

## **Principais fatores desencadeantes de distúrbios mentais em estudantes de medicina**

Main triggering factors mental disorders in medicine students

Juliana Espíndola Santana Amâncio<sup>1</sup>, Marcos Vinícius Santos Passos<sup>1</sup>, Priscila Daniela Português Silveira Soares<sup>1</sup>, Luciano de Oliveira Souza Tourinho<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Faculdade Santo Agostinho, FASA, Itabuna, Brasil

Autor correspondente: Luciano de Oliveira Souza Tourinho, Pós-Doutor - E-mail: [luciano.tourinho@itabuna.fasa.edu.br](mailto:luciano.tourinho@itabuna.fasa.edu.br), Curso de Medicina, Faculdade Santo Agostinho de Itabuna. Endereço profissional: Av. Ibicaraí, n. 3270, Nova Itabuna, Itabuna - Bahia. CEP: 45600-000

### **RESUMO**

Trata-se de um estudo com o intuito de delimitar os fatores que desencadeiam os distúrbios mentais que afetam os estudantes de medicina, com finalidade de computar dados e fomentar mudanças no ambiente acadêmico. A importância da pesquisa reside no fato dos referidos acadêmicos serem uma população bastante submetida por quadros psiquiátricos, o que afeta sua qualidade de vida e formação profissional, com impacto na qualidade de vida e na formação profissional. O objetivo da pesquisa tem como principal ponto reconhecer possíveis distúrbios emocionais em estudantes de medicina, visando propor melhorias na saúde dos discentes desse curso. A metodologia consiste em revisão bibliográfica. Assim, o presente estudo consiste numa revisão bibliográfica que pretende realizar levantamento bibliográfico em três bases eletrônicas de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), PubMed e Scientific Electronic Library Online (SciELO), utilizando descritores sobre saúde mental dos estudantes de medicina de 2012 a 2022. Como resultado, espera-se demonstrar através do suporte da os fatores gatilhos para o surgimento de distúrbios mentais em estudantes de

medicina, contribuindo para a discussão acerca do tema proposto e servir como subsídio para proposições resolutivas para a temática em questão.

**Palavras-chave:** Estudantes de medicina; Saúde mental; Educação superior.

## **ABSTRACT**

This is a study with the aim of delimiting the factors that trigger the mental disorders that affect medical students, in order to compute data and promote changes in the academic environment. The importance of the research lies in the fact that these academics are a population that is quite subject to psychiatric conditions, which affects their quality of life and professional training, with an impact on quality of life and professional training. The main objective of the research is to recognize possible emotional disorders in medical students, aiming to propose improvements in the health of students of this course. The methodology consists of a literature review. Thus, the present study consists of a bibliographic review that intends to carry out a bibliographic survey in three electronic databases: Latin American and Caribbean Literature on Health Sciences (LILACS), PubMed and Scientific Electronic Library Online (SciELO), using descriptors on mental health of medical students from 2012 to 2022. As a result, it is expected to demonstrate, through the support of the triggering factors for the emergence of mental disorders in medical students, contributing to the discussion on the proposed theme and serving as a subsidy for resolute propositions for the theme in question.

**Keywords:** Medical students; Mental health; College education.

## **Introdução**

A presente investigação científica se direcionou à análise dos fatores que desencadeiam os distúrbios emocionais, psicológicos ou psiquiátricos em estudantes de medicina.

Diante da problemática em que os alunos de medicina estão sujeitos ao adoecimento mental, é necessário conhecer quais são os fatores e distúrbios predominantes nessa população. Essa pesquisa tem cunho científico que possibilitará um amadurecimento por meio dos estudantes da área médica e afins para lidar com as questões emocionais, psicológicas e/ou psiquiátricas enfrentadas no decorrer do curso, auxiliando em orientações para melhoria do quadro atual. Além disso, existe relevância acadêmica, pois proporcionará o embasamento à comunidade científica para realização de novas pesquisas. Além disso, há uma significativa relevância científica, por proporcionar um grau

de conhecimento, com registros fundamentados e consideravelmente importantes, servindo de base para outras pesquisas, por conseguinte, preencher lacunas que possam estar abertas em relação ao tema proposto.

