

Problemas mentais nos estudantes de medicina: prevalência e fatores associados

Ana Cecília Alves Amaral¹, Bárbara Luiza Pereira¹, Enzo Henrique Silveira Ribeiro Brito¹, Miguel Felipe de Araujo Neto¹, Thalita Lisboa Cunha¹, George Martins Ney da Silva Júnior².

1. Discente do curso de medicina do Centro Universitário de Anápolis - UniEVANGÉLICA.
2. Docente do curso de medicina do Centro Universitário de Anápolis - UniEVANGÉLICA.

RESUMO: Os estudantes de medicina são vítimas potenciais de problemas mentais por viver uma rotina extremamente árdua, caracterizada pelo excesso de conteúdos abordados durante o curso, carga horária extenuante, ambiente competitivo, condições que colaboram para uma maior ocorrência de sofrimento psíquico. O objetivo foi revisar os principais fatores associados ao surgimento e a prevalência de problemas mentais entre os estudantes de medicina. O trabalho consistiu em uma revisão integrativa, feita com artigos provenientes das plataformas PubMed e SciELO, a partir da pesquisa dos termos: saúde mental; estudantes de medicina; depressão; ansiedade publicados entre 2014 e 2019; que avaliavam as condições que acarretam problemas mentais em estudantes de medicina. Foram selecionados 20 artigos. Resultados: confirmaram uma grande prevalência de problemas mentais entre os indivíduos no processo de formação médica, sendo ela de sintomas depressivos entre 8,8% e 44,22%; de ansiedade entre 5,8% e 79,9%; e de estresse entre 10,05% e 45,5%. Os principais fatores associados a sofrimento mental em estudantes de medicina foram: o sexo feminino, uso de álcool e substâncias psicoativas pelos estudantes, período do curso de ciclo clínico e internato e ideação suicida. Conclusão: os acadêmicos em formação médica constituem um grupo de risco para problemas mentais, sendo um fator alarmante e que exige uma atenção especializada. São necessárias ações específicas para a amenização e prevenção dos sintomas, como uma adequação de carga horária, incentivo a realização de atividades sociais e lazer, disponibilização de grupos de suporte psicológico, estímulo à prática de atividades físicas e disseminação de conhecimentos sobre sofrimento psíquico.

Palavras-chave: Saúde mental. Estudantes de medicina. Sofrimento mental.

INTRODUÇÃO

Começar a universidade tem um impacto na vida das pessoas, que de repente se deparam com novas responsabilidades que exigem uma mudança em seus hábitos, o que pode causar conflitos emocionais. No modelo educacional atual, passa-se todo o período escolar fundamental e médio preparando os indivíduos para a escolha e ingresso em determinado curso que o tornará apto a exercer uma profissão. A escolha pelo curso de medicina torna árdua essa formação acadêmica, pois a formação em medicina é densa e com grandes responsabilidades. A formação médica é permeada por muitos desafios, como uma carga horária extenuante, contato com a morte, privação de lazer, ambiente competitivo e sensação de incapacidade técnica, que podem levar os estudantes ao esgotamento físico e psíquico. Esse esgotamento pode evoluir para o sofrimento e chegar a se tornar patológico, desencadeando diversos transtornos mentais, sendo a depressão o mais prevalente (Pacheco, 2017).

Os transtornos variam desde estresse funcional até ideias suicidas ou desajustes mentais graves. Tem sido descrito que os estressores inerentes à carreira de medicina podem ter um impacto considerável no desenvolvimento profissional e acadêmico, causando deterioração na empatia com o paciente, redução de atitudes humanitárias e a degradação na qualidade do atendimento pelo pessoal em treinamento médico. O bem-estar psicológico dos estudantes de medicina deve ser cuidadosamente abordado com maior atenção à identificação do aumento do estresse, problemas emocionais e preocupações com sua própria saúde, que é essencial para evitar o prolongamento do sofrimento mental. Paralelamente, sabe-se dos impactos que ocorrem no nível pessoal, como a quebra de relacionamentos interpessoais, diminuição da saúde física e deterioração dos cuidados pessoais (Molina-Correa, 2018).

Sendo assim, este estudo tem como objetivo identificar, por meio de uma revisão, os principais fatores associados e a prevalência dos seguintes problemas mentais entre os estudantes de medicina: sintomas depressivos, estresse e ansiedade.

METODOLOGIA

O trabalho consiste em uma revisão integrativa, feito com estudos provenientes da base de dados do Public Medline (PubMed) e Scientific Eletronic Library Online (Scielo), a partir dos descritores indexados no Descritores de Ciências da Saúde (DECS): saúde mental; estudantes de medicina; depressão; ansiedade.

