

**Revisão narrativa de literatura sobre o transtorno de
ansiedade em estudantes de medicina: aspectos
gerais, atividades acadêmicas desencadeantes e o
uso de medicamentos**

Narrative literature review on anxiety disorder in medical
students: general aspects, triggering academic activities
and the use of medications

Ana Paula Caribé Vinhas¹, Flávia Dutra Cedro¹, Mariana Oliveira
Jesus Nascimento¹, Marcos Wilken Vasconcelos Silva¹, Milena
Nascimento Almeida¹, Rebecca Veloso Rocha¹, Sarahellen
Figueredo Lopes Damacena¹, Felipe Coelho Argôlo^{1*}

1. Afya Faculdade de Ciências Médicas de Itabuna, Bahia, Brasil

*Autor correspondente: Felipe Coelho Argôlo, Doutorado em Psiquiatria e
Psicologia Médica pela Universidade Federal de São Paulo, UNIFESP, Brasil–
felipe.argolo@itabuna.fasa.edu.br, docente do curso de Medicina, Afya
Faculdade de Ciências Médicas de Itabuna, Av. Ibicaraí, 3270- Nova Itabuna,
Itabuna-BA, 45600-769

Resumo

Introdução. A ansiedade é definida como sentimento de apavoramento,
preocupação, nervosismo e medo, associada a inúmeros fatores e vem sendo
motivo de preocupação na comunidade de estudantes de Medicina, devido ao
modelo de ensino, onde predominam práticas relacionadas ao bom desempenho
acadêmico, fator gerador de dilemas na vida do estudante, levando-o assim a
buscar psicofármacos como uma solução para o transtorno. Objetivo: Analisar o
transtorno de ansiedade em estudantes de medicina, o uso irregular de

medicamentos e sua relação com as atividades acadêmicas. Metodologia. Este artigo trata-se de um estudo bibliográfico, a partir de uma revisão narrativa de literatura, respaldada em diversos autores que discorrem sobre o tema ansiedade em estudantes de medicina, combinado ao uso de medicamentos. Resultados e discussão. Os resultados retratam um contexto de grande consumo de psicofármacos, como os ansiolíticos, sem prescrição médica, durante a faculdade de medicina, sendo utilizados para proporcionar sensações de alívio ao estresse, podendo desencadear dependência química, além de outros danos à saúde. Conclusão. Dessa forma, diante do estudo apresentado, constata-se que a ansiedade é considerada um transtorno de caráter multicausal e multifacetado que acomete muitos estudantes de medicina, por conta de uma extensa carga de estudos e a preocupação de conciliar com a vida social, o que os leva a buscar psicofármacos como forma de solução temporária para a ansiedade, o que pode acarretar em inúmeros problemas de saúde.

Palavras-chave: Estudantes; Medicina; Ansiedade; Psicofármacos.

Abstract

Introduction. Anxiety is defined as a feeling of dread, worry, nervousness and fear, associated with numerous factors and has been a matter of concern in the medical student community, due to the teaching model, where practices related to good academic performance predominate, a factor that generates dilemmas in the student's life, thus leading them to seek psychotropic drugs as a solution to the disorder. Objective: To analyze anxiety disorder in medical students, the irregular use of medication and its relationship with academic activities. Methodology. This article is a bibliographic study, based on a narrative review of the literature, supported by several authors who discuss the topic of anxiety in medical students, combined with the use of medications. Results and discussion. The results portray a context of high consumption of psychotropic drugs, such as anxiolytics, without medical prescription, during medical school, being used to provide feelings of stress relief, which can trigger chemical dependence, in addition to other health damages. Conclusion. Thus, in view of the study presented, it appears that anxiety is considered a disorder of a multi-causal and multifaceted nature that affects many medical students, due to an extensive load of studies and the concern to reconcile with social life, which leads them to seek psychotropic drugs as a temporary solution to anxiety, which can lead to numerous health problems.

Keywords: Students; Medicine; Anxiety; Psychopharmaceuticals.