Ademais, esse projeto tem valor social, uma vez que concede à sociedade resultados significativos sobre os estudantes das áreas médica, gerando aprendizado sobre o assunto levando a possibilidade de deliberação, principalmente para aqueles que anelam ingressar no curso, expondo antecipadamente os pontos que podem se tornar gatilho para o adocimento, facilitando uma abordagem individual para que estas arestas sejam fechadas e solucionadas, bem antes de vincular-se definitivamente ao semestre do curso tão sonhado, contribuindo para o bem estar do futuro aluno e seu progresso estudantil.

A presente abordagem objetivou identificar os principais fatores que conduzem aos distúrbios mentais em estudantes de medicina, visando propor ações interventivas direcionadas à melhoria da saúde. Para subsidiar esse desiderato principal, objetivou-se, ainda, conhecer quais os distúrbios prevalentes que se manifestam nessa população, bem como avaliar os impactos dos distúrbios mentais na percepção acerca do desenvolvimento das habilidades médicas.

Do ponto de vista do método, refere-se a uma revisão bibliográfica cujo levantamento dos dados se dará em três bases eletrônicas de dados: LILACS, Scielo e PubMed, utilizando-se de descritores relacionados com a temática e levando em consideração estudos postados posteriormente ao ano de 2012.

## **Material e métodos**

A pesquisa teve o emprego das seguintes técnicas de pesquisa: levantamento bibliográfico da literatura de referência específica, publicados em revistas nacionais e internacionais; pesquisa nas plataformas *Scielo*, *Pubmed*, *Lilacs*, entre outros, utilizando os procedimentos da revisão bibliográfica, conforme os métodos e princípios empregados na obra de Uwe Flick (2004), quando menciona que este tipo de pesquisa bibliográfica se faz necessário na atualidade, no estudo das relações sociais, devido à pluralização das esferas da vida, da diversidade de ambientes e de cultura, que exigem uma nova

sensibilidade para o estudo empírico das questões. Os pesquisadores de hoje têm de enfrentar novos contextos e perspectivas sociais. Segundo Flick (2004, p. 23), as ideias centrais que orientam a pesquisa qualitativa diferem daquelas da pesquisa quantitativa. Os aspectos da pesquisa qualitativa consistem na escolha adequada de métodos e teorias convenientes; no reconhecimento e na análise de diferentes perspectivas; nas reflexões dos pesquisadores a respeito de suas pesquisas como parte do processo de produção de conhecimento; e na variedade de abordagens e métodos. Tal metodologia foi fundamental na construção do tema proposto, na busca por respostas acerca da discussão sobre fatores estressores que acometem estudantes de medicina, desenvolvendo distúrbios mentais.

Os critérios de inclusão estão focados em estudos cujo tema predominante seja o de transtornos mentais, preferencialmente os que abordem propriamente sobre estudantes de medicina, observando as diferenças que ocorrem nos períodos ou semestres, à medida que o curso vai avançando. Pesquisas realizadas nas plataformas LILACS, SciELO, Pubmed, Google acadêmico, nos anos de 2012 a 2022. Quanto aos critérios de exclusão, foram rejeitados trabalhos de graduação e artigos que abordem o tema há mais de 12 anos e trabalhos internacionais.

Toda pesquisa, mesmo que acadêmico, está sujeito a riscos, os quais compensam ao se buscar os benefícios. Ao analisar a questão dos distúrbios emocionais, psicológicos ou psiquiátricos em alunos advindos dos cursos de medicina, há o risco de uma generalização, ou seja, de se achar que todos os problemas dos alunos são consequências de seus estudos. Mas a possibilidade de incorrer em riscos se atenua em função dos benefícios, que são muitos: entre eles, compreender alguns fatores de risco decorrentes do esforço mental na carreira acadêmica, especialmente em estudos de medicina e, sobretudo, compreender acerca do tema e, de algum modo, contribuir na discussão e ajudar a apontar soluções para este problema. No tocante aos benefícios, são diversos, desde a elevada possibilidade de geração de conhecimento a respeito saúde-doença da saúde mental dos estudantes de medicina, que pode ser empregado na prevenção e no alívio de tais agravos.