Foram recuperados 28 artigos, aos quais foram aplicados os seguintes critérios de seleção: artigos na língua portuguesa, inglesa ou espanhola; com o ano de publicação entre 2014 e 2019; que avaliavam as condições que acarretam transtornos mentais; que a amostra era exclusivamente

composta por estudantes de medicina ou que relatavam a prevalência especificada para estudantes de medicina; provindos de fontes confiáveis; e de relevância à esta revisão. Foram selecionados, enfim, 20 artigos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a seleção dos artigos, para comparar os resultados foram construídas 2 quadros, a primeira relacionava os artigos e suas características descritivas: autores, título do trabalho, tipo de estudo, revista publicada, perfil do estudo e ano de publicação. O segundo quadro analisa os principais fatores associados e a prevalência de sintomas depressivos, ansiedade e estresse entre os estudantes de medicina e as escalas utilizadas como parâmetro para avaliar os principais cofatores.

Quadro 1: Descrição dos artigos analisados

Autores	Título do artigo	Tipo de estudo	Revista publicada	Perfil da amostra estudado
PEREIRA, GA., et al., 2015	Prevalência de síndromes funcionais em estudantes e residentes de medicina	Estudo transversal	Revista brasileira de educação médica	200 estudantes da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) que cursavam o quinto, sexto, nono e décimo períodos; 50% sexo feminino
LUDWIG, A., et al., 2015	Depression and stress amongst undergraduate medical students	Coorte	BMC medical education	Estudantes de medicina da Faculdade de Medicina Albert Einstein do 1º e 3º ano
CYBULSKI, CA., MANSANI FP., 2016	Análise da depressão, dos fatores de risco para sintomas depressivos do uso de antidepressivos entre acadêmicos do curso de medicina na Universidade Estadual de Ponta Grossa	Estudo transversal	Revista Brasileira de Educação Médica	Estudantes do curso de medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa
CORNEJO, JV., et al., 2016	Saúde mental e qualidade do sono em estudantes de oito faculdades de medicina humana do Peru	Estudo transversal	Revista Chilena de neuropsiquiatria	Alunos de oito faculdades de medicina do Peru, do primeiro ao sexto ano
CARMONA, CR., et al., 2016	Ansiedade dos estudantes de uma faculdade de medicina mexicana, antes de	Estudo transversal	Revista de Investigación en Educación Médica	Alunos da Faculdade de Medicina UNAM, da geração 2009 que ingressaram ao internato rotatório em 2014, constituindo 479 pesquisados, sendo 32.45%

	iniciar o internato			mulheres
MAYER, F., et al., 2016	Factors associated to depression and anxiety in medical students: a multicenter study	Estudo transversal multicêntrico	BMC medical education	Estudantes de medicina matriculados em escolas médicas brasileiras
DELLA SANTA, ND., CANTILINO A., 2016	Suicídio entre médicos e estudantes de medicina	Revisão de literatura	Revista brasileira de educação médica	Não aplicado
ADHIKARI, A., et al., 2017	Prevalência de saúde mental precária em estudantes de medicina no Nepal: um estudo transversal	Estudo transversal	BMC Medical Education	Estudantes de medicina do KIST Medical College e Hospital de Ensino do Nepal, 370 entrevistados, 175 (51%) sexo masculino e 168 (49%) sexo feminino.
CHUNMING, WM., et al., 2017	Burnout em estudantes de medicina: uma revisão sistemática de experiências em escolas médicas chinesas	Revisão sistemática	BMC medical education	Não aplicado
RODRÍGUEZ, ED., et al., 2017	Prevalência de ideação suicida em estudantes de medicina na América Latina: uma metanálise	Revisão sistemática com metanálise	Creative Commons	Não aplicado
MEDEIROS, MRB., et al., 2017	Saúde Mental de Ingressantes no Curso de Medicina: Uma Abordagem Segundo o Sexo	Estudo transversal	Revista Brasileira de Educação Médica	Acadêmicos do curso médico do município de Montes Claros; 101 entrevistados, 64,4% sexo feminino e com a média geral de idade entre 18 a 21 anos.
MOUTINHO, I., et al., 2017	Depressão, estresse e ansiedade em estudantes de medicina: uma comparação transversal entre estudantes de diferentes semestres.	Revisão sistemática com metanálise	Revista Associação Médica Brasileira vol.63 no.1	Não aplicado
PACHECO, JP., et al., 2017	Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis	Revisão sistemática com metanálise	Revista Brasileira de Psiquiatria	Não aplicado