Introdução

A ansiedade é um sentimento relacionado ao apavoramento, preocupação, nervosismo e medo, associado a diferentes fatores biológicos, sociais ou psicológicos (GROLLI, 2017). Quando ocorre em um estado natural associada ao instinto de luta e fuga, a ansiedade permite que os seres humanos fiquem atentos aos perigos e se adaptem melhor para situações que são desconhecidas, tendo um papel importante para a sobrevivência. No entanto,

pode se tornar patológica quando essas sensações de angústia ocorrem de maneira exagerada, quando são baseadas em suposições falsas, quando dificulta as atividades cotidianas e quando está presente por um período de tempo prolongado (FROTA, 2022).

Na comunidade de estudantes de Medicina cresce a preocupação com a gravidade e frequência dos transtornos mentais. O modelo de ensino atual distancia-se de aspectos psicológicos e aproxima-se da formação técnica e científica, deixando de lado elementos essenciais para o equilíbrio entre corpo e mente. Nesse sentido, nota-se excessiva valorização de práticas relacionadas ao bom desempenho acadêmico, gerando um verdadeiro dilema entre estudar muito e não ter vida social ou tentar conciliar o estudo com a vida social e de qualidade (SILVA et al., 2019)

Nesse cenário, muitos estudantes de medicina têm consumido psicofármacos sem prescrição médica, como um “atalho” para o controle a curto prazo do transtorno. Segundo estudo realizado por FOND et al. (2020), de um lado, estudantes do primeiro ano da faculdade de medicina, frente a novos desafios, consomem predominantemente antidepressivos e ansiolíticos. Por outro lado, estudantes do segundo ano, consomem, em sua maioria, drogas recreacionais, por inúmeras razões.

Sendo assim, este estudo tem por objetivo identificar o perfil dos estudantes acometidos pela ansiedade, os principais medicamentos utilizados e como estes atuam no organismo, bem como analisar o uso de medicamentos no controle da ansiedade por estudantes de medicina, seguindo critérios baseados em fatores de estresse na graduação médica, como a competição no processo seletivo, carga horária, dificuldade em administrar o tempo entre as tantas atividades acadêmicas e o pouco lazer, e as expectativas sociais do papel do médico.

Metodologia

Para a elaboração desse artigo optou-se por um estudo bibliográfico, a partir de uma revisão narrativa da literatura, para possibilitar uma abordagem ampliada sobre o assunto.

Na elaboração do tópico sobre "Transtorno de ansiedade em estudantes de medicina", os artigos foram selecionados no PubMed, Scielo e Google

acadêmico, as palavras chaves foram Ansiedade em estudantes de medicina, transtorno de ansiedade em estudantes de medicina, Anxiety in medical students, foram selecionados 4 artigos do período 2006 a 2021. Na temática sobre "Atividades acadêmicas relacionadas a exacerbação do sentimento ansioso", a base de dados utilizada foi o Google acadêmico e foram utilizados os descritores Transtorno de ansiedade generalizada entre estudantes, Ansiedade e apresentação de trabalho, Atividades acadêmicas que geram ansiedade, Ansiedade entre universitários, Ansiedade e qualidade do sono, foram selecionados 4 artigos do período de 2007 a 2021.

Para o tópico "Uso de ansiolíticos por estudantes de medicina" foram utilizados as palavras chaves "Uso de ansiolíticos e antidepressivos", "Anxiety", "Medical Students", do site Pubmed, Scielo, ScienceDirect e, posteriormente, selecionou-se 5 artigos, sendo eles do período de 2005 a 2017.

