

PREVALÊNCIA DE TRANSTORNOS MENTAIS EM ESTUDANTES DE MEDICINA E FATORES CONTRIBUINTES PERCEBIDOS

Natália de Almeida Façanha¹;

Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/9943754287880891>

Carolina de Almeida Façanha²;

Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/4216427578509464>

Camila Miranda Pereira³;

Instituto Tecnológico Vale (ITV), Belém, Pará.

<https://orcid.org/0000-0002-8887-6570>

Lígia Beatriz Pinho Chaves⁴;

Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/4395155996514123>

Matheus Vinícius Mourão Parente⁵;

Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/5301348165357357>

Felipe Aguiar Parente⁶;

Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/2892971287112465>

Rossana Sofia Brito Figueiredo Chaves⁷;

Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/2895107579354627>

Jéssica Cordovil Portugal Lobato⁸;

Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/6556230515420840>

Paulo Henrique Pinheiro Pereira⁹;

Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/8899917045805601>

Matheus Moreira de Melo¹⁰;

Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/4116292587601680>

Jamilly Gonçalves Zani¹¹;

Centro Universitário Metropolitano da Amazônia (UNIFAMAZ), Belém, Pará.

<http://lattes.cnpq.br/8903185242886354>

Larissa Neves Vieira Petrola¹².

Hospital de Base do Distrito Federal (HBDF), Brasília, Distrito Federal.

<http://lattes.cnpq.br/0106765745845592>

RESUMO: O curso de medicina é reconhecido como um local composto por estudantes que possuem vulnerabilidades ao adoecimento mental, inegavelmente fatores pessoais contribuem com essa realidade, no entanto, a vida acadêmica diferenciada em virtude da relevância dessa profissão e da alta carga de conteúdo incitam fatores que juntos contribuem negativamente para essa realidade. Diante disso, fica demonstrado a necessidade da melhor análise dos aspectos que contribuem para o desenvolvimento e agravamento desses transtornos e, conseqüentemente uma melhor abordagem dessa temática nas universidades. Analisar a prevalência dos alunos diagnosticados com transtornos em saúde mental anteriormente ou durante o curso de medicina e quais fatores os participantes da pesquisa atribuem, de acordo com sua subjetividade, como importantes para o quadro de adoecimento. Participaram do presente estudo um total de 408 discentes, em sua maioria composto por mulheres, sendo este também o gênero com maior diagnóstico de adoecimento, não houve correlação de comorbidades com outras variantes sociodemográficas e os principais fatores associados foram cansaço, prejuízo de sono, sobrecarga de estudo, autocobrança, moradia longe do domicílio e estresse que interfere na qualidade de vida. O fator referido como de menor associação são os relacionados a religiosidade. Foi identificado que a alta prevalência de Transtorno de Ansiedade Generalizada entre os alunos de medicina e que são diversos os fatores correlacionados ao prejuízo a saúde mental dos estudantes, notadamente cansaço/estafa e outro inerentes a própria vida acadêmica no curso de medicina. Diante disso, é importante que as instituições de ensino implantem medidas de suporte voltadas para a preservação e melhora da qualidade de vida e saúde mental dos discentes.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde Mental. Medicina. Saúde do Estudante.

PREVALENCE OF MENTAL DISORDERS IN MEDICAL STUDENTS AND PERCEIVED CONTRIBUTING FACTORS

ABSTRACT: The medical course is recognized as an environment composed of students who are vulnerable to mental illness. Undeniably, personal factors contribute to this reality; however, the distinctive academic life, due to the significance of this profession and the high content load, incites factors that together contribute negatively to this situation. Therefore, it is evident that there is a need for a better analysis of the aspects that contribute to the development and worsening of these disorders and, consequently, a better approach to this issue in universities. The study aimed to analyze the prevalence of students diagnosed with mental health disorders before or during medical school and to identify the factors that research participants subjectively attribute as significant contributors to their illness. A total of 408 students participated in this study, the majority of whom were women, with this gender also having the highest rate of diagnosed illness. There was no correlation of comorbidities with other sociodemographic variables. The main associated factors were fatigue, sleep impairment, study overload, self-pressure, living away from home, and stress that affects quality of life. The factor reported as having the least association was related to religiosity. It was identified that the high prevalence of Generalized Anxiety Disorder among medical students is linked to various factors affecting their mental health, notably fatigue/exhaustion and others inherent to the academic life in medical school. Therefore, it is important for educational institutions to implement support measures aimed at preserving and improving the quality of life and mental health of students.