MOLINACORREIA, Y., et al., 2018	Prevalência da Sintomatologia Depressiva em estudantes de Medicina da Universidade de Caldas, Manizales - Colômbia	Estudo transversal	Revista Médica Risaralda	Alunos de medicina matriculados na Universidade de Caldas, Manizales, Colômbia no segundo trimestre de 2013
GONÇALVES, JRL., et al., 2018	A religiosidade está associada a algumas graduações de ansiedade, mas não de depressão, em estudantes de medicina e enfermagem	Estudo transversal	Revista da Associação Médica Brasileira	Estudantes de medicina e enfermagem matriculados na Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), em Uberaba, Minas Gerais, com 18 anos ou mais, tanto do sexo masculino quanto do sexo feminino
SOUSA, JM., MOREIRA, CA., TELLESCORREIA, D., 2018	Ansiedade, Depressão e Performance Acadêmica: Um Estudo em Estudantes Portugueses de Medicina Versus Estudantes de Outros Cursos	Estudo transversal	Acta Médica Portuguesa	Estudantes de medicina e de outros cursos de Portugal
REGIS JMO., et al., 2018	Sintomas de ansiedade social e insatisfação corporal em estudantes de medicina: prevalência e correlatos	Estudo transversal	Jornal Brasileiro de pesquisa	479 estudantes brasileiros de pré-medicina do 1º ao 6º ano da Faculdade de Medicina de Botucatu (FMB) da Universidade Estadual Paulista (Unesp), sendo 58,7% do sexo feminino
GRACE, MK., et al., 2018	Sintomas depressivos, Burnout e declínio do interesse da carreira médica entre estudantes pré-médicos de graduação	Estudo longitudinal	International Journal of Medical Education: IJME	Estudantes de pré-medicina de segundo na Universidade de Indiana; 286 entrevistados, sendo 69% eram do sexo feminino
AKHTAR, M., FAIZE, FA., HERWIG, BK. 2019	Depressão e ansiedade entre estudantes de medicina internacionais na Alemanha	Estudo transversal	Journal of Pakistan Medical Association	Estudantes internacionais que estudam medicina em diferentes universidades da Alemanha, sendo 122 indivíduos, 76 (62%) eram do sexo feminino e com a média geral de idade entre 24,92 e 3,58 anos
ROMONAV A, F., et al., 2019	Transtorno depressivo maior em estudantes de medicina mexicanos e fatores de risco associados: enfoque nas experiências atuais e passadas	Estudo transversal	Journal of affective disorders	Estudantes de medicina mexicanos

Quadro 2: Principais fatores associados e a prevalência de sintomas depressivos entre os estudantes de medicina e as escalas utilizadas como parâmetro para avaliar os principais cofatores.

Autores	Escalas utilizadas	Fatores associados a sintomas depressivos	Prevalência de problemas mentais
LUDWIG, A., et al.	CES-D. PSS. WAVE. NHIS.	Abuso de substâncias; distúrbios do sono e alimentação; falta de exercício físico; carga de estudo	Prevalência de sintomas depressivos: 28,4% no 1º ano e de 39% no 3º ano
CYBULSKI, CA., MANSANI FP.	Inventário de Depressão de Beck (BDI) Teste de MoriskyGreen-Levine Teste exato de Fisher Teste one-way Anova Teste de Tukey Kramer	Falta de atividade de lazer; falta de apoio emocional; estresse; baixo desempenho acadêmico; alunos após o quarto ano de curso	Prevalência de sintomas depressivos: No 1º ano: 53.13% No 2º ano: 50% No 3º ano: 50% No 4º ano: 35.29% No 5º ano: 29.27% No 6º ano: 53.33% Total: 44.22% Prevalência de estresse: No 1º ano: 16.08% No 2º ano: 21.06% No 3º ano: 10.05% No 4º ano: 17.09% No 5º ano: 20.6% No 6º ano: 15.08%
CORNEJO, JV., et al	ICSP DASS-21	Má qualidade de sono; sexo feminino; ter reprovado em alguma disciplina do curso; insatisfação com o desempenho acadêmico	Prevalência de depressão: 32,5%
CARMONA, CR., et al	IDARE	Período do curso de internato; insegurança com a futura profissão	Prevalência nacional de depressão: 14% Prevalência internacional de depressão: 12% Prevalência de ansiedade: 21,82%
MAYER, F., et al.	BDI STAI Qui-quadrado Kruskal Wallis VIF	Sexo feminino; estudantes de escolas médicas do interior; fatores pessoais e institucionais	Prevalência de sintomas depressivos: 28%.

