

Prevalência de transtornos mentais em estudantes de medicina no Brasil

Vinicius Salermo Kanuf¹; Paula Mendonça Honorato¹; Lara Marques Barreto Meneses¹; Paola Renon Rosa da Costa¹; Laura de Freitas Moreira¹; Juliane Macedo².

1. Discente do curso de Medicina do Centro Universitário UniEVANGÉLICA.

2. Docente curso de Medicina do Centro Universitário UniEVANGÉLICA.

RESUMO: A saúde mental dos estudantes de medicina sempre foi objeto de diversos estudos, em função dos fatores estressores a que são submetidos, expondo-os a risco elevado de desenvolvimento de transtornos mentais. O objetivo desse trabalho é levantar dados acerca dos possíveis prejuízos na saúde mental dos acadêmicos de medicina ao longo de sua formação, compreendendo a prevalência dos principais transtornos mentais e seus fatores associados. Foi realizada uma Revisão Integrativa da Literatura a partir das bases de dados Portal de Periódicos CAPES, SciELO e LILACS. Utilizaram-se os descritores “Estudantes de Medicina”, “Saúde Mental”, “Transtornos Mentais” e “Qualidade de Vida”, pareando-os com auxílio do booleano “AND”. A revisão contou com amostra final de 19 estudos, que trazem dados acerca dos principais transtornos mentais que acometem os estudantes de medicina. O transtorno depressivo tem alta prevalência entre os acadêmicos, com variação de 8,2% até 52,9%. A ansiedade também demonstrou-se prevalente, sendo a menor taxa de 30,8% e a maior de 66,3%. Em relação à síndrome de Burnout, sua prevalência variou de 4% a 57,5%. Por fim, estudos abordando Transtornos Mentais Comuns (TMC), obtiveram valores pouco variáveis, sendo o maior deles 58,8%. Fatores como as altas cargas horárias, o contato constante com o sofrimento alheio e o estresse associado, o sexo feminino, o sentimento de solidão, a baixa renda, a qualidade de sono ruim e a falta de atividades de lazer foram todos associados com risco de desenvolvimento desses transtornos mentais. O período de internato e a transição para o ciclo clínico apontaram maior prevalência de transtornos mentais mais severos. Assim, fica evidente que os estudantes de medicina são extremamente vulneráveis do ponto de vista emocional, o que reforça a necessidade de projetos de intervenções no intuito de preservar sua saúde e estabilidade emocional.

Palavras-chave: Saúde Mental. Estudantes de Medicina. Transtornos Mentais. Qualidade de Vida.

INTRODUÇÃO

A saúde mental dos estudantes universitários, em especial dos acadêmicos de medicina, sempre foi palco de diversos estudos, visto a natureza estressante do ambiente acadêmico que pode estar associada ao maior risco de desenvolvimento de uma série de distúrbios emocionais. (NOGUEIRA *et al.*, 2021).

Aspectos como atividades curriculares em horário integral, pressão e estresse por alto rendimento, alta cobrança por atividades complementares, alto tempo demandado de estudos, perda de oportunidades de lazer, contato intenso com doenças, sofrimento e morte no cuidado com pacientes aparentam estar relacionados com maiores prevalências de sofrimento psíquico nos estudantes de medicina. Isso afeta negativamente seu desempenho acadêmico, sua saúde física e bem-estar psicossocial, sendo extremamente danoso para qualidade de vida dos estudantes (FERREIRA *et al.*, 2016).

Em relação a essa problemática, destacam-se, nos estudantes de medicina, quatro principais transtornos mentais dignos de investigação: Depressão, Ansiedade, Síndrome de Burnout e Transtornos Mentais Comuns.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (2017), os transtornos depressivos consistem em uma síndrome duradoura ou recorrente que prejudica substancialmente a capacidade funcional do indivíduo e reduz significativamente sua qualidade de vida, afetando mais de 300 milhões de pessoas ao redor do mundo (4,4% da população mundial, aumentando para 5,8% na população brasileira). As principais manifestações incluem: tristeza, perda de interesse ou prazer, sentimento de culpa e baixa autoestima, distúrbios de sono ou apetite, sentimento de cansaço e baixa concentração.

Quevedo e Silva (2013) caracterizaram a depressão como uma doença de múltiplas origens, associada a riscos biológicos, psicológicos e sociais. Nesse sentido, a depressão foi classificada como a maior causa incapacitante em todo o mundo, sendo também a principal causa de suicídios, que atingem números próximos a 800.000 casos por ano (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2017).

Em se tratando do transtorno de ansiedade, segundo a OMS (2017), a prevalência mundial na população é de 3,6% enquanto, no Brasil, essa taxa sobe para 9,3%, caracterizando a população brasileira como aquela que possui os maiores índices de ansiedade mundiais.

Para o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (American Psychiatric Association, 2013) os transtornos de ansiedade incluem transtornos que compartilham características de medo e ansiedade excessivas, além de perturbações comportamentais relacionadas. Nesse mesmo manual, os sintomas são divididos em subjetivos, caracterizados pela percepção de sensações como angústia e inquietação, e sintomas físicos, que dizem respeito a sensações corporais como aperto no peito, palpitação, falta de ar, náusea, cólica abdominal, dentre outros.

Segundo a Classificação Internacional de Doenças (CID-11, 2018) a Síndrome de Burnout (SB ou Síndrome do esgotamento profissional) é um distúrbio emocional resultante do estresse crônico no

local de trabalho que não foi gerenciado com sucesso. A SB é caracterizada como uma síndrome ocupacional, que pode acarretar sentimentos de exaustão extrema, aumento do distanciamento mental, sentimentos de negativismo ou cinismo do próprio trabalho e também uma redução da eficácia profissional.