Ou seja, além dos riscos serem mínimos, os benefícios superem em muito os potenciais riscos, aumentando a viabilidade da pesquisa.

Nossa pesquisa segue os seguintes tipos: Pesquisa exploratória, ou seja, a que se dedica prioritariamente ao levantamento de informações sobre determinado fenômeno ou problema, de forma a aumentar a familiaridade com ele e formular problemas e hipóteses mais precisos. Isto porque esta é uma pesquisa mais bibliográfica a respeito de nosso tema proposto. Mas também a Pesquisa descritiva, que é o registro e análise de características de um fenômeno ou grupo, evitando a interferência do pesquisador, a partir de técnicas padronizadas de coleta e análise de dados. Isto procuraremos fazer a partir de dados encontrados em nossa imersão na literatura e fontes pesquisadas. Dentro destes dois tipos de pesquisa, nossos métodos a serem utilizados serão, principalmente, os da pesquisa bibliográfica, que inclui levantamento das informações e conhecimentos acerca de um tema, a partir de diferentes materiais já publicados, colocando em diálogos estes diferentes autores e dados; e também a pesquisa documental, que é o levantamento e análise de materiais que ainda não receberam um tratamento analítico, como documentos oficiais, cartas, filmes, internet, entre outros.

Quanto às técnicas de coletas de dados utilizaremos o da chamada documentação indireta, que é a pesquisa documental e bibliográfica a respeito do tema proposto. E, finalmente, a técnica de análise de dados, como já mencionado no início deste tópico, será qualitativa.

## **Resultados e discussão**

Em pleno século XXI, urge compreender que a definição de saúde engloba não somente aspectos biológicos, mas também, critérios psicológicos, sociais e espirituais, conforme o que prega a Organização Mundial de Saúde (OMS 2019). Face tal premissa, os estudantes de medicina, àqueles que futuramente serão responsáveis pelos cuidados de saúde prestados população, durante o período de graduação são acometidos por diversos distúrbios psiquiátricos, que geram impactos negativos na qualidade de vida e no desempenho das funções laborais.

O curso de graduação de medicina demanda atenção em tempo integral, possui alto grau de complexidade e, portanto, exige intensa dedicação, além do alto nível de responsabilidade, tendo em vista que se trata do cuidado da saúde de outros, outro aspecto muito relevante é o processo seletivo, já que o curso de medicina é um dos que possuem o processo seletivo mais concorrido. Tais características do curso associadas com estresse, acréscimo de informações, distanciamento social e familiar, avaliação permanente, sensação da realização de um sonho individual e familiar, assumir responsabilidades domésticas precocemente, dependência financeira familiar, privação de sono, carga horária excessiva do curso, uso abusivo do álcool e outras drogas como fator de escape. Ou seja, a natureza estressante da formação médica é destaque como importante fator de risco desencadeante de distúrbios psicoemocionais, onde suas repercussões podem se refletir ainda após a formação e atuação profissional.

Dentre os distúrbios mais comuns que afetam os estudantes de medicina, podem ser citados depressão, síndrome de Burnout, ansiedade, inquietação, desestabilidade emocional, estresse, alcoolismo. Além disso, outros fatores sistêmicos podem ocorrer como por exemplo, crises de sudorese, Cefaléia/enxaqueca, palpitação, transtorno alimentar, imunodeficiência, distúrbios gastrointestinais, (PEREIRA. GONÇALVES, 2009).

