES *et al.*, 2022). A educação sobre saúde mental não só aumenta a conscientização, mas também desmistifica os transtornos mentais, reduzindo o estigma entre os estudantes. Vários estudos sugerem que a formação contínua e a inclusão de temas de saúde mental no currículo podem melhorar significativamente as atitudes dos estudantes em relação à sua própria saúde mental e à dos outros (NAVARRO *et al.*, 2022).

As universidades de medicina também devem criar um ambiente de aprendizado que minimize o estresse e promova o bem-estar. Isso pode ser alcançado através da implementação de horários de estudo e trabalho mais flexíveis, redução da carga horária excessiva e promoção de um equilíbrio saudável entre vida acadêmica e pessoal (ZILA-VELASQUE *et al.*, 2023). A criação de espaços de relaxamento e a promoção de atividades físicas regulares, como ioga e meditação, também podem contribuir para a redução do estresse e a melhoria da saúde mental dos estudantes.

Assim como o apoio social é um componente fundamental para o bem-estar mental dos estudantes de medicina. As faculdades devem fomentar um ambiente de apoio mútuo e colaboração entre os estudantes, através da criação de grupos de apoio e mentoria (NAIR *et al.*, 2023). Programas de mentoria onde estudantes mais experientes oferecem orientação e apoio aos recém-chegados podem ajudar a aliviar a ansiedade e fornecer um senso de comunidade. A promoção de uma cultura de abertura e apoio pode incentivar os estudantes a compartilharem suas experiências e buscarem ajuda quando necessário.

Outro fator relevante é o monitoramento quanto a saúde mental que deve ser pautado e executado pelas Instituições de Ensino Superior aos acadêmicos e demais colaboradores, sejam no âmbito da docência como entre o setor administrativo.

Realizando pesquisas regulares e feedback dos estudantes podem fornecer informações valiosas sobre as áreas que necessitam de melhorias (SOARES *et al.*, 2022). A adaptação contínua das estratégias de apoio à saúde mental com base em dados atualizados garantirá que as intervenções permaneçam relevantes e eficazes.

Portanto, ao implementar uma abordagem multifacetada que inclua apoio psicológico, educação, melhorias no ambiente de aprendizado e promoção do apoio social, as faculdades de medicina podem criar um ambiente mais saudável e sustentável para seus estudantes, favorecendo não apenas seu sucesso acadêmico, mas também seu bem-estar a longo prazo.

6 CONCLUSÃO

Neste trabalho, tivemos como objetivo geral investigar a saúde mental dos estudantes de medicina, e como objetivos específicos estimar a prevalência de sintomas de ansiedade, depressão e estresse nessa população, identificar os fatores associados a esses sintomas, e analisar as estratégias e iniciativas adotadas pelas faculdades de medicina para promover o bem-estar dos estudantes. Para isso, realizamos uma revisão sistemática da literatura, utilizando as bases de dados PubMed, Scielo e Lilacs, e selecionando 33 artigos que atendiam aos critérios de inclusão e exclusão. Os principais achados foram:

A prevalência de sintomas de ansiedade, depressão e estresse entre os estudantes de medicina é elevada, **variando de 18% a 83%**, dependendo do instrumento utilizado e da amostra estudada.

Em primeira análise os fatores psicossociais e acadêmicos associados à incidência de transtornos mentais em estudantes de medicina são vinculados a situações psicossociais e abrangem características sociodemográficas, acadêmicas, pessoais e familiares, tais como sexo, idade, renda, ano do curso, carga horária, desempenho, relacionamento com professores e colegas, uso de substâncias, religiosidade, apoio social, entre outros.

Os acometimentos mentais influenciam diretamente no desempenho acadêmico e na vida cotidiana dos discentes médicos, as estratégias e iniciativas adotadas pelas faculdades de medicina para promover o bem-estar dos estudantes são insuficientes, heterogêneas e pouco avaliadas. Entre elas, destacam-se o oferecimento de serviços de apoio psicológico, a realização de atividades de educação em saúde mental, a melhoria das condições de ensino-aprendizagem e a promoção do apoio social entre os estudantes.

Diante disso, existem algumas recomendações plausíveis para intervenções baseadas nos achados dessa revisão integrativa, de modo a apoiar a saúde mental dos estudantes e reduzir os fatores precipitantes associados a repercussões patológicas, concluímos que a saúde mental dos estudantes de medicina é um tema relevante e urgente, que demanda mais atenção e investimento por parte das instituições, dos docentes, dos gestores e dos próprios estudantes. Recomendamos que as faculdades de medicina implementem uma abordagem multifacetada e

baseada em evidências para prevenir e tratar os problemas de saúde mental dos estudantes, considerando as especificidades de cada contexto e as necessidades de cada indivíduo.