DELLA SANTA, ND., CANTILINO A.	Técnica estatística de compatibilização para metanálise	Sexo feminino; abuso de álcool e de outras substâncias; estado civil solteiro; ideias suicidas	Sintomas depressivos: Total: 79% Leves: 29% Moderados: 31% Graves: 19,25% Ansiedade: Alta: 20,1% Média: 79,9%
ADHIKARI, A., et al	Questionário de Saúde do Paciente (PHQ) e perguntas sobre fatores sociodemográficos	Ideação suicida; uso de maconha; desejo de abandonar o curso; síndrome de ansiedade; compulsão alimentar; bulimia nervosa; síndrome do pânico	As taxas de prevalência foram de 29,2% (IC95% 24,4% - 34,3%) depressão, 22,4% (IC95% 18,0% - 26,9%) sintomas somáticos médios a muito graves, 4,1% (IC 95%, 2,0% - 6,2%). % síndrome do pânico e 5,8% (IC 95%, 3,4% - 8,3%) síndrome da ansiedade
RODRÍGUES, ED., et al	Técnica estatística de compatibilização para metanálise	Sexo dependência masculino; emocional; Pai ou união impulsividade mãe falecidos; estável;	Chile: Sintomas depressivos: 21% Ansiedade: 38,7% Venezuela: Sintomas depressivos: 23,31% Panamá: Sintomas depressivos: 14,8% Argentina: Sintomas depressivos: 36% Ansiedade: 63% Paraguai: Ansiedade: 16,5% Sintomas depressivos: 23,1% Colombia: Sintomas depressivos severos: 5% Perú: Ansiedade: 27,8% Sintomas depressivos: 29,6% México: Sintomas depressivos: 39,3%; Ansiedade: 36,8%
MEDEIROS, MRB., et al	Teste Qui-Quadrado T de Student	Sexo feminino; sonolência diurna; sintomas de Transtornos Mentais Comuns; exaustão emocional; despersonalização; maus hábitos alimentares; sedentarismo; consumo de álcool; fases mais avançadas da graduação; moradia longe da família	Sintomas depressivos: 43,6% Estresse: 45,5%
MOUTINHO, I., et al.	Técnica estatística de compatibilização para metanálise	Gênero feminino, religiosidade intrínseca e sintomas associados de ansiedade e estresse.	Prevalência de sintomas depressivos: 34,6%, sendo 8,8% grave ou extremamente grave
PACHECO, JP., et al.	Técnica estatística de compatibilização para metanálise	Sexo feminino; desejo de mudar de curso; fases posteriores do curso; ciclo de estágio; ciclo clínico; insatisfação com o curso; tabagismo; desempenho acadêmico médio	Prevalência resumida de sintomas depressivos: 30,6% (IC 95% 24,0-37,7) Sintomas depressivos leves:

		(comparado a bom); dificuldades nos relacionamentos; tensão emocional; preferência do tipo da noite; sentindo-se pressionado pelos pais; ter preocupações sobre o futuro; não ter um pai que era médico; não participando de atividades sociais; os pais eram médicos; saúde física fraca ou razoável; pensamentos de desistir; outra religião que não a católica; estilo de vida sedentário; envolvimento esporádico ou raro em atividades de lazer; incerteza sobre o futuro profissional.	23,3% (IC 95% 19,3-27,6) Sintomas depressivos moderados: 8,4% (IC95% 5,4-12,0) Sintomas depressivos graves: 2,1% (IC95% 0,8-4,0).
MOLINA-CORREIA, Y., et al	Inventario de Depressão de Beck	Problemas de coexistência com as diretivas, professores, pares e / ou avaliações; problemas de saúde; insatisfação com a carreira médica	Prevalência de sintomas depressivos: 22,7% 50% no 3º ano 13,3% depressão leve 10% depressão moderada 0% depressão grave
GONÇALVES, JRL., et al	Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS) Índice de Religião Duke (Durel) Escala de Auto Avaliação da Espiritualidade (SSRS)	Ausência de religiosidade e/ou espiritualidade	Sintomas depressivos: 13% a 25% Ansiedade: 34%
SOUSA, JM., MOREIRA, CA., TELLES-CORREIA, D.	Teste qui-quadrado Teste de Mann-Whitney Correlação de Spearman Teste de KruskalWallis	Performace acadêmica negativa; sexo feminino	Prevalência sintomas 27,2% Sintomas 21,5%

REGIS, JMO., et al	SPIN BSQ BDI	Sexo feminino; estado civil solteiro; dificuldade de fazer amigos; IMC elevado	Sintomas 8,8%
GRACE, MK., et al	Stata 14	Burnout para depressão	Sintomas depressivos ($\beta = -.07$, $z = -2,49$, $p = .013$)
AKHTAR, M., FAIZE, FA., HERWIG, BK.	Inventário de Depressão Maior (IDM) 15 Inventário de Depressão de Beck (BAI)	Alto grau de estresse ¹ ; maior sofrimento psicológico geral e mental; ideação suicida	Sintomas depressivos moderados: 10% Sintomas depressivos graves: 16% Ansiedade moderada: 26% Ansiedade grave: 23%
ROMONAVA, F., et al	PHQ-9	História pessoal de abuso emocional; tentativa de suicídio; história familiar de depressão; altos níveis de estresse acadêmico ²	Sintomas depressivos: 16,2%

¹ fator de risco para sintomas depressivos e ansiedade.

² fator de risco para sintomas depressivos.