Nesse bojo, destaca-se a ansiedade que é uma sensação subjetiva, desagradável, de inquietação interna, preocupações antecipatórias, geralmente associada a sintomas físicos autonômicos: taquicardia, cefaléia, palpitação tremor, desconforto gastrointestinal e inquietação, e possui uma relação muito próxima com o medo: autoproteção, luta e fuga, sinalização de perigo e comportamentos de esquiva. A manifestação da ansiedade varia conforme a cultura, a idade e o grau de instrução, variando de pessoa para pessoa. A ansiedade dentro do limite é normal, e até benéfica. Torna-se um problema quando ocorre intensidade de sintomas, prolongamento dos sintomas e alto grau de prejuízo e sofrimento (SADOCK, BENJAMIN, 2017).

Dessa forma, leva-se em consideração que os estudantes estão emocionalmente exaustos, o que torna necessário um suporte profissional para

tentar minimizar índices de ansiedade. Outro fator prejudicial para esta população é o distúrbio de sono, no qual, pode desenvolver desequilíbrios cognitivos e emocionais, além de imunossupressão, acarretando a fragilidade corporal, visto que durante o sono o indivíduo tem sua recuperação fisiológica tornando-o capaz de tomar decisões, seguir com pensamentos consolidados, um bom desenvolvimento diário com dinamismo e execução das atividades.

Importante ressaltar que, se o estudante tiver episódios recorrentes de insônia, todos esses pontos serão afetados. Ainda nesse aspecto, o uso moderado de bebidas alcólicas é um comportamento socialmente aceito nas culturas ocidentais, todavia o consumo excessivo de álcool caracteriza-se como um problema de saúde pública. O álcool é um solvente altamente hidrossolúvel, e possui uma afinidade de acumular-se nos órgãos que possuem maior quantidade de líquido como os pulmões, o cérebro e os rins. Assim, no Brasil o álcool é uma das drogas mais utilizadas, sendo consumida por quase 70% da população. Ademais, é o principal responsável por acidentes de maior gravidade e morte violentas (BARBOSA 2013). Diante de tal panorama, a realidade dos estudantes de medicina segue a incidência nacional.

Em São Paulo, segundo (KERR-CORRÊA. et al), a prevalência do uso de álcool na vida de alunos de Medicina de Botucatu (Unesp) foi de 84%. Um dos fatores apontados como causais do uso abusivo de álcool é o estresse da educação médica, e a vulnerabilidade emocional dos estudantes. O excesso do consumo de álcool entres os estudantes de medicina pode causar importantes prejuízos no desenvolvimento das habilidades profissionais, cognitivo-comportamentais e emocionais.

A síndrome de Burnout é uma patologia que acomete estes estudantes transfigurando o seu comportamento e suas relações sociais. O indivíduo estabelece três dimensões específicas em seu comportamento, como exaustão emocional, que surge através de uma sensação de esgotamento, e não poder dar mais de si, a desumanização, ou despersonalização que estabelece uma impessoalidade em relação a outras pessoas, tratando-as com indiferença, no intuito de manter-se distante na tentativa de diminuir a exaustão.

Por último, manifesta-se a redução da realização profissional pelo fato das atividades não proporcionarem prazer e se tornarem um peso perdendo o

sentido na sua vida, (CAZOLARI et al, 2020). Seguindo esta perspectiva, cerca de 15 a 25% dos universitários apresentam principalmente ansiedade e depressão, sendo que a ocorrência da ansiedade na graduação quando não detectada e tratada pode se agravar posteriormente na residência médica e atividade profissional, (VASCONCELOS et al, 2015).

Apesar disso, a depressão designa uma síndrome psiquiátrica cuja as principais características podem incluir alterações de humor como tristeza, irritabilidade, falta da capacidade de sentir prazer e apatia, alterações cognitivas, psicomotoras e vegetativas. Diante desse quadro, um estudo realizado na Universidade Federal de São Paulo evidenciou que 28.8 dos alunos do curso de medicina demonstravam algum grau de sintomas depressivos (PAULA 2014).