Além disso, sugere-se que sejam realizados mais estudos sobre o tema, que utilizem métodos robustos, amostras representativas e medidas padronizadas, a fim de gerar dados confiáveis e comparáveis, que possam subsidiar políticas e práticas efetivas para a promoção da saúde mental dos estudantes de medicina.

REFERÊNCIAS

ADHIKARI, A.; DUTTA, A.; SAPKOTA, S.; CHAPAGAIN, A.; ARYAL, A.; PRADHAN, A. **Prevalence of poor mental health among medical students in Nepal: a cross-sectional study.** BMC Medical Education, v.17, n.1, p.1-7, 2017. DOI:<http://dx.doi.org/10.1186/s12909-017-1083-0>.

ANDRADE, Rosângela Vieira de; SILVA, Aderbal Ferreira da; MOREIRA, Frederico Neiva; SANTOS, Helisbetânia Paulo Souza; DANTAS, Heloiza Ferreira; ALMEIDA, Iramiz Ferreira de; LOBO, Leandra de Paula Brito & NASCIMENTO, Mirian Argolo. **Atuação dos Neurotransmissores na Depressão. Ver. Saúde em movimento.** 2003. Disponível em <http://www.saudeemmovimento.com.br/revista/artigos/cienciasfarmaceuticas/v1n1a6.pdf>.

BARBOSA-MEDEIROS, M. R.; CALDEIRA, A. P. Saúde mental de acadêmicos de medicina: estudo longitudinal. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, n. 3, p. e187, 2021.

DAMIANO, R. F.; OLIVEIRA, I. N.; EZEQUIEL, O. S.; LUCCHETTI, A. L.; LUCCHETTI, G.. **The root of the problem: identifying major sources of stress in Brazilian medical students and developing the medical student stress factor scale.** Brazilian Journal of Psychiatry, v.43, n.1, p.35-42, 2021. DOI:<http://dx.doi.org/10.1590/1516-4446-2019-0824>.

FERREIRA, Carlos Magno Guimarães, KLUTHCOVSKY, Ana Claudia Garabeli Cavalli e CORDEIRO, Tatiana Menezes Garcia. **Prevalência de Transtornos Mentais Comuns e Fatores Associados em Estudantes de Medicina: um Estudo Comparativo.** Revista Brasileira de Educação Médica [online]. 2016, v. 40, n. 2 [Acessado 7 junho 2024], pp. 268-277. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1981-52712015v40n2e02812014>>. ISSN 1981-5271. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v40n2e02812014>.

FIEDLER, Patrícia Tempski. **Avaliação da qualidade de vida do estudante de medicina e da influência exercida pela formação acadêmica.** São Paulo. Tese [Doutorado em Ciências] – Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo; 2008.

FIOROTTI, Karoline Pedroti *et al.* **Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados.** Jornal Brasileiro de Psiquiatria [online]. 2010, v. 59, n. 1 [Acessado 23 maio 2021], pp. 17-23. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0047-20852010000100003>>. Epub 17 maio 2010. ISSN 1982-0208. <https://doi.org/10.1590/S0047-20852010000100003>.

FONGARO, M. L; SEBASTIANI, R. W. **Roteiro de Avaliação Psicológica Aplicada ao Hospital Geral.** In: ANGERAMI-CAMON, V. (Org). E a psicologia entrou no hospital. São Paulo: Pioneira, 1996.

GOMES, Carlos Fabiano Munir *et al.* **Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: abordagem epidemiológica sobre vulnerabilidades.** SMAD, Rev.

Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.), Ribeirão Preto, v. 16, n. 1, p. 1-8, mar. 2020. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762020000100009&lng=pt&nrm=iso.

GONÇALVES DM, STEIN AT, KAPCZINSKI F. **Avaliação de desempenho do Self-Reporting Questionnaire como instrumento de rastreamento psiquiátrico: um estudo comparativo com o Structured Clinical Interview for DSM-IVTR**. Cad. Saúde Pública vol.24 nº.2 Rio de Janeiro Feb. 2008.

LIMA, Maria Cristina Pereira, DOMINGUES, Mariana de Souza e CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu Ramos. **Prevalência e fatores de risco para transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina**. Revista de Saúde Pública [online]. 2006, v. 40, n. 6 [Acessado 23 maio 2021], pp. 1035-1041. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0034-89102006000700011>>. Epub 04 Jul 2007.