Os transtornos mentais comuns (TMC) são caracterizados por sintomas não psicóticos, como a dificuldade de concentração e decisões, irritabilidade, fadiga, sonolência, insônia, esquecimento e queixas somáticas, incluindo tremores, cefaleia e má digestão. Esses transtornos são bastante relevantes para a qualidade de vida e relações interpessoais, sendo uma potencial causa para o desenvolvimento de doenças mentais, como a ansiedade e depressão. (FERREIRA *et al.*, 2016)

Em estudos brasileiros, a prevalência de TMC na população varia entre 17% e 35%, sendo que alguns grupos sociodemográficos são mais acometidos que outros, com destaque na diferença de gênero, acometendo predominantemente mulheres (PARREIRA *et al.*, 2017).

Nesse sentido, a partir do conhecimento dos transtornos mentais referidos, assim como a compreensão da posição de vulnerabilidade vivenciada pelos estudantes de medicina no que tange à saúde mental, fica clara a importância da investigação e estudo aprofundado desses transtornos. Por isso, a pergunta norteadora da pesquisa foi: existem prejuízos na saúde mental dos acadêmicos de medicina ao longo de sua formação?

Sendo assim, o objetivo desse trabalho é levantar dados acerca dos prejuízos na saúde mental dos acadêmicos de medicina, compreendendo a prevalência dos principais transtornos mentais e seus fatores associados.

METODOLOGIA

O presente estudo trata de uma revisão de literatura do tipo integrativa. Para elaborar a revisão foi realizado: identificação do tema, seleção da pergunta norteadora e objetivos, busca nas bases de dados eletrônicas, de acordo com critérios de inclusão e exclusão, seleção dos artigos revisados e avaliação e discussão dos resultados obtidos.

Para responder à questão levantada, foram realizadas pesquisas em três bases de dados eletrônicas: Portal de Periódicos CAPES, SciELO (Scientific Electronic Library Online) e LILACS (Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde). A coleta de dados ocorreu no período de março de 2016, com uso dos seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Saúde Mental”; “Estudantes de Medicina”; “Transtornos Mentais”; e “Qualidade de Vida”. Os descritores foram agrupados dois a dois com o auxílio do booleano “AND”.

Ainda em relação aos critérios de pesquisa, foram selecionados artigos em língua portuguesa, datados dos últimos 5 anos e com recorte espacial para pesquisas realizadas no Brasil. Foram encontrados ao todo 342 artigos. A princípio foi feita a leitura do título para avaliação dos artigos, sendo excluídos aqueles cuja temática não abordava a questão da saúde mental em estudantes de medicina. Após esse recorte, foram obtidos um total de 29 artigos. Um dos artigos foi excluído por repetição, totalizando 28 artigos.

Fez-se então a leitura mais atenta dos 28 artigos. O critério de inclusão utilizado foi a adequação dos artigos com os objetivos específicos preconizados pelo trabalho. Nesse sentido, os artigos que não abordavam a prevalência de transtornos mentais nos estudantes de medicina ou os fatores associados a esses transtornos foram excluídos. Assim, após esse crivo restaram 19 artigos que foram utilizados para a realização da revisão.

RESULTADOS

Os 19 estudos revisados trazem dados acerca dos principais transtornos mentais que acometem os estudantes de medicina brasileiros. Nos artigos, foram observados quatro transtornos mentais principais que estão presentes na realidade do ensino médico no Brasil, são eles: Depressão, Ansiedade, Síndrome de Burnout e Transtornos Mentais Comuns.

Desses artigos, 9 abordam como temática a Depressão. Foi observado como consenso na literatura a alta prevalência de transtorno depressivo nos estudantes de medicina, com variação significativa que foi de 8,2% até 52,9%. No entanto, em sua maioria foram observados valores de prevalência entre 20% a 40%.

Souza *et al.* (2020) e Medeiros *et al.* (2018) apresentaram valores semelhantes de 19,7% e 23,6%, respectivamente. Costa *et al.* (2020), Moutinho *et al.* (2017), Sacramento *et al.* (2021) e Cybulski e Mansani (2017) obtiveram prevalências do transtorno depressivo de 28%, 34,6%, 36% e 44,28% respectivamente.

Os menores valores foram encontrados por Ribeiro *et al.* (2020), que identificaram prevalência de 8,2% de depressão. Enquanto isso, os maiores valores foram observados por Guedes *et al.* (2019), que entre casos leves, moderados e graves somaram 52,9% de prevalência.

Em relação aos fatores relacionados com o desenvolvimento de depressão, o sexo feminino demonstrou-se de maior risco para o desenvolvimento do transtorno (GUEDES *et al.*, 2019; SACRAMENTO *et al.*, 2021; SOUZA *et al.*, 2020; MOUTINHO *et al.*, 2017; MEDEIROS *et al.*, 2018).

Estudantes que realizaram o ensino médio em escola pública e estudantes bolsistas também apresentaram maior tendência para o desenvolvimento de depressão (COSTA *et al.*, 2020; GUEDES *et al.*, 2019). Nesse mesmo sentido, Souza *et al.* (2020) encontraram que estudantes que eram os principais provedores familiares apresentaram maior risco de transtorno depressivo.

Observando alguns fatores subjetivos, Ribeiro *et al.* (2020) e Souza *et al.* (2020) identificaram que o sentimento de solidão esteve fortemente relacionado com o desenvolvimento de depressão. A falta de satisfação com o curso e o desempenho acadêmico também estiveram relacionados com maior prevalência do transtorno depressivo (SOUZA *et al.*, 2020; GUEDES *et al.*, 2019; CYBULSKI; MANSANI, 2017).

Outro fator que esteve fortemente relacionado com o desenvolvimento de depressão foi a qualidade e quantidade de sono. Estudantes que possuíam pior qualidade de sono e dormiam menos horas por dia estiveram mais propensos ao desenvolvimento do transtorno (COSTA *et al.*, 2020; MEDEIROS *et al.*, 2018).

Em relação ao sofrimento psíquico pregresso, Souza *et al.* (2020) indicaram que o histórico anterior de transtorno depressivo não foi significativo para o desenvolvimento de depressão, enquanto o histórico familiar positivo esteve associado a maior risco. No entanto, Ribeiro *et al.* (2020) encontraram que o histórico de acompanhamento psiquiátrico ou psicológico esteve relacionado com o maior risco para o transtorno.