PREVALÊNCIA

O artigo elaborado por Akhtar, Herwig e Faize (2019) mostra uma prevalência de 10% de estudantes de Medicina que apresentavam depressão moderada e 16% tinham depressão grave. Os sintomas de ansiedade atingiam 26% dos estudantes em nível moderado e em 23% foi observado ansiedade grave. Essas prevalências foram retiradas de uma amostra de 122 estudantes de Medicina da Europa, África, Ásia e América Latina. Já o estudo feito por Carmona et al. (2016) corrobora com o anterior mostrando que 21,9% dos alunos de Medicina apresentam traço de ansiedade leve e com ansiedade média foi encontrado 35,7% dos estudantes mexicanos.

Apesar de o primeiro estudo ter sido feito em partes diversas do mundo e o segundo ter se baseado apenas no México, as prevalências de problemas mentais (depressão e ansiedade) entre os estudantes de Medicina, não houve discordâncias alarmantes em termos numéricos. Isso nos permite supor que o curso médico requer mais resistência psíquica e mental do que os outros cursos, independente do país ou local do mundo em que o estudante esteja cursando. Um trabalho que corrobora com essa afirmação é o de Souza, Moreira, Telles-Correia (2018), que revela uma prevalência mundial de sintomas depressivos em acadêmicos de medicina de 27,2%, uma alta taxa abrangente em toda a população mundial.

Foi observado no trabalho de Romo-Nava et al. (2019) uma taxa de prevalência de 16,2% de sintomas depressivos em estudantes de medicina, sendo a gravidade destes diretamente relacionada aos níveis de estresse acadêmico. O artigo também relata que um histórico de abuso emocional durante

a infância ou adolescência dos estudantes, assim como a maioria dos outros tipos de traumas, é associado a um maior risco de desenvolvimento de transtornos depressivos na vida adulta. Com isso, foi o único estudo que trouxe traumas na juventude como um fator de risco para depressão na formação médica, se aproximando relativamente apenas de Cybulski e Mansani (2016), que cita falta de apoio emocional como contribuinte para o quadro.

Na pesquisa feita por Souza, Moreira, Telles-Correia (2018) é utilizado o Escore da HADS. Ela constatou que os estudantes de medicina têm um escore de HADS – Ansiedade de 23,6% e de HADS – Depressão de 3,5%. Os autores também notam que, em relação a ansiedade, ela é mais prevalente no curso de medicina, o que corrobora com os outros artigos colhidos no nosso trabalho. Já referente à depressão, o artigo relata ser mais prevalente em outros cursos, divergindo dos achados da maioria dos trabalhos desta revisão.

É possível que a diferença entre os resultados do estudo de Souza, Moreira, TellesCorreia (2018) com os outros utilizados aqui se deva às especificidades étnicas, culturais e sociais de Portugal, que talvez permitam explicar os resultados entre os estudantes portugueses.

O sexo feminino foi o mais prevalente para problemas mentais na maioria dos artigos revistos, como é exemplificado nos estudos de Mayer, et al. (2016), Cornejo, et al. (2016), Pacheco, et al. (2017) e Moutinho, et al. (2017). Segundo eles, isso se deve a uma monopolização masculina histórica do curso de medicina, o qual pode oprimir – por muitas vezes – as estudantes do sexo feminino, com consequente mercado de trabalho médico dominando por homens, gerando um ciclo vicioso com preconceitos e falta de oportunidades.

No trabalho de Regis et al. (2018) são mostradas taxas de prevalência de transtorno de ansiedade social de 36,3% e taxas de insatisfação com a imagem corporal de 34,7%, sendo que na amostra utilizada o sexo prevalente é o feminino. Esse estudo observou que as influências socioculturais, pressões midiáticas e a busca incessante por um padrão corporal ideal estão entre as causas da percepção alterada da autoimagem, gerando insatisfação e consequente infelicidade. Em comparação aos homens, as mulheres desse estudo tinham 13,5 vezes mais chances de apresentar insatisfação com a imagem corporal e quase 5 vezes mais probabilidade de apresentar a insatisfação associada aos sintomas de transtorno de ansiedade social.

Por outro lado, o trabalho de Della Santa e Cantilino (2016) relata que na Áustria, a cada 14 casos de suicídios na área médica, 3 são entre mulheres e 11 entre homens. O que mostra que por mais que a sintomatologia seja maior nas mulheres, as piores consequências são vistas nos homens.

Esse dado pode ser justificado pelo fato de que, em situações de crise econômica e desemprego, os fracassos no desempenho do homem como provedor poderiam levar a atritos familiares, exacerbação do consumo de álcool e drogas, e até dissolução familiar, que poderiam se associar a suicídio. Sendo assim, considera-se que as mudanças na vida diária, nos papéis e na condição

socioeconômica teriam aumentado o risco de suicídio entre os jovens do sexo masculino, enquanto na mulher não se observa este fenômeno, seja porque as mudanças têm sido até favoráveis para este sexo ou porque as mulheres teriam melhores estratégias de adaptação. Somado a isso, o conceito de masculinidade vigente dificulta que homens expressem seus sentimentos, fazendo com que o gênero feminino recorra mais frequentemente à ajuda, cuidando mais de sua saúde física e mental.