LU, W.; LI, N.; WANG, L.; et al. **Estimated prevalence and sociodemographic correlates of mental disorders in medical students of Hebei Province, China: A cross-sectional study**. World journal of psychiatry, 2023.

MARGIS, Regina *et al.* **Relação entre estressores, estresse e ansiedade**. Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul. 2003, v. 25, suppl 1 [Acessado 11 junho 2024], pp. 65-74. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0101-81082003000400008>>. Epub 03 Feb 2004.

MELCA, I. A.; TEIXEIRA, E.; NARDI, A. E. **Association of Internet Addiction and Mental Disorders in Medical Students: A Systematic Review**. The primary care companion for CNS disorders, 2023.

MENG, N.; HUANG, X.; WANG, J.; WONG, M.; WANG, Y. **The factors and outcomes of stigma toward mental disorders among medical and nursing students**. BMC Psychiatry, 2022.

MOUTINHO, I. L. D.; LUCCHETTI, A. L. G.; EZEQUIEL, O. S.; LUCCHETTI, G.. **Mental health and quality of life of Brazilian medical students: incidence, prevalence, and associated factors within two years of follow-up**. Psychiatry Research, v.274, p.306-312, 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2019.02.041>.

MOUTINHO, Ivana Lúcia Damásio. **“Estresse, ansiedade, depressão, qualidade de vida e uso de drogas ao longo da graduação em medicina: estudo longitudinal.”** 2018. 151f. Tese (Doutorado – Programa de Pós-Graduação em Saúde) Universidade Federal de Juiz de Fora, 2018.

NAIR, M.; MOSS, N.; BASHIR, A.; et al. **Mental health trends among medical students**. Baylor University Medical Center Proceedings, 2023.

NAVARRO, A. S.; RAMÍREZ MACÍAS, M. F.; SÁNCHEZ, E.; AGUILERA ZEPEDA, J. M.; OSUNA, F.; PEREZ, M. C. **Prevalence and risk factors associated with mental health disorders among medical students**. International Journal of Community Medicine and Public Health, 2022.

NEPONUCENO, Hironaldo de Jesus, SOUZA, Bárbara Dourado Macedo e NEVES, Nedy Maria Branco Cerqueira. **Transtornos mentais comuns em estudantes de medicina**. Revista Bioética. 2019, v. 27, n. 3 [Acessado 24 maio 2024], pp. 465-470. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1983-80422019273330>>. Epub 26 Set 2019.

NEVES, Marly Coelho Carvalho e DALGALARRONDO, Paulo. **Transtornos mentais auto-referidos em estudantes universitários**. Jornal Brasileiro de Psiquiatria [online]. 2007, v. 56, n. 4, pp. 237-244. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0047-20852007000400001>>. Epub 22 Fev 2008.

RANGEL, E. S. S.; BELASCO, A. G. S.; DICCINI, S. **Qualidade de vida de pacientes com acidente vascular cerebral em reabilitação**. Acta paul enferm. v.26, n. 2, pp. 205–12, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-21002013000200016>.

SACRAMENTO, B.; ANJOS, T. L.; BARBOSA, A. G. L.; TAVARES, C. F.; DIAS, J. P.. **Symptoms of anxiety and depression among medical students: study of prevalence and associated factors**. Revista Brasileira de Educação Médica, v.45, n.1, p.1-7, 2021. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1981-5271v45.1-20200394>.ing.

SANTOS, K. O. B. et al. **Avaliação de um instrumento de mensuração de morbidade psíquica: estudo de validação do self-reporting questionnaire (SRQ-20)**. Revista Baiana Saúde Pública, v. 34, n. 3, p. 544-560, 2010.

SCHÖNHOFEN, Frederico de Lima *et al.* **Transtorno de ansiedade generalizada entre estudantes de cursos de pré-vestibular**. Jornal Brasileiro de Psiquiatria [online]. 2020, v. 69, n. 3, pp. 179-186. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0047-2085000000277>>. Epub 22.

SHAKYA, D. R.; SHYANGWA, P. M.; SHAKYA, R. K.; AGRAWAL, C. S. **Mental and Behavioral Problems in Medical Students of a Health Science Institute in Eastern Nepal**. Journal of Psychiatrist's Association of Nepal, 2022.

SILVA AG, CERQUEIRA ATAR, LIMA MCP. **Apoio social e transtorno mental comum entre estudantes de Medicina**. Rev Bras Epidemiol. 2014

SOARES, S. J. B.; FERNANDES, C. F. G.; TABALIPA, R.; et al. **Common mental disorders among medical students: systematic review and meta-analysis of Brazilian studies**. 2022.