Os principais fatores relacionados com o desencadeamento de sintomas depressivos nestes estudantes são a elevada carga horária, grande volume de disciplinas, contato com pacientes portadores de diversas doenças e prognósticos, insegurança do mercado de trabalho, além da grande responsabilidade cobrada pela sociedade e pela instituição. Outro ponto agravante, é o fato dos estudantes de medicina não procurarem ajuda psiquiátrica durante a formação. Este fato se justifica por inúmeros fatores: falta de tempo, estigmatização social, custos e medos das repercussões curriculares. Os impactos da depressão são inúmeros: diminuição da aprendizagem, baixa autoestima e insegurança, abandono do curso, alta prevalência de suicídio e autolesões (DIAS et al, 2015).

Amaral et al., publicaram na Revista de Educação e Saúde RESU, em 2019, um importante estudo intitulado “Problemas mentais entre estudantes de medicina: prevalência e fatores associados”, onde mapeia, numa revisão integrativa, dezenas de estudos (artigos, *papers* e livros), publicados entre 2014 e 2019, nas plataformas *PubMed* e *SciELO*, que abordam o tema. E a conclusão a que chegaram com tal estudo foi a confirmação de uma grande prevalência de problemas mentais em pessoas no processo de formação médica, sendo 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 nestes estudantes de medicina foram: o

uso de álcool e substâncias psicoativas, internação e ideação suicida. Tal estudo confirmou que este grupo de formação médica constitui um grupo de risco para problemas mentais, sendo um fator alarmante e que exige uma atenção especializada e apoio psicológico. Além, do mais, para a amenização ou prevenção dos sintomas, necessário se faz uma adequação da carga horária, o incentivo à realização de atividades sociais e de lazer e disseminação de conhecimentos sobre sofrimento psíquico.

Outro ponto importante é a associação do estudo com redução às horas de sono, trazendo consigo sintomatologias de depressão e/ou ansiedade, visto que, alterações dos hábitos de sono tem ligação direta com queixas de saúde mental (COSTA, et al, 2020).

Ademais, percebe-se que o curso pode ser precursor de desequilíbrio da saúde para ambos os sexos, porém as mulheres estão expostas a maior predisposição a sintomas físicos pelo fato de muitas vezes terem que reafirmar a sua competência em virtude a uma sociedade machista e cheia de comparações, além de estarem propensas a questões hormonais próprias do sexo. Dessa forma, o diagnóstico é mais aparente e facilmente detectado, visto que as mulheres têm em mente de forma clara o que lhes afligem (YUSOFF et al, 2013).

## **Conclusão**

A presente pesquisa demonstrou um cenário preocupante entre estudantes do curso de medicina com reposta a transtornos psíquicos frequentes independente do semestre cursado, por motivos diversos, que atingem diretamente a saúde e a funcionalidade do indivíduo que futuramente vai se expor a cuidar de pessoas enfermas, o que remete que a sua saúde necessita estar em plena ordem. Dessa forma, a saúde do estudante é motivo de preocupação, uma vez que, foi detectado inúmeros transtornos, o que demonstra negligência à saúde mental desse público. Por conseguinte, falta de ações específicas para melhoria desses dados possibilita o contínuo uso de drogas durante o curso, corroborando para futuros médicos carregados de vícios, risco prevalente de suicídio, de ansiedade, depressão e distúrbios

psíquicos variados, estudantes doentes, incapazes de desenvolver atividades plenas por motivo de auto cobrança, exigências acadêmicas, horas de sono reduzida, excesso de carga horária dentro e fora da universidade e a imposição de uma sociedade que costuma determinar como um futuro profissional deve proceder. Cada um desses desgastes condiciona consequências negativas ao estudante, determinando efeito nocivo a saúde e desempenho diminuído em suas atividades diárias.