Resultados e discussão

Transtorno de ansiedade em estudantes de medicina

Com base nos resultados encontrados na revisão narrativa de literatura, foi possível constatar que o transtorno de ansiedade em estudantes de medicina tem se tornado cada vez mais frequente e com uma multiplicidade de causas, consequências e sintomas. O estudo quantitativo epidemiológico transversal, realizado por Moreira et al. (2020) mostrou que o estudante desse curso vive envolvido em cargas horárias extremas, não somente na universidade, mas também fora do período letivo. A quantidade de conteúdo teórico e prático aprendido nas escolas médicas pode dar certa segurança na linha tênue que separa vida e morte, mas alimenta a tensão contínua em relação ao ambiente externo, já estressante. Tal pressão desencadeia elementos internos de estresse que agravam o quadro psicossomático dos discentes (MOREIRA et al., 2020).

Já conforme o estudo descritivo observacional transversal feito por Pinto, De Melo Cavestro e Ferreira (2018), os fatores que são considerados como cruciais para o desenvolvimento desse tipo de transtorno nos alunos são: extrema pressão acadêmica, autocobrança excessiva, extensa carga de estudos que acarreta em uma privação do sono, preocupações financeiras, falta de tempo para atividades sociais, distanciamento familiar para os que precisam mudar de cidade e uma conseqüente sensação de solidão (PINTO, 2018).

Além disso, nesse mesmo estudo, após a análise do questionário para a avaliação da presença de TAG, analisando três tipos possíveis de resultado (Improvável, Possível e Provável) na amostra composta por 289 estudantes de medicina da Ciências Médicas de Minas Gerais, abrangendo indivíduos do 1º ao 6º ano do curso e de ambos os sexos, notou-se que o 6º e último ano da faculdade é o que apresenta maior prevalência (50%), seguido do 1º ano (32,1%). A menor prevalência de diagnóstico provável foi registrada no 5º ano, contando com 19,2% (gráfico 1).

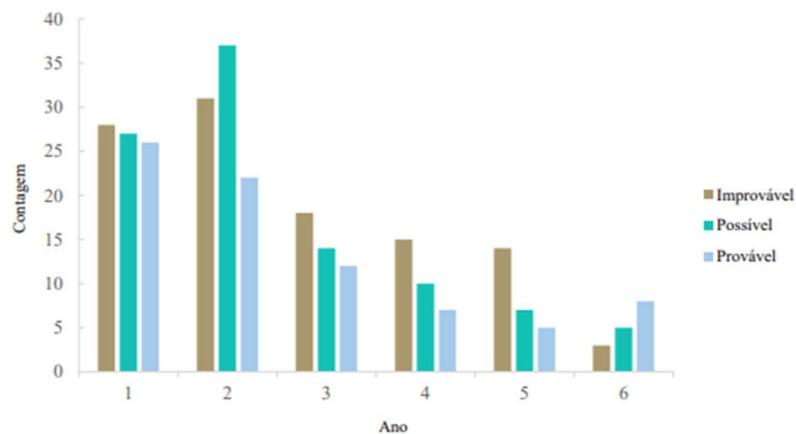


Gráfico 1: Divisão da amostra do estudo de acordo com o resultado dos questionários e o ano da graduação (FONTE: Pinto, De Melo Cavestro & Ferreira, 2018).

Em relação ao nível da ansiedade, foi visto em pesquisas realizadas por Baldassin, Martins e Andrade (2006) abrangendo 481 estudantes do curso de medicina na cidade de São Paulo, que 79,9% dos estudantes possuíam traços de ansiedade média e pelo menos 20% apresentavam quadros de ansiedade alta (gráfico 2).

Frequência relativa de ansiedade média ou alta em estudantes do curso de medicina na cidade de São Paulo, 2006 (Baldassin, Martins e Andrade, 2006).