FATORES ASSOCIADOS

Analisar friamente os dados obtidos não permite identificar as raízes do problema, portanto, foram levantadas as análises de fatores de risco que podem levar às taxas de problemas mentais encontradas. Os principais fatores foram o sexo feminino, estresse acadêmico e ausência de religiosidade.

Ser mulher foi um fator de risco para problemas mentais em 9 artigos. Em contrapartida, Chunming et al. (2017) e Rodríguez, et al. (2017) concluíram que a prevalência de sofrimento mental na população masculina é maior. Para o primeiro, os homens são mais susceptíveis ao Burnout por conta da impaciência e impulsividade, que é mais característica desse gênero. Já o segundo não justifica seu achado, apenas apresentando seus dados estatísticos.

O estresse acadêmico foi analisado em 3 artigos, mas se abordarmos insatisfações e dificuldades do curso, esse número passa para 7 artigos, sem contar os 3 já citados.

A religiosidade também foi trazida em pauta quando o assunto é problemas mentais. Dos artigos captados, 4 deles trouxeram a religiosidade como um fator de alívio e a sua ausência um fator de risco. Gonçalves et al. (2018) trazem os seguidores da religião espírita como mais susceptíveis a sintomas mentais, enquanto Pacheco et al. (2017) mostram que sintomas depressivos são menos prevalentes em católicos. Para os autores foi o grupo que estatisticamente menos apresentava dados indicativos de depressão ou quaisquer outros problemas mentais. Para os outros trabalhos que abordaram religiosidade, a sua ausência foi um fator de risco porque estudantes religiosos são mais otimistas e tem um maior apoio em momentos de dificuldade.

Outro fator levado em consideração pelos autores foi a fase do curso. Cada fase tem seus desafios individuais e intrínsecos, porém determinadas fases mostraram-se com maior influência negativa na saúde mental dos estudantes, como o ciclo clínico e o internato. Tais fases, por possuírem uma prática maior em relação ao ciclo básico, levam o aluno a uma exaustão física e mental, como estudado por Pereira et al. (2015), Cybulski e Mansani (2016), Pacheco et al. (2017) e Medeiros et al. (2017) e, para o último, os níveis de estresse tendem a aumentar ao longo da graduação.

Contudo, estudantes que estão iniciando a formação acadêmica já podem sofrer as pressões do curso e apresentar alguns sintomas, como foi relatado no trabalho de Adhikari et al. (2017), que traz uma maior prevalência de problemas mentais em estudantes de medicina durante o 2º ano de curso, de

34,4%. Segundo o artigo, tal achado é justificado pela insegurança do início do curso, com tantas mudanças e incertezas que permeiam essa fase; além de ser caracterizada pelos primeiros contatos com cadáveres humanos, que é feita no ano pré-clínico, sendo um fator estressante para muitos estudantes.

Outros estudos também registraram presença de estresse em acadêmicos no primeiro período, como é o caso de Pacheco (2017) e Moutinho (2017), juntamente com seus respectivos coadjuvantes, dialogam ao declarar maiores níveis de prevalência dos sintomas depressivos no início do curso, fase que, segundo eles, os estudantes estão mais ansiosos, inseguros com a carreira profissional escolhida, em uma fase de adaptação à metodologia ativa e sob a pressão da carga horária extensa e do excesso de conteúdos durante o ciclo básico, o que colabora para maiores prevalências de problemas mentais.

Nos trabalhos revisados, foram encontrados também outros fatores associados a sofrimento mental, porém não sendo os principais abordados, como: estado civil, abuso de substâncias entorpecentes e síndrome ansiosa. Em 3 artigos, foi colocado o estado civil solteiro como fator de risco, 3 trabalhos acharam o abuso de substâncias entorpecentes, bem como outros 3 artigos trouxeram a ansiedade como elemento predisponente.

Vários artigos revisados pautaram a religião no estudo de fatores associados a problemas mentais em estudantes de medicina. Pereira et al. (2015) encontraram maior risco entre os seguidores da religião espírita, corroborando com os resultados de Pacheco et al. (2017), que trazem religião que não a católica como fator de risco para sofrimento mental. Já Gonçalves et al. (2018) relatam a ausência de religiosidade e/ou espiritualidade como contribuinte para o quadro.