No que se refere aos anos de curso, observou-se que a prevalência do transtorno depressivo aumentou significativamente com o passar dos anos. Souza *et al.* (2020) e Cybulski e Mansani (2017) identificaram maior prevalência do transtorno durante o internato, nos 5º e 6º anos respectivamente. Souza *et al.* (2020) relataram ainda um aumento relevante durante a transição do ciclo básico para o clínico, o que equivale à passagem para o 3º ano.

Cybulski e Mansani (2017) encontraram também que a baixa frequência das atividades de lazer e o estresse foram fatores de risco para transtornos depressivos. No entanto, os resultados de Souza *et al.* (2020) não consideraram o lazer como um fator significativamente associado com depressão.

Por fim, Lucchetti *et al.* (2017) ao comparar estudantes de medicina dos Estados Unidos e do Brasil, encontraram que os estudantes brasileiros são mais propensos ao desenvolvimento de sintomas depressivos e níveis mais elevados de estresse.

Em relação à ansiedade, ela é mencionada em 5 dos 19 artigos e muitas vezes aparece associada a outros transtornos mentais. Os artigos reconhecem que a prevalência dessa patologia é relativamente alta, com a maior taxa sendo aquela encontrada por Costa *et al.* (2020) de 66,3% e a menor taxa encontrada por Sacramento *et al.* (2021) de 30,8%.

No estudo de Nogueira *et al.* (2021) a prevalência encontrada foi de 47,1%, enquanto Ribeiro *et al.* (2020) e Moutinho *et al.* (2017) foram os estudos cujos resultados mais se aproximaram, com 41,4% e 37,2% respectivamente. Ainda sobre as taxas de ansiedade, aqueles estudos que dividiram o transtorno em graus (ansiedade leve, moderada e severa) tiveram certa variação em relação aos resultados da ansiedade tipo moderada que ficou na faixa dos 8,5% de prevalência para Sacramento *et al.* (2021) e 15% para Nogueira *et al.* (2021).

Costa *et al.* (2020) destacam que, para sintomatologia ansiosa mais elevada, os fatores associados dizem respeito a sexo feminino, acompanhamento psicológico prévio, número reduzido de horas de sono e estar nos primeiros dois ciclos do curso. Nogueira *et al.* (2021) corroboram com a ideia da influência das horas de sono na prevalência da ansiedade ao dizer que insônia e uso de substâncias que alteram o sono estão relacionados à manifestação da ansiedade. Todos esses estudos, juntamente ao de Sacramento *et al.* (2021), pontuam a prevalência maior dessa patologia em mulheres. Por outro lado, o estudo de Ribeiro *et al.* (2020) destaca que os fatores associados à ansiedade são o fato do estudante “se sentir sozinho” e “se sentir moralmente lesado na universidade”.

De todos os estudos, três deles fizeram ressalvas em relação à associação da prevalência de ansiedade com o ano cursado; para Costa *et al.* (2020), a ansiedade em seu grau mínimo predomina do nono ao décimo segundo período e a mais severa nos períodos do quinto ao oitavo; já no estudo de Moutinho *et al.* (2017) o período de maior ansiedade é o primeiro; por fim, Sacramento *et al.* (2021) conclui que não há diferenças estatisticamente relevantes entre os ciclos básico, clínico e internato.

O estresse psicológico, apesar de não consistir em um transtorno mental propriamente dito, foi abordado em 6 dos 19 artigos. Esses sintomas, no entanto, segundo Moutinho *et al.* (2017) estão comumente associados com diversos transtornos, em especial ansiedade e depressão. Silva *et al.* (2020) e Costa *et al.* (2020) encontraram prevalência de estresse em estudantes de medicina de 64,1% e 66,3%, respectivamente. Silva *et al.* (2020) apontou ainda, que ele é principalmente desencadeado por falta de sono, sentimento de cansaço, irritação e tensão constante.

Das 19 revisões analisadas, apenas 3 delas abordaram sobre a Síndrome de Burnout (SB) entre os estudantes de medicina. A prevalência da síndrome nos estudos demonstrou uma variação de 4% a

57,5%. Desses resultados, Rodrigues *et al.* (2020) afirmam que 50% dos estudantes entrevistados apresentaram um risco mediano de desenvolvimento de Burnout e desses, 4% foram diagnosticados com o transtorno, enquanto Fontana *et al.* (2020) relatam uma prevalência de 57,5% entre os entrevistados.

Segundo Rodrigues *et al.* (2020) alguns fatores como idade, frequentar os últimos anos de curso, trabalho remunerado e morar sozinho foram contribuintes essenciais para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout no gênero masculino. Em contrapartida, Fontana *et al.* (2020) e Farias *et al.* (2019) não encontraram relações significativas entre a presença da SB e sexo, faixa etária, suporte social de familiares, parceiros ou outros estudantes de medicina, renda familiar, bolsa de estudo e atividades extracurriculares, exceto daqueles que prestavam serviços comunitários. Além disso, Farias *et al.* (2019) apontam que 54,5% dos acadêmicos entrevistados e que foram diagnosticados com SB, afirmaram realizar atividade física pelo menos uma vez na semana.

Farias *et al.* (2019) descrevem que o diagnóstico da SB foi predominante entre os estudantes do 6º e 8º períodos, enquanto Fontana *et al.* (2020) realizaram seu estudo apenas com estudantes que já estavam no internato, não apontando diferenças entre o 5º e 6º anos. O autor indica, no entanto, que os alunos ao final do curso estão mais suscetíveis ao desenvolvimento da síndrome em função do maior contato com sofrimento do paciente e morte, aumento das responsabilidades, falta de sono crescente e condições inadequadas de prover cuidado. Essa ideia é corroborada por Rodrigues *et al.* (2020) que reconheceram os últimos anos do curso de medicina como um potente contribuinte para o desenvolvimento da SB.