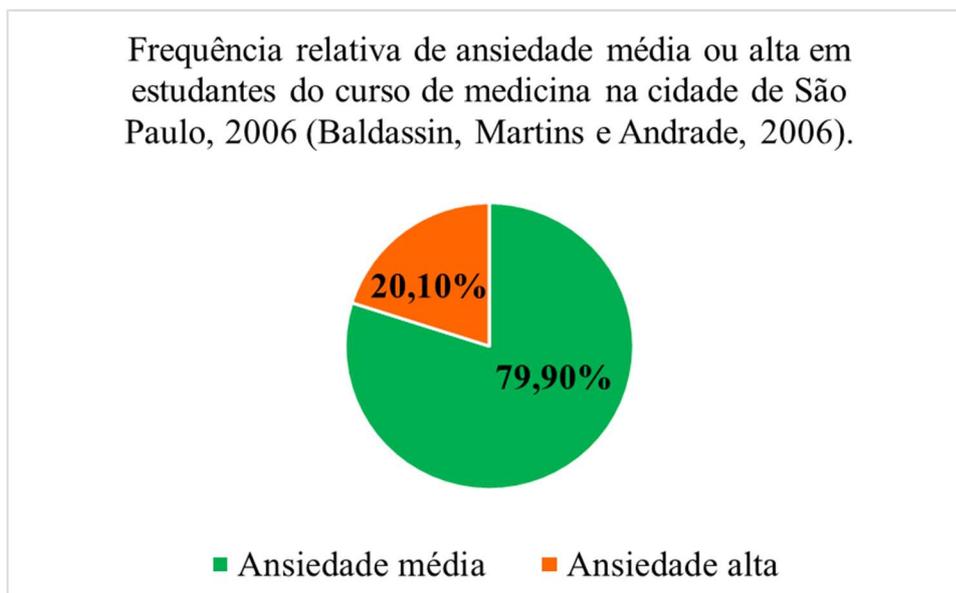


Gráfico 2: Frequência relativa de ansiedade média ou alta abrangendo 481 estudantes do curso de medicina na cidade de São Paulo, 2006. Fonte: BALDASSIM, MARTINS e ANDRADE, 2006.

Por fim, no estudo transversal analítico realizado por Nogueira et al. (2021) com uma amostra de 140 estudantes internos de medicina da Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC Goiás), reconheceu-se que outro fator que prejudica a qualidade de vida dos discentes é a utilização de substâncias que alteram o sono. Dos participantes desta pesquisa, 83 (58,5%) utilizavam substância desse tipo (gráfico 3), o que está relacionado com os maiores níveis de ansiedade. Dentro dessa classe, há os estimulantes naturais, como a cafeína, e os sintéticos, como a taurina e o metilfenidato. Essas substâncias aumentam a concentração e fornecem mais energia, sendo um ponto positivo para esses estudantes, entretanto, quando se é utilizado em altas doses, podem gerar ansiedade, agitação e até mesmo delírio. Os estudantes de medicina são muito propensos ao consumo exacerbado de substâncias psicoestimulantes devido à privação de sono e da necessidade de maior concentração.

Tendo em vista o que foi exposto, conclui-se que os estudantes de medicina lidam com uma realidade emocionalmente exaustiva, resultado da alta cobrança existente no curso, pressão excessiva, privação do sono e insatisfação com o próprio desempenho. Por causa de todas essas exigências, muitos desses discentes tendem a desenvolver diversos tipos de transtornos de saúde mental, dentre os quais está a ansiedade.