TEIXEIRA, L. D. A. C. *et al.* **Saúde mental dos estudantes de Medicina do Brasil durante a pandemia da coronavirus disease 2019**. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 70, n. 1, p. 21–29, mar. 2021.

VAUPOTIČ, K.; UPLAZNIK, Š.; GREGORIČ KUMPERŠČAK, H.; PLEMENITAŠ ILJEŠ, A. **Attitudes toward mental disorder among medical students**. Slovenian Medical Journal, 2022.

WHO. **Weekly Epidemiological Record**. v.84, n.33, p.33-340, 2009.

XIAO, H.; SHU, W.; LI, M.; LI, Z.; TAO, F.; WU, X.; YU, Y.; MENG, H.; VERMUND, S. H.; HU, Y.. **Social Distancing among Medical Students during the 2019 Coronavirus Disease Pandemic in China: disease awareness, anxiety disorder, depression, and behavioral activities.** International Journal of Environmental Research and Public Health, v.17, n.14, p.5047, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17145047>.

ZILA-VELASQUE, J. P.; GRADOS-ESPINOZA, P.; REGALADO-RODRÍGUEZ, K. M.; et al. **Sociodemographic and educational factors associated with mental health disorders in medical students of clinical years: A multicenter study in Peru.** PLOS ONE, 2023.

Anexo

TESTE: SRQ 20 – SELF REPORT QUESTIONNAIRE.

APLICAR O TESTE SRQ 20 EM TODOS

Teste: SRQ 20 – Self Report Questionnaire.

Teste que avalia o sofrimento mental. Por favor, leia as instruções antes de preencher as questões abaixo. É muito importante que todos que estão preenchendo o questionário sigam as mesmas instruções.

Instruções

Estas questões são relacionadas a certas dores e problemas que podem ter lhe incomodado nos últimos 30 dias. Se você acha que a questão se aplica a você e você teve o problema descrito nos últimos 30 dias responda SIM. Por outro lado, se a questão não se aplica a você e você não teve o problema nos últimos 30 dias, responda NÃO.

OBS: Lembre-se que o diagnóstico definitivo só pode ser fornecido por um profissional.

PERGUNTAS	RESPOSTAS
1- Você tem dores de cabeça frequentes?	SIM ☐ NÃO ☐
2- Tem falta de apetite?	SIM ☐ NÃO ☐
3- Dorme mal?	SIM ☐ NÃO ☐
4 Assusta-se com facilidade?	SIM ☐ NÃO ☐
5- Tem tremores nas mãos?	SIM ☐ NÃO ☐
6- Sente-se nervoso(a), tenso(a) ou preocupado(a)?	SIM ☐ NÃO ☐
7- Tem má digestão?	SIM ☐ NÃO ☐
8- Tem dificuldades de pensar com clareza?	SIM ☐ NÃO ☐
9- Tem se sentido triste ultimamente?	SIM ☐ NÃO ☐
10- Tem chorado mais do que de costume?	SIM ☐ NÃO ☐
11- Encontra dificuldades para realizar com satisfação suas atividades diárias?	SIM ☐ NÃO ☐
12- Tem dificuldades para tomar decisões?	SIM ☐ NÃO ☐
13- Tem dificuldades no serviço?	SIM ☐ NÃO ☐
(seu trabalho é penoso, causa-lhe sofrimento?)	
14- É incapaz de desempenhar um papel útil em sua vida?	SIM ☐ NÃO ☐
15- Tem perdido o interesse pelas coisas?	SIM ☐ NÃO ☐
16- Você se sente uma pessoa inútil, sem préstimo?	SIM ☐ NÃO ☐
17- Tem tido ideia de acabar com a vida?	SIM ☐ NÃO ☐
18- Sente-se cansado(a) o tempo todo?	SIM ☐ NÃO ☐
19- Você se cansa com facilidade?	SIM ☐ NÃO ☐
20- Tem sensações desagradáveis no estômago?	SIM ☐ NÃO ☐
21- Total de respostas SIM	[]
22. Este sujeito, de acordo com a pontuação acima, tem sofrimento mental leve:	
1 [] Sim 2 [] Não	

RESULTADO:

Se o resultado for ≥ 7 (maior ou igual a sete respostas SIM) está comprovado sofrimento mental.

Use o espaço abaixo para qualquer observação pertinente a esta coleta de dados