Finalmente, em relação aos Transtornos Mentais Comuns (TMC), 5 dos 19 artigos abordam essa temática entre os estudantes de medicina. A sua prevalência não variou muito na maioria dos artigos, sendo que o maior valor foi de 58,8%, encontrado por Aragão *et al.* (2017).

Em relação aos demais artigos, Silva *et al.* (2020) encontraram uma porcentagem de 41,5% e Grether *et al.* (2020) de 50,9%. Medeiros *et al.* (2018) obtiveram uma prevalência de 30,6% nos homens e 53,8% nas mulheres, indicando uma clara relação com o sexo.

Na pesquisa feita por Ferreira *et al.* (2016), eles observaram que os TMC variam durante o semestre, relatando uma taxa de 35,8% no início e 51,5% no final. Os autores destacam ainda, como fatores significativamente associados ao transtorno, a qualidade de sono ruim, atividades extracurriculares, não realização de atividades físicas regulares e doença atual (FERREIRA *et al.*, 2016; GRETHER *et al.*, 2020).

Grether *et al.* (2020) também associaram a cobrança pessoal, social, e de familiares; o transtorno de ansiedade generalizada; o uso de medicamentos; serem competitivos; falta de apoio emocional;

dificuldade para fazer amigos e sentir-se rejeitado pelos mesmos com o maior risco de desenvolvimento de TMC.

Por fim, o estudo de Aragão *et al.* (2017) foi o único que fez uma relação entre a prevalência dos transtornos ao longo do curso, destacando menores valores nos dois primeiros anos, maior valor no terceiro ano, havendo uma leve diminuição nos anos seguintes.

DISCUSSÃO

Nos artigos revisados, a depressão apresentou alta prevalência nos estudantes de medicina, com valores médios de 20 a 40%. Esses resultados elevados são semelhantes a outros valores encontrados na literatura. Vasconcelos *et al.* (2015) encontraram prevalência de 24,9% de transtorno depressivo em estudantes de medicina, valores bem semelhantes aos de Leão *et al.* (2018) e Rollemberg *et al.* (2018) com prevalências de 25,9% e 24,47%, respectivamente. Essas proporções são reforçadas pelo estudo de Pacheco *et al.* (2017) que, em uma revisão sistemática e metanálise sobre saúde mental dos estudantes de medicina brasileiros com 25 estudos, encontrou prevalência de 30,6% do transtorno depressivo.

Em relação aos fatores associados com o surgimento de depressão, o sexo feminino esteve altamente relacionado com o desenvolvimento do transtorno. Esse fato foi observado também por Tabalipa *et al.* (2015) e Vasconcelos *et al.* (2015). Essa prevalência elevada na população feminina está associada com a cobrança social por múltiplos papéis, as jornadas duplas, o machismo estrutural e aspectos hormonais (WAHED *et al.*, 2017). A testosterona, mais presente no sexo masculino, pode ter benefícios protetores contra ansiedade e depressão (MCHENRY *et al.*, 2014), enquanto o estrogênio está relacionado com o desenvolvimento neural em área cerebrais ligadas a emoção (LI e SHEN, 2005).

Os estudantes de baixa renda foram identificados como mais propensos a desenvolver a sintomatologia depressiva, isso também foi relatado por Vallilo *et al.* (2011). Quanto à qualidade de sono, em consonância com os resultados observados nos artigos revisados, Coelho *et al.* (2010) afirmam que quanto maior o prejuízo no sono, mais altos são os níveis de depressão.

No que diz respeito aos aspectos subjetivos de avaliação, Barroso, Oliveira e Andrade (2019) também relatam a estreita relação entre o sentimento de solidão e o desenvolvimento de quadros clínicos de depressão. Em relação à falta de satisfação com o desempenho acadêmico, Costa *et al.* (2012) encontraram também correlação significativa com maior probabilidade de desenvolver depressão. Vale ressaltar que essa falta de satisfação nem sempre reflete um desempenho escolar ruim, segundo Millan e Arruda (2008), os alunos com melhor desempenho tendem a ser os mais exigentes, sofrer mais com as pressões impostas e, portanto, estarem mais propensos a desenvolver depressão.

Em relação às atividades de lazer, diversos outros autores da literatura estabelecem sua relação com o menor risco de desenvolvimento de depressão. Segundo Benevides-Pereira e Gonçalves (2009), a atividade física é diretamente proporcional à redução dos sintomas depressivos. Nesse mesmo sentido, De Paula *et al.* (2014) relatam que estudantes de medicina que raramente se envolviam com atividades de lazer estavam mais vulneráveis aos sintomas da depressão.

Quanto ao estresse, diversos estudos na literatura reforçam a sua estreita relação com o risco de desenvolvimento de transtornos depressivos (DYRBYE; THOMAS; SHANAFELT, 2006).

Em última instância, quanto a relação dos anos de curso e o desenvolvimento de transtorno depressivo, são observados diversos estudos na literatura que reforçam que o período de internato é aquele de maior risco para o desenvolvimento de depressão (AMARAL *et al.*, 2008; COSTA *et al.*, 2012).

Considerando-se o transtorno de ansiedade, é preocupante que, apesar das diferenças regionais e culturais dos locais onde foram feitas as pesquisas e das distinções nos tipos de estudo, questionários aplicados e formas de coleta de dados, todos os estudos tenham demonstrado prevalências altas entre os estudantes de medicina, especialmente quando se comparadas com a prevalência dessa sintomatologia na população em geral (SACRAMENTO *et al.*, 2021).

Além disso, existem motivos que levam esses discentes do curso médico a não procurarem apoio psicológico, dentre eles estão a alta carga horária exigida pelo curso, o tempo reduzido para a realização de outras atividades, a sensação de que deveriam estar estudando ao invés de procurar atendimento e o estigma existente quanto à procura de ajuda e tratamento para doenças mentais (NOGUEIRA *et al.*, 2021).