No trabalho de Regis et al. (2018) foram encontradas dificuldade de fazer amigos e taxas elevadas de IMC como fatores associados a problemas mentais em acadêmicos de medicina, características não citadas em nenhum outro artigo revisado. Talvez essa singularidade possa ser explicada por tais aspectos serem marcantes na região de São Paulo, Brasil, local onde a pesquisa foi realizada.

Contrapondo o que os outros estudos captados encontraram, o artigo de Cybulski e Mansani (2016) não encontrou associação com sintomas depressivos as seguintes variáveis: sexo, viver sozinho, parceiro fixo, álcool, tabagismo, drogas ilícitas e série do curso. A satisfação com o desempenho acadêmico e o alto grau de estresse não apresentaram significância estatística ao serem relacionados com as séries do curso. Chamou a atenção o fato de a prevalência de alto nível de estresse ter sido mais elevada do que a dos níveis de estresse nulo, leve e médio.

Já o trabalho de Medeiros et al. (2018) traz uma prevalência de depressão leve em estudantes de Medicina mulheres 13,8%, enquanto em homens é de 19,4%; depressão moderada afeta 0% do sexo masculino e 13,8% do sexo feminino; e a depressão grave se apresentou em 0% dos homens e 2% das mulheres.

Na tentativa de compreender a não corroboração dos dados da pesquisa de Medeiros et al. (2018) com a pesquisa de Cybulski e Mansani (2016), observamos que o primeiro foi feito em Minas Gerais e o segundo foi na população do Paraná. As diferenças regionais e culturais entre os dois estados podem ter gerado variáveis que causaram o desencontro dos dados, sendo o gênero em uma pesquisa um fator de risco para sintomas depressivos, enquanto no outro ele não se mostra uma variável significativa.

A pesquisa de Cornejo et al. (2016) traz uma prevalência de 88,97% de depressão em estudantes que não tem uma boa qualidade de sono e 11,03% de depressão naqueles que tem uma boa qualidade de sono. Além disso, mostrou que dos 892 estudantes de medicina analisados, 32,5% sofriam com depressão; 52,9% tinham ansiedade e 34,6% sofriam de estresse.

De acordo com Cornejo et al. (2016), há uma forte relação entre a qualidade do sono e a saúde mental dos estudantes de medicina. Na pesquisa fica claro que a qualidade do sono é pior em estudantes que apresentam depressão e vice-versa, o que corrobora com os dados trazidos no artigo de Medeiros et al. (2018). O primeiro estudo demonstra que muitos acadêmicos de medicina têm perdido a qualidade do sono, com duração menor que a da população de mesma idade, gerando altos níveis de sonolência diurna, que tem grandes reflexos negativos no processo de aprendizagem e na saúde.

Dentre os estudos analisados, os feitos por Della Santa e Cantilino (2016), Adhikari et al. (2017), Romonava et al. (2019), e Akhtar, Herwig e Faize (2019) revelam que a ideação suicida está associada aos problemas mentais dos estudantes de medicina, principalmente com os sintomas depressivos. O primeiro traz uma prevalência de 6% com relatos de ideação suicida, além da taxa de suicídio em médicos ser de três a cinco vezes maior do que a da população geral. Ele concorda com os outros autores quando diz que as maiores taxas de ideação suicida foram encontradas nos estudantes que apresentaram depressão maior, e ainda ressalta que o fácil acesso e o maior conhecimento sobre o funcionamento fisiológico humano podem facilitar a efetivação do comportamento.

O trabalho de Della Santa e Cantilino (2016) aponta algumas razões para a elevada taxa de suicídios entre os médicos: 1) médicos tendem a negar o estresse de natureza pessoal; 2) médicos tendem a negar o desconforto psicológico; 3) inclinações suicidas são acobertadas (tratamento mais difícil); 4) médicos elaboram, mais frequentemente, esquemas defensivos (fecham-se para qualquer intervenção terapêutica eficaz); 5) negligência da família e dos colegas (“ele é médico, sabe se cuidar”); os médicos têm o meio do suicídio ao alcance das mãos (métodos mais eficazes para o êxito).

Pontua-se que, nos artigos revisados, não foi reconhecido apenas um específico que justifique tais taxas, mas possivelmente uma junção de aspectos pessoais e ambientais. Com relação a essa junção de fatores que podem influenciar a ideação e o comportamento suicida, a maior parte dos artigos indica transtornos psiquiátricos, como depressão e abuso de substâncias, e fatores externos, como questões relacionadas às condições de trabalho, pressão psicológica, alta carga de trabalho, etc.

CONCLUSÃO

Foi confirmado uma grande prevalência de problemas mentais entre os indivíduos no processo de formação médica, sendo ela de sintomas depressivos entre 8,8% e 44,22%; de ansiedade entre 5,8% e 79,9%; e de estresse entre 10,05% e 45,5%. Os principais fatores associados a sofrimento mental em estudantes de medicina foram: o sexo feminino, uso de álcool e substâncias psicoativas pelos estudantes, os períodos do curso de ciclo clínico e internato e ideação suicida.