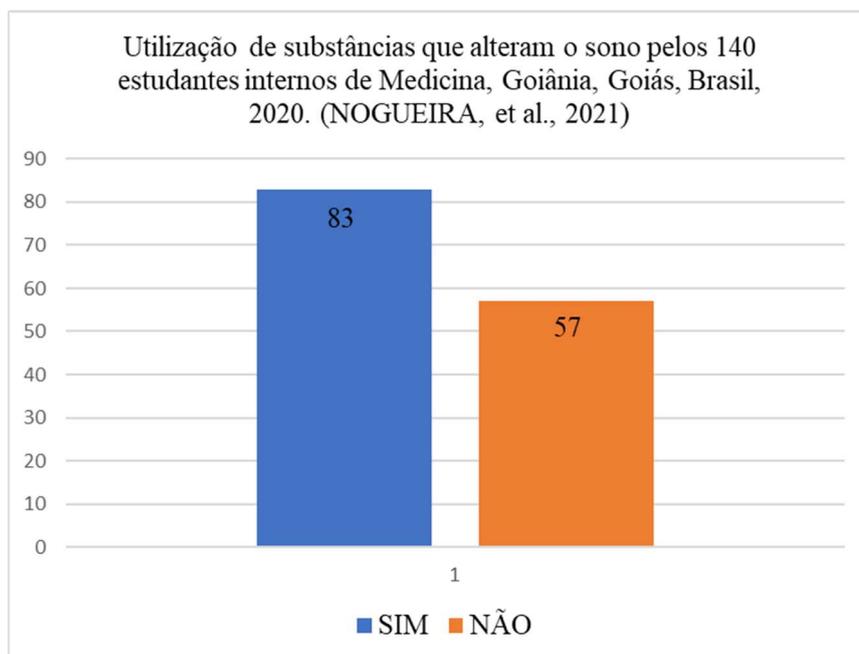


Gráfico 3: Utilização de substâncias que alteram o sono dos 140 estudantes internos de Medicina, Goiânia, Goiás, Brasil, 2020. Fonte: BALDASSIM, MARTINS e ANDRADE, 2006.

Atividades acadêmicas relacionadas a exacerbação do sentimento ansioso

Na análise de quatro artigos constatou-se que as atividades acadêmicas contribuem para o desenvolvimento da ansiedade. Nessa perspectiva, o estudo exploratório qualitativo, com captação de dados a partir de uma entrevista semiestruturada realizado por Monteiro et al. (2010), comprovou que ao ingressar na faculdade ocorrem mudanças físicas e psicológicas nos estudantes, como frustração, angústia e estresse, em decorrência das atividades exigidas, mesmo que a trajetória acadêmica seja de extrema importância para o bom desenvolvimento profissional. Assim, o estudo transversal realizado por Santos (2014), em uma universidade pública e privada do município de Campina Grande, apontou que a alta taxa de cobrança dentro do ambiente acadêmico ocasiona estresse e, conseqüentemente, quadros de ansiedade. Dentro desse contexto, de acordo com o estudo transversal, quantitativo de caráter analítico realizado por Vilaverde et al. (2020) a realização de provas, apresentação de TCC, cobranças sobre o mercado de trabalho, necessidade conciliar curso e atividades extracurriculares são exemplos de situações que podem contribuir para o quadro de ansiedade em jovens no regime acadêmico.

Por fim, no estudo transversal feito por Leite et al. (2020) em uma universidade do ensino superior constatou-se que o ciclo irregular do sono por causa da grande carga horária e as provas durante o período acadêmico contribui para a ansiedade, ou seja, quanto maior a privação de sono durante a vida acadêmica maior o risco de desenvolvimento da ansiedade.

Uso de ansiolíticos por estudantes de medicina

No estudo quantitativo observacional de Cecconello et al. (2013) constatou-se que o desenvolvimento da ansiedade durante a faculdade de medicina ocorre devido a extensa carga horária, menor tempo de socialização, conteúdos mais extensos e mudança de vida.

Com isso, no estudo de Fávero (2017), que utilizou questionário para obtenção de dados, concluiu-se que os estudantes iniciam o consumo de psicofármacos durante a faculdade, principalmente, o ansiolítico, uma vez que essa medicação auxilia na atenuação dos sintomas de ansiedade. Isso porque, o uso diário dos fármacos afeta as emoções e os comportamentos, por terem associação com o Sistema Nervoso Central. Nesse contexto, segundo o estudo transversal, descritivo, de abordagem quantitativa feito em uma universidade pública de enfermagem do estado de São Paulo por Marchi et al, 2013, os benzodiazepínicos, fármacos ansiolíticos, soníferos e miorrelaxantes, são um dos medicamentos mais populares nas receitas de pacientes com transtornos de ansiedade, ocupando as primeiras posições entre os remédios mais prescritos do mundo (MARCHI et al, 2013). Conforme o estudo de análise diagnóstica de Carvalho et al. (2016), na atualidade, sabe-se que o ácido gama-aminobutírico (GABA), por ser um neurotransmissor inibitório, tem potencial para executar a redução das reações serotoninérgicas responsáveis pelas reações excessivas às situações do cotidiano. Desse modo, acredita-se que os benzodiazepínicos têm sua ação intimamente ligada ao o sistema gabaminérgico do sistema límbico e atuam, assim, como agonistas nos receptores gabaminérgicos. Assim, o Diazepam, Clonazepam, Alprazolam e o Midazolam são exemplos de benzodiazepínicos utilizados na prática clínica (CARVALHO et al., 2016). No entanto, em sua maioria, o ansiolítico é utilizado sem prescrição médica, sendo obtido por meio de familiares e amigos. Nesse sentido, segundo o estudo