Quando abordados os fatores associados, os estudos de Costa *et al.* (2020) e Nogueira *et al.* (2021) apresentaram justificativas coincidentes em relação ao fator sexo. Além das alterações hormonais características do sexo feminino em relação ao masculino, as mulheres apresentam maiores níveis de sintomatologia ansiosa devido a cobrança social dos múltiplos papéis a serem desempenhados por ela, em concomitância da necessidade de reafirmarem sua competência em espaços liderados por homens. Ambos os estudos destacam também que as mulheres são consideradas mais conscientes dos seus sentimentos sendo capazes de melhor relatá-los nos questionários aplicados.

Sobre esse mesmo fator associado, o estudo de Sacramento *et al.* (2021) coloca ainda que essa é uma consequência direta da violência de gênero, desvantagem socioeconômica, diferença salarial e da demanda de cuidar de outros indivíduos sofridas pelas mulheres. Embora esteja acontecendo um processo de feminização da medicina, de acordo com as pesquisas de Scheffer e Cassenote (2013), em

estudos como o de Ávila (2014), as mulheres continuam sofrendo impacto negativo significativo devido a discriminação de gênero e estereótipos sexistas dentro das escolas médicas.

Outro fator associado à prevalência de ansiedade na população de estudantes de medicina é a quantidade de horas de sono. O estudo de Costa *et al.* (2020) afirma que alterações de sono caracterizam tanto o transtorno ansioso quanto o depressivo e que maus hábitos de sono têm uma relação importante com as queixas de saúde mental.

Nogueira *et al.* (2021) sustenta essa mesma colocação ao reafirmar a relação existente entre a qualidade do sono e o estado emocional da pessoa, destacando ainda os prejuízos físicos, cognitivos e emocionais, além do desequilíbrio do sistema imunológico advindos da insônia provocada pela ansiedade. Esse estudo coloca também o impacto de substâncias estimulantes naturais e ativadoras do sistema nervoso central, que apesar de fornecerem mais energia e aumentarem a concentração do estudante, também podem acarretar agitação, ansiedade, angústia, estresse e delírio quando usadas em altas doses.

Os estudos de Leite *et al.* (2020) e Silva *et al.* (2018) também pontuam a importante conexão entre a presença da sintomatologia ansiosa e o sono em acadêmicos. Ademais, Almondes e Araújo (2003) em seu estudo corroboram com a correlação entre o ciclo sono-vigília e a ansiedade.

Já no estudo de Ribeiro *et al.* (2020) o importante fator associado foi o sentimento de solidão vivenciado pelos estudantes de medicina, mas pontuou que tal sentimento pode ser tanto um fator de risco como uma consequência dos transtornos mentais, sendo que a insatisfação com as relações familiares e de amizade são extremamente relevantes nessa situação. Venturini e Goulart (2016) colocaram a vulnerabilidade e exclusão como parte de um ciclo de marginalização que reforça os problemas psicossociais e fortalecem a doença, de forma que a solidão vivenciada nas relações e o transtorno mental se reforçam de forma mútua.

Sobre a relação do transtorno de ansiedade com o ano cursado, o estudo de Moutinho *et al.* (2017) alega que os estudantes do primeiro semestre estão sujeitos a atividades com um alto nível de ansiedade desde o processo seletivo, uma vez que as faculdades de medicina são competitivas e possuem altos pontos de corte. Os autores também observam níveis mais elevados nos primeiros períodos do curso, possivelmente devido à experiência do desconhecido e das expectativas de encaminhar-se nesse novo caminho, cujos métodos de ensino são diferentes dos que o estudante havia experimentado anteriormente. Contrariamente, o estudo de Costa *et al.* (2020) atesta que os veteranos apresentam maiores prevalências do que os alunos do primeiro e segundo anos, devido ao início das fases práticas no hospital que colocam o estudante em contato com as demandas reais da carreira escolhida. Essa mudança de estilo, bem como o contato com pacientes graves e as tensões relacionadas ao mercado de trabalho que

incluem disputas por estágios e atividades extracurriculares são importantes para que essas taxas estejam mais elevadas. Por fim, o estudo de Sacramento *et al.* (2021) considera que a correlação entre os semestres do curso e a presença de uma sintomatologia ansiosa não obteve significância estatística.

Em relação à Síndrome de Burnout, os artigos analisados demonstram uma prevalência que varia de 4% a 57,5%. Rodrigues *et al.* (2020) foram o responsável pelo menor valor encontrado, enquanto Fontana *et al.* (2020) pelo maior valor. Outros estudos encontrados na literatura demonstram resultados semelhantes, sendo que Costa *et al.* (2012), Chagas *et al.* (2016) e Cazolari *et al.* (2020) obtiveram, respectivamente, prevalência de 10,3%, 11,4% e 14,7%. Dyrbye *et al.* (2006) encontraram, por sua vez, um valor mais semelhante ao de Fontana *et al.* (2020), relatando 45% de prevalência de SB.

Quanto aos fatores contribuintes para a Síndrome de Burnout, Rodrigues *et al.* (2020) e Chagas *et al.* (2016), em seus estudos, afirmam que a idade, frequentar os últimos anos de curso, ter um trabalho remunerado, morar sozinho, sexo, suporte social de familiares, parceiros ou estudantes de medicina, bolsa de estudos e atividades extracurriculares foram contribuintes essenciais para o desenvolvimento da síndrome. Nesse sentido, Junior *et al.* (2016) e Carlotto e Câmara (2008) constataram que quanto menor a idade do estudante, maiores são os níveis de exaustão emocional e despersonalização, fatores relacionados à Síndrome de Burnout.

Em relação a realização de atividades físicas, Farias *et al.* (2019) apontou que 54,5% dos acadêmicos entrevistados e que foram diagnosticados com SB afirmaram realizar atividade física pelo menos uma vez na semana. No entanto, Barros *et al.* (2008), Cecil *et al.* (2014) e Maia *et al.* (2012) relataram uma associação positiva entre um estilo de vida saudável, com prática de atividades físicas, e menores níveis de Burnout.