São necessárias ações específicas para a amenização e prevenção dos sintomas. Pesquisas pedagógicas específicas devem buscar métodos para a adequação da carga horária, focando em agendas eficientes e com flexibilidade integrada, para que os alunos possam conciliar as demandas do curso com as necessidades pessoais e familiares, assim como a realização de atividades sociais, algum lazer e prática de atividades físicas. Também grupos de suporte psicológico devem ser disponibilizados nas instituições de ensino, com disseminação de conhecimentos sobre sofrimento psíquico.

REFERÊNCIAS

- PEREIRA, GA., et al. Prevalência de síndromes funcionais em estudantes e residentes de medicina. **Revista brasileira de educação médica**, v.39, n.3, p.395-400, 2015.
- LUDWIG, A., et al. Depression and stress amongst undergraduate medical students, **BMC Medical Education**, v.15, p.141, 2015.
- CYBULSKI, CA., MANSANI, FP. Análise da depressão, dos fatores de risco para sintomas depressivos do uso de antidepressivos entre acadêmicos do curso de medicina na Universidade Estadual de Ponta Grossa. **Revista brasileira de educação médica**, v.41, n.1, p.92-101, 2016.
- CORNEJO, JV., et al. Saúde mental e qualidade do sono em estudantes de oito faculdades de medicina humana do Peru. **Revista Chilena de neuropsiquiatria**, v.54, n.4, p.272-281, 2016.
- CARMONA, CR., et al. Ansiedade dos estudantes de uma faculdade de medicina mexicana, antes de iniciar o internato. **Revista de Investigación em Educacion Médica**, v.6, n.21, p.4246, 2016.
- MAYER, F., et al. Factors associated to depression and anxiety in medical students: a multicenter study. **BMC Medical Education**, v.16, n.1, p.282, 2016.
- DELLA SANTA, ND., CANTILINO A. Suicídio entre médicos e estudantes de medicina. **Revista brasileira de educação médica**, v.40, n.4, p.772-780, 2016.
- ADHIKARI, A., et al. Prevalência de saúde mental precária em estudantes de medicina no Nepal: um estudo transversal. **BMC Medical Education**, v.17, n.1, p.232, 2017.
- CHUNMING, WM., et al. Burnout em estudantes de medicina: uma revisão sistemática de experiências em escolas médicas chinesas. **BMC medical education**, v.10, p.242-245, 2017.

RODRÍGUES, ED., et al. Prevalência de ideação suicida em estudantes de medicina na América Latina: uma metanálise. **Creative Commons**, v.8, n.15, p.387-418, 2017.

MEDEIROS, MRB, et al. Saúde Mental de Ingressantes no Curso de Medicina: Uma Abordagem Segundo o Sexo. **Revista brasileira de educação médica**, v.42, n.3, 2017.

MOUTINHO, I., et al. Depressão, estresse e ansiedade em estudantes de medicina: uma comparação transversal entre estudantes de diferentes semestres. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v.63, n.1, p.21-28, 2017.

PACHECO, JP., et al. Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v.39, n.4, p.369-387, 2017.

MOLINA-CORREIA, Y., et al. Prevalência da Sintomatologia Depressiva em estudantes de Medicina da Universidade de Caldas, Manizales-Colômbia. **Revista Médica Risaralda**, v.23, n.1, p.23-28, 2018.

GONÇALVES, JRL., et al. A religiosidade está associada a algumas graduações de ansiedade, mas não de depressão, em estudantes de medicina e enfermagem. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v.64, n.6, 2018.

SOUSA, JM., MOREIRA, CA., TELLES-CORREIA, D. Ansiedade, Depressão e Performance Acadêmica: Um Estudo em Estudantes Portugueses de Medicina Versus Estudantes de Outros Cursos. **Acta Médica Portuguesa**, v.31, n.9, p.454-462, 2018.

REGIS, JMO., et al. Sintomas de ansiedade social e insatisfação corporal em estudantes de medicina: prevalência e correlatos. **Jornal brasileiro de pesquisa**, v.67, n.2, 2018.

GRACE, MK., et al. Sintomas depressivos, Burnout e declínio do interesse da carreira médica entre estudantes pré-médicos de graduação. **International Journal of Medical Education: IJME**, v.9, p.302-308, 2018.

AKTHAR, M., FAIZE, FA., HERWIG, BK. Depressão e ansiedade entre estudantes de medicina internacionais na Alemanha. **Journal of Pakistan Medical Association**, v.69, n.2, p.230, 2019.

ROMONAVA, F., et al. Transtorno depressivo maior em estudantes de medicina mexicanos e fatores de risco associados: enfoque nas experiências atuais e passadas. **Journal of affective disorders**, n.245, p.834-840, 2019.