antropológico de Fonseca (2005) a utilização desses psicofármacos deve ser feita por acompanhamento médico, visto que o uso gera efeitos colaterais prejudiciais à saúde e pode gerar dependência química.

Portanto, com base no exposto é possível concluir que o uso de ansiolíticos por estudantes de medicina é uma maneira de atenuar os sintomas de ansiedade desenvolvidos durante a graduação, visto que o período acadêmico é marcado por desafios pessoais e profissionais.

Conclusão

Em conformidade com o que foi exposto, nota-se que a ansiedade pode ser considerada como um transtorno de caráter multicausal e multifacetado que vem acometendo cada vez mais estudantes de medicina no Brasil, trazendo inúmeras consequências para esses indivíduos.

Diante da análise dos dados da revisão narrativa de literatura, é possível observar a presença latente do transtorno de ansiedade desde o 1º ano do curso, com uma agravação no ano final, devido à pressão causada pela carga extensa de estudos, privação do sono, preocupação e insatisfação com o rendimento acadêmico, bem como a utilização de psicofármacos, com prescrição ou não, por esses mesmos estudantes, a fim de buscar uma melhora nos sintomas e sinais da ansiedade no próprio corpo.

Nesse sentido, a revisão narrativa da literatura sobre tal assunto é de fundamental importância para compreender e dimensionar a presença da ansiedade nos estudantes de medicina, como ela se apresenta e é causada, e qual o mecanismo de solução utilizado por esses indivíduos para atenuar os sintomas desse transtorno, além de abrir margem para a elaboração de novos estudos em vistas de se aprofundar mais na temática e buscar maneiras de minimizar os impactos da ansiedade nos discentes do curso de medicina do Brasil.

Referências bibliográficas

BALDASSIN, Sergio; MARTINS, Lourdes Conceição; DE ANDRADE, Arthur Guerra. Traços de ansiedade entre estudantes de medicina. **Arquivos médicos do ABC**, v. 31, n. 1, 2006.

CARVALHO, E.F. de, et al. **Perfil de dispensação e estratégias para uso racional de psicotrópicos**. 45f. Monografia (Linhas de Cuidado em

Enfermagem) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2016. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/xmlui/handle/123456789/167287>. Acesso em 13 set. 2022.

CECCONELLO, William Weber; BATISTELLA, Francieli; WAHL, Suzi Darli Zanchett; WAGNER, Marcia Fortes. Avaliação de sintomas depressivos e fobia social em estudantes de graduação. **Aletheia—Revista interdisciplinar de psicologia e promoção da saúde**, 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942013000300007#:~:text=Os%20resultados%20evidenciaram%20que%2062,apresentam%20comorbidade%20com%20sintomas%20depressivos. Acesso em: 10 set. 2022.

CORDEIRO, Alexander Magno et al. Revisão sistemática: uma revisão narrativa. **Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgias**, v. 34, p. 428-431, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rcbc/a/CC6NRNtP3dKLgLPwcmV6Gf/?lang=pt>. Acesso em: 10 set. 2022.

FÁVERO, Viviane Rosset. et al. Uso de ansiolíticos: abuso ou necessidade?. **Visão acadêmica**. Curitiba, v.18, n.4, out/dez.2017. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/academica/article/view/57820>. Acesso em: 13 set. 2022.