Em relação ao sexo, Costa *et al.* (2012) encontraram uma maior prevalência da síndrome entre o sexo masculino. Em oposição a ele, Loureiro *et al.* (2008), Rodrigues *et al.* (2020), e Cazolari *et al.* (2020) afirmaram que as mulheres apresentam um maior nível de estresse acadêmico, uma maior tendência à exaustão emocional e conseqüentemente possui uma maior prevalência da SB quando comparadas aos homens. Trigo, Teng e Hallak (2007) demonstraram que as mulheres apresentam um percentual maior de exaustão emocional, enquanto os homens de despersonalização. Esse achado reforça uma metanálise, feita por Purvanova *et al.* (2010), que avalia a diferença entre os gêneros na SB e conclui que ambos os gêneros sofrem dessa síndrome, porém apresentam alterações em dimensões diferentes.

No que se refere à predominância no período do curso, Cazolari *et al.* (2020) afirmaram que os estudantes dos primeiros anos são menos expostos a carga estressora e a outros fatores quando comparados aos discentes mais avançados. Além disso, Farias *et al.* (2019) e Fontana *et al.* (2020) em seus

estudos descreveram uma maior prevalência de SB entre os estudantes do internato, não havendo diferença entre o quinto e sexto ano. Nesse mesmo sentido, Rodrigues *et al.* (2020), Cazolari *et al.* (2020) e Mota *et al.* (2017), afirmaram que os alunos ao final do curso estão mais suscetíveis ao desenvolvimento da SB pelo fato de apresentarem maior contato com sofrimento do paciente, mortes, aumento das responsabilidades e falta de sono, o que acarreta maior nível de estresse e conseqüentemente maior nível de SB entre os estudantes. Por fim, Chazan *et al.* (2015) constataram que a qualidade de vida dos estudantes piora ao longo da graduação, corroborando assim as ideias de todos os estudos citados acima.

Em relação aos transtornos mentais comuns (TMC), sua prevalência teve como valores médios de 35,8% a 58,8%. Esses resultados mostram-se semelhantes aos estudos conduzidos por Lima *et al.* (2006) e Fiorotti *et al.* (2010), que de acordo com suas pesquisas, encontraram respectivamente valores de 44,6% e 37,1% de prevalência entre os estudantes de medicina.

Com relação à análise de sexo, o artigo conduzido por Medeiros *et al.* (2018), apresentou piores resultados na saúde mental de mulheres, com valores de 53,8% de prevalência, bastante superiores aos masculinos (35,8%). Lima, Domingues e Cerqueira (2006) também observaram piores escores no sexo feminino, trazendo uma prevalência de 47,6%. Ademais, Jansen *et al.* (2011) relataram que a prevalência em mulheres é de duas a três vezes maior do que em homens.

Tratando-se dos fatores contribuintes para os TMC, Grether *et al.* (2020) e Ferreira *et al.* (2016), associaram a qualidade de sono ruim e a carga horária extensa. O artigo de Fiorotti *et al.* (2010), aborda que 62% dos alunos relatam uma carga horária curricular muito extensa, isso, associado a uma quebra de expectativas ao entrar na faculdade e se deparar com uma mudança no cotidiano, dificuldade de administração do tempo e alta carga de estudos é preponderante para o desenvolvimento de TMC. Em adição, o artigo também traz que 15,7% dos alunos apresentam dificuldade para dormir, o que de acordo com a literatura é um dos fatores de maior risco de ocorrência para TMC.

A falta de apoio emocional, dificuldade para fazer amigos e sentir-se rejeitado, também foram fatores associados por Grether *et al.* (2020) a uma maior propensão de desenvolvimento dos sintomas. Aliado a isso, Fiorotti *et al.* (2010) encontraram a mesma relação com os três fatores citados acima demonstrando porcentagens de 64%, 53,6% e 62,5% respectivamente, e mostrando sua alta relação com os TMC.

Por fim, em relação à prevalência dos transtornos ao longo dos anos, Aragão *et al.* (2017) destacaram o maior valor no terceiro ano (momento de transição do ciclo básico para o ciclo clínico), no entanto, quando observados diversos estudos foram encontrados vários valores divergentes. Nesse sen-

tido, Rocha e Sassi (2013) encontraram resultados semelhantes, com maior frequência 3º ano, especialmente o quinto período, enquanto Meyer *et al.* (2012) observaram maiores valores no último ano, especialmente no décimo segundo período.

CONCLUSÃO

A partir da análise dessa revisão de literatura fica evidente que os discentes de medicina possuem prejuízos na saúde mental ao longo de sua formação acadêmica, sendo que o transtorno depressivo, o transtorno de ansiedade, a Síndrome de Burnout e os transtornos mentais comuns todos apresentaram altíssimas taxas de prevalência quando comparadas com os valores da população em geral.

Diversos fatores estiveram associados com o desenvolvimento desses transtornos mentais. Nesse sentido, questões inerentes ao próprio curso e profissão médica, como as altas cargas horárias, o contato constante com o sofrimento alheio e o estresse associado, assim como questões de ordem biopsicossocial, como o sexo feminino, baixa renda, qualidade de sono ruim, sentimento de solidão e pequena frequência de atividades de lazer estiveram fortemente relacionados ao desenvolvimento dos transtornos. Já quanto a distribuição dos transtornos de acordo com os períodos do curso, dois momentos específicos se destacaram: o período de internato (5º e 6º anos) e a transição para o ciclo clínico (3º ano). No entanto, especificamente para a ansiedade, foram observados valores elevados também no primeiro ano de curso, em função dos processos seletivos muito concorridos e a expectativa quanto ao desconhecido.

Sendo assim, é evidente a situação de vulnerabilidade na qual se encontra a saúde mental dos estudantes de medicina. Isso demonstra a importância de abordar o tema nas faculdades médicas, a fim de se pensar em projetos de intervenção, voltados para a prevenção e promoção de saúde mental, que consigam efetivamente atenuar as pressões acadêmicas que deturpam a estabilidade emocional dos estudantes, de modo a formar profissionais completos do ponto de vista técnico e emocional.