Posto isto, é indispensável que existam métodos aplicáveis aos futuros médicos que possam detectar como eles se sentem definindo informações específicas para um provável diagnóstico precoce. Sendo confirmado qualquer tipo de instabilidade emocional, é necessário que esse estudante tenha um acolhimento voltado para sua atual disfunção, o que pode ser eficaz a atuação do corpo de psicologia, participação de atividades de relaxamento, trabalho social voltado para o cuidado do próximo, estabelecer vínculo desse aluno com a turma ensinando-os formas de trabalhar com as dificuldades apresentadas. Outra maneira de melhorar esse aspecto de distúrbios psicológicos devido ao ingresso no curso de medicina é desenvolver trabalhos interativos com os alunos diagnosticados, aconselhando-os a detectar possíveis colegas com os mesmos sintomas, realizando uma busca ativa e envolvendo-os em uma boa convivência e a visão holística para ajudar alguém que convive diariamente, pensando em um bom relacionamento pautado no respeito com o outro e o dever de ajudar. Não menos importante é a capacitação de um corpo docente preparado para lidar de maneira humanizada com seus alunos e identificar motivos de declínio de aprendizado ou mudança de comportamento do discente, agindo de maneira assertiva.

Desta forma, essa pesquisa se demonstrou importante por detectar causas relevantes do adoecimento dos estudantes do curso de medicina, ampliando sua discussão e trazendo possíveis atuações para melhoria deste contexto marcante, tornando possível emparelhar o assunto para o âmbito acadêmico, humano e social, perpassando por uma conjuntura que os futuros profissionais terão habilidades de ofertar um serviço de maneira humanizada, atribuindo cuidados específicos mediante a real necessidade do indivíduo.

## Referências

AMARAL, Ana Cecília Alves; PEREIRA, Bárbara Luiza; BRITO, Enzo Henrique Silveira Ribeiro; NETO, Miguel Felipe de Araujo; CUNHA, Thalita Lisboa; JÚNIOR, George Martins Ney da Silva. **Problemas mentais nos estudantes de medicina: prevalência e fatores associados**. Artigo. RESU Revista de educação e Saúde, V. 7, Suplemento 1, 2019. Anais XVI Mostra de Saúde. Disponível em: <http://periodicos.unievangelica.edu.br/index.php/educacaoemsaude/article/view/3808/264>. Acesso em 06.09.2022.

CAZOLARI, Gadelha Priscila; CAVALVANTE, Matheus de Souza. et al. **Níveis de Burnout e bem-estar e estudantes de medicina: um estudo transversal**. Revista Brasileira de educação médica. São Paulo, 2020.

COSTA, Deyvison Soares, et al, Sintomas de Depressão, **Ansiedade e Estresse em Estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento**. Artigo, 2020.

FLICK, Uwe. **Uma introdução à pesquisa qualitativa**. 2. ed. Porto Alegre: Bookman, 2004.

GONÇALVES, Bernadete Maria; PEREIRA, Ana Maria T. Benevides. **Transtornos emocionais e a formação em medicina: um estudo longitudinal**. Universidade Estadual de Maringá, Paraná, 2009.

KERR- CORRÊA, Florence Andrade Bassit. et al. **Uso de álcool e drogas por estudantes de medicina**. Revista Brasileira de psiquiatria. Botucatu, 1999.

NEPONOCENO, Hironaldo de Jesus; SOUZA, Bárbara Dourado Macedo. **Transtornos Mentais Comuns em Estudantes de Medicina**. Revista de Bioética. 2019.

SADOCK, Benjamin J. **Compêndio de psiquiatria: ciência do comportamento e psiquiatria clínica** [recurso eletrônico] / Benjamin J. Sadock, Virginia A. Sadock, Pedro Ruiz ; tradução: Marcelo de Abreu Almeida ... [et al.] ; revisão técnica: Gustavo Schestatsky [et al.] – 11. ed. – Porto Alegre : Artmed, 2017.

VASCONCELOS, Tatheane Couto de; DIAS, Bruno Rafael Tavares; ANDRADE, Larissa Rocha; MELO, Gabriela Figueirôa; BARBOSA, Leopoldo; SOUZA, Edvaldo.

**Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina**.

Revista Brasileira de Educação Médica, [S.L.], v. 39, n. 1, p. 135-142, mar. 2015.

FapUNIFESP (SciELO).