FONSECA, Claudia. Concepções de família e práticas de intervenção: uma contribuição antropológica. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v.14, n.2, p.509. 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/WGpvJkq4tm4wmZJbGcMkHGg/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 09 set. 2022.

FROTA, Ilgner Justa et al. Transtornos de ansiedade: histórico, aspectos clínicos e classificações atuais. **Journal of Health & Biological Sciences**, v. 10, n. 1, p. 1-8, 2022. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/03/1361739/3971.pdf>. Acesso em: 09 set. 2022.

FOND et al. First-year French medical students consume antidepressants and anxiolytics while second-years consume non-medical drugs. **Journal of Affective Disorders**, v. 265, p. 71-76, 2020. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0165032719315514?via%3Dihub#!>.

GROLLI, Verônica; WAGNER, Marcia Fortes; DALBOSCO, Simone Nenê Portela. Sintomas depressivos e de ansiedade em adolescentes do ensino médio. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 9, n. 1, p. 87-103, 2017. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-50272017000100007. Acesso em 09 set. 2022.

LEITE, Bárbara Ramos et al. Associação entre qualidade do sono e ansiedade em acadêmicos de medicina. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 3, p. 6528-6543, 2020. Disponível em: <https://brazilianjournals.com/ojs/index.php/BJHR/article/view/11848>. Acesso em:

10 set. 2022.

MARCHI, Katia Colombo; BÁRBARO, Alessandra Marino; MIASSO, Adriana Inocenti; TIRAPELLI, Carlos Renato. Ansiedade e consumo de ansiolíticos entre estudantes de enfermagem de uma universidade pública. **Revista Eletrônica De Enfermagem**. 2013. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fen/article/view/18924>. Acesso em: 09 set. 2022.

MONTEIRO, Claudete Ferreira de Souza; FREITAS, Jairo Francisco de Medeiros e RIBEIRO, Artur Assunção Pereira. Estresse no cotidiano acadêmico: o olhar dos alunos de Enfermagem da Universidade Federal do Piauí. **Escola Anna Nery [online]**. v. 11, n. 1, pp. 66-72, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-81452007000100009>. Acesso em: 10 set. 2022.

MOREIRA, et al. Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v.44, n.1, p.e040, 2020.

NOGUEIRA, Érika Guimarães et al. Avaliação dos níveis de ansiedade e seus fatores associados em estudantes internos de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/bkzPCH6nwfBfNHzsVj6YJyF/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 10 set. 2022.

PINTO, Nathan Assis Jordão; DE MELO CAVESTRO, Júlio; FERREIRA, Wardislau. Prevalência de transtorno de ansiedade generalizada em estudantes de medicina. **Revista Interdisciplinar Ciências Médicas**, v. 2, n. 2, p. 36-43, 2018. Disponível em: <http://revista.fcmmg.br/ojs/index.php/ricm/article/view/111/40>. Acesso em: 10 set. 2022.

SANTOS, R. M. D. **Perfil de ansiedade em estudantes universitários de cursos da área da saúde**. Dissertação (Mestrado em saúde pública) - Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande - PB, 2014. Disponível em: <http://tede.bc.uepb.edu.br/jspui/bitstream/tede/2269/2/PDF%20-%20R%C3%B4mulo%20Moreira%20dos%20Santos.pdf>. Acesso em: 10 set. 2022.

SILVA, et.al. Ansiedade em estudantes de medicina no Brasil: uma revisão sistemática. **Brazilian Journal of Health Review**, v.4, n.6, 2021.

VILAVERDE, A et al. de estresse e de ansiedade em uma amostra de estudantes universitários submetidos à apresentação de trabalho de conclusão de curso. **Revista Brasileira de Qualidade de Vida**, Ponta Grossa, v. 13, e11782, 2021. DOI: 10.3895/rbqv.v13n0.11782. Acesso em: 10 set. 2022.