REFERÊNCIAS

ALMONDES, K.M.; ARAUJO, J.F. Padrão do ciclo sono-vigília e sua relação com a ansiedade em estudantes universitários. **Estud. psicol. (Natal)**, v. 8, n. 1, p. 37-43, 2003.

AMARAL G.F., *et al.* Sintomas depressivos em acadêmicos de medicina da Universidade Federal de Goiás: um estudo de prevalência. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 30, n. 2, p. 124-130, 2008.

ARAGÃO, J., *et al.* Saúde Mental em Estudantes de Medicina. **REVISTA DE ESTUDIOS E INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN**. Vol. Extr., n. 14, 2017.

Associação Americana de Psiquiatria-APA. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais – DSM-5**. 5ªed. Porto Alegre: Artmed; 2014.

AVILA, R.C. Formação das mulheres nas escolas de medicina. **Rev. bras. educ. med.**, v. 38, n. 1, p. 142-149, 2014.

BARROS D.S., *et al.* Médicos plantonistas de unidade de terapia intensiva: perfil sócio-demográfico, condições de trabalho e fatores associados à síndrome de burnout. **Rev Bras Ter Intensiva**, v. 20, n. 3, pag. 235-240, 2008.

BARROSO, S.M.; OLIVEIRA, N.R.; ANDRADE, V.S. Solidão e Depressão: Relações com Características Pessoais e Hábitos de Vida em Universitários. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 35, 2019.

BENEVIDES-PEREIRA, A.M.T.; GONÇALVES, M.B. Transtornos emocionais e a formação em Medicina: um estudo longitudinal. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 33, n. 1, p. 10-23, 2009.

CARLOTTO, M.S.; CÂMARA, S.G. Preditores da Síndrome de Burnout em universitários. **Pensamiento Psicológico**, v. 4, n. 10, p. 101-109, 2008.

CAZOLARI P.G., *et al.* Níveis de Burnout e Bem-Estar de Estudantes de Medicina: um Estudo Transversal. **Rev. Bras. Educ. med.**, v. 44, n. 4, 2020.

CECIL J., *et al.* Behaviour and burnout in medical students. **Med Educ Online**, v. 19, n. 1, 2014.

CHAGAS M.K.S., *et al.* Síndrome de Burnout em acadêmicos de medicina. **Rev Med Saúde**, v. 5, n. 2, p. 234-245, 2016.

CHAZAN, A.C.; CAMPOS, M.R.; PORTUGAL, F.B. Qualidade de vida de estudantes de Medicina da Uerj por meio do Whoqol-Bref: uma abordagem multivariada. **Ciênc Saúde Colet**, v. 20, n. 2, pag. 547-556, 2015.

Classificação Internacional de Doenças – **Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde**, 11ª edição. Organização Mundial da Saúde, 2018.

COELHO A.T., *et al.* Qualidade de Sono, Depressão e Ansiedade em Universitários dos Últimos Semestres de Cursos da Área da Saúde. **Revista Neurobiologia**, v. 73, n. 1, p. 35-39, 2010.

COSTA D. S., *et al.* Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento. **Rev. bras. educ. med.**, v. 44, n. 1, 2020.

COSTA E.F.O., *et al.* Burnout Syndrome and associated factors among medical students: a cross-sectional study. **Clinics**, v. 67, n. 6, p. 573-579, 2012.

_____. Sintomas depressivos entre internos de medicina em uma universidade pública brasileira. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 58, n. 1, p. 53-59, 2012.

CYBULSKI, C.A.; MANSANI, F.P. Análise da Depressão, dos Fatores de Risco para Sintomas Depressivos e do Uso de Antidepressivos entre Acadêmicos do Curso de Medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 41, n. 1, p. 92-101, 2017.

DE PAULA J.A., *et al.* Prevalência e fatores associados à depressão em estudantes de medicina. **Journal of Human Growth and Development**, v. 24, n. 4, p. 274-281, 2006.

DYRBYE, L.N.; THOMAS M.R.; SHANAFELT, T.D. Systematic Review of Depression, Anxiety, and Other Indicators of Psychological Distress Among U.S. and Canadian Medical Students. **Academic Medicine**, v. 81, n. 4, p. 354-374, 2006.

FARIAS, I.O. et al. Prevalência da Síndrome de Burnout entre Acadêmicos de Medicina da Universidade de Vassouras – RJ. **Revista De Saúde**, v. 10, n. 1, pag. 02-08, 2019.

FERREIRA C.M.G., et al. Prevalência de Transtornos Mentais Comuns e Fatores Associados em Estudantes de Medicina: um Estudo Comparativo. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 40, n. 2, p. 268-277, 2016.

FIOROTTI K.P., et al. Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 59, n. 1, p. 17-23, 2010.

FONTANA M.C.P., et al. Burnout syndrome, extracurricular activities and social support among Brazilian internship medical students: a cross sectional analysis. **BMC Medical Education**, v. 20, n. 1, 2020.

GREYER, E.O. et al. Prevalência de Transtornos Mentais Comuns entre Estudantes de Medicina da Universidade Regional de Blumenau (SC). **Rev. bras. educ. med.**, v. 43, n. 1, p. 276-285, 2019.

GUEDES, A. F. et al. Prevalência e correlatos da depressão com características de saúde e demográficas de universitários de medicina. **Arquivos de Ciências da Saúde**, v. 26, n. 1, p. 47-50, 2019.

JANSEN, K. et al. Transtornos mentais comuns e qualidade de vida em jovens: uma amostra populacional de Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, v. 27, n. 3, p. 440-448, 2011.

LEAO, A.M. et al. Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 42, n. 4, p. 55-65, 2018.

LEITE, B.R. et al. Associação entre qualidade do sono e ansiedade em acadêmicos de medicina. **Braz. J. Hea. Rev.**, v. 3, n. 3, p. 6528-6543, 2020.

LIMA, M.C.P.; DOMINGUES, M. S.; CERQUEIRA, A. T. A. R. Prevalência e fatores de risco para transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina, **Rev. Saúde Pública**, v. 40, n. 6, p. 1035-1041, 2006.

LI, R.; SHEN, Y. Estrogen and brain: synthesis, function and diseases. **Frontiers in Bioscience**, v. 10, p. 257-267, 2005.

LOUREIRO E., et al. A relação entre o stress e os estilos de vida nos estudantes de Medicina da Faculdade de Medicina do Porto. **Acta Med Port.** v. 21, n. 3, p. 209-214, 2008.

LUCCHETTI, G., et al. Cross-cultural Differences in Mental Health, Quality of Life, Empathy, and Burnout between US and Brazilian Medical Students. **Acad Psychiatry**, v. 42, pag. 62-67, 2018.

MAIA D.A.C., et al. Síndrome de Burnout em Estudantes de Medicina: Relação com a Prática de Atividade Física. **Cade ESP [on line]**, v.6, n. 2, p. 50-59, 2012.

MCHENRY J., et al. Sex differences in anxiety and depression: role of testosterone. **Front Neuroendocrinol**, v. 35, n. 1, p. 42-57, 2014.

MEDEIROS, M.R.B. et al. Saúde Mental de Ingressantes no Curso Médico: uma Abordagem segundo o Sexo. **Rev. bras. educ. med.**, v. 42, n. 3, p. 214-221, 2018.

- MEYER, C. *et al.* Qualidade de vida e estresse ocupacional em estudantes de medicina. **Rev. Bras. Educ. Med.**, v. 36, n. 4, p. 489-498, 2012.
- MILLAN, L.R.; ARRUDA, P.C.V. Assistência psicológica ao estudante de medicina: 21 anos de experiência. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 54, n. 1, p. 90-94, 2008.
- MOTA I.D., *et al.* Síndrome de burnout em estudantes universitários: um olhar sobre as investigações. **Motrivivência**, v. 29, pag. 243-256, 2017.
- MOUTINHO I. L. D., *et al.* Depression, stress and anxiety in medical students: A cross-sectional comparison between students from different semesters. **Rev. Assoc. Med. Bras.**, v. 63, n. 1, p. 21-28, 2017.
- NOGUEIRA E.G., *et al.* Avaliação dos níveis de ansiedade e seus fatores associados em estudantes internos de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, n. 1, 2021.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates. Genebra, 2017.
- PACHECO, J.P. *et al.* Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. **Brasil Journal of Psychiatry**, v. 39, n.4, p. 369-378, 2017.
- PARREIRA, B. D. M. *et al.* Transtorno mental comum e fatores associados: estudo com mulheres de uma área rural. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 51, 2017.
- PURVANOVA, R.K.; MUROS J.P. Gender differences in burnout: a meta-analysis. **Journal Vocational Behavior**, v. 77, n. 2, pag. 168-185, 2010.
- QUEVEDO, J.; SILVA, A.G. **Depressão: Teoria e Clínica**. 2.ed. Porto Alegre, Associação Brasileira de Psiquiatria, 2013.
- RIBEIRO, C.F. *et al.* Prevalence of and Factors Associated with Depression and Anxiety in Brazilian Medical Students. **Rev. bras. educ. med.**, v. 44, n. 1, 2020.
- RODRIGUES C.S., *et al.* Avaliação da Prevalência da Síndrome de Burnout em Estudantes de Medicina. **Rev. bras. educ. med.**, v. 44, n. 4, 2020.
- ROLLEMBERG, G.S.M. **Avaliação da presença de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de Medicina da Universidade Federal de Sergipe-Campus Lagarto**. Orientador: Ana Maria Fantini Silva. 2018. 35 f. Monografia (Graduação em Medicina) – Universidade Federal de Sergipe, Lagarto, 2018.
- SACRAMENTO, B.O. *et al.* Symptoms of anxiety and depression among medical students: study of prevalence and associated factors. **Rev. bras. educ. med.**, v. 45, n. 1, 2021.
- SCHEFFER, M.C.; CASSENOTE, A.J.F. A feminização da medicina no Brasil. **Rev. Bioét.**, v. 21, n. 2, p. 268-277, 2013
- SILVA R.C., *et al.* Qualidade de Vida e Transtornos Mentais Menores dos Estudantes de Medicina do Centro Universitário de Caratinga (UNEC). **Rev. bras. educ. med.**, v. 44, n. 2, 2020.

SILVA, V. M.; CARDOSO, P. T. S. O.; SANTOS, A. C. M. Sono e ansiedade no contexto do estudante de enfermagem: relação entre preferência circadiana, índice de estado ansioso e desempenho acadêmico. In: CONGRESSO NACIONAL DE ENFERMAGEM, 2018, Aracaju. Anais CONENF, 2018.

SOUZA P.A., *et al.* A Prevalência do Transtorno Depressivo em acadêmicos de Medicina de uma Universidade Catarinense. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 8, 2020.

TABALIPA F.O., *et al.* Prevalence of anxiety and depression among Medical students. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 39, n. 3, p. 388-394, 2015.

TAMAYO, M.R. Relação entre a síndrome de burnout e os valores organizacionais no pessoal de enfermagem de dois hospitais públicos [dissertação]. Brasília: Universidade de Brasília, 1997.

TRIGO, T.R.; TENG, C.T.; HALLAK, J.E.C. Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Rev. psiquiatr. clín.**, v. 34, n. 5, p. 223-233, 2007.

VALLILO N.G. *et al.* Prevalência de sintomas depressivos em estudantes de Medicina. **Revista da Sociedade Brasileira de Clínica Médica**, v. 9, n. 1, p. 36-41, 2011.

VASCONCELOS T.C., *et al.* Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 39, n. 1, 135-142, 2015.

VENTURINI, E.; GOULART, M.S.B. Universidade, solidão e saúde mental. **Revista de Extensão da UFMG**, v. 4, n. 2, p. 94-115, 2016.

WAHED, W.Y.A; HASSAN, S.K. Prevalence and associated factors of stress, anxiety and depression among medical Fayoum University students. **Alexandria Journal of Medicine**, v. 53, n. 1, p. 77-84, 2017.