KEY-WORDS: Mental Health. Medicine. Student Health.

INTRODUÇÃO

De maneira geral, é comum que universitários apresentem ou desenvolvam algum transtorno mental ao longo de sua formação, especialmente quando possuem pré-disposições individuais (De Souza; Tavares & Pereira, 2018). Cada curso universitário tem suas próprias características e desafios, e alguns estudantes não conseguem se adaptar às exigências, o que pode levar a um grande sofrimento psíquico (Moreira; Vasconcelos & Heath, 2015).

Diversos estudos indicam que os fatores estressantes inerentes ao processo acadêmico são possíveis causadores de problemas emocionais, influenciados também pela inteligência emocional e traços de personalidade, com destaque para a depressão e ansiedade durante a graduação (Silva & Medeiros, 2021).

O ambiente do ensino superior exige muito trabalho e dedicação, especialmente no curso de Medicina (Neponuceno, Carvalho & Neves, 2019), devido à alta carga curricular, que limita a vida social dos estudantes. Essa nova realidade provoca uma ansiedade

intensa, agravada pelas novas situações médicas que enfrentam (Bassols, 2023).

De acordo com a International Federation of Medical Students Associations of Brazil, o ingresso na vida acadêmica de Medicina altera drasticamente a saúde mental dos estudantes (Campos *et al*, 2017). Nesse contexto, observa-se um alto número de acadêmicos de Medicina manifestando distúrbios de ansiedade e depressão, resultantes do estresse e da dificuldade em lidar com as mudanças mencionadas (Dantas *et al*, 2016).

Diante disso, surge o questionamento: por que essa população, intelectualmente privilegiada, apresenta uma vulnerabilidade significativa ao estresse e distúrbios psicológicos?

Outro dado relevante refere-se aos momentos de transição ao longo dos seis anos de curso. Um estudo da Universidade de Birmingham mostrou que esses períodos têm níveis elevados de estresse e ansiedade, impactando negativamente o funcionamento cognitivo e a aprendizagem. A literatura aponta que essas situações na educação médica podem ter efeitos psicológicos prejudiciais, levando ao abuso de álcool e drogas, dificuldades de relacionamento interpessoal, problemas na relação médico-paciente, depressão e até suicídio (Bassols, 2014).

Diante desse panorama, o objetivo do presente estudo é descrever a prevalência dos principais transtornos de saúde mental e os fatores que contribuem para esse adoecimento, segundo a autopercepção dos estudantes de medicina do Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA), no ano de 2022.

METODOLOGIA

Foi conduzido um estudo transversal, observacional e descritivo para a coleta de dados por meio de questionários impressos, respondidos por estudantes matriculados no curso de Medicina do Centro Universitário do Estado do Pará (CESUPA) durante o primeiro semestre de 2022.

Todos os participantes foram tratados conforme os princípios da Declaração de Helsinque, o Código de Nuremberg e as Normas de Pesquisa Envolvendo Seres Humanos (Res. CNS 466/12) do Conselho Nacional de Saúde. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética do Centro Universitário do Estado do Pará, conforme parecer nº 5.338.752.

Os dados estatísticos obtidos dos questionários foram organizados e descritos utilizando o programa Microsoft Excel 2020. Os gráficos e tabelas foram elaborados com as ferramentas dos programas Microsoft Word e Excel.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Este trabalho analisou a prevalência de alguns distúrbios de saúde mental em estudantes de medicina, como burnout, transtorno de ansiedade generalizada (TAG) e depressão maior. O estudo não investigou novos diagnósticos, mas considerou os diagnósticos autorreferidos, tanto anteriores quanto durante o curso de medicina.

Através de um questionário aplicado aos participantes, foi possível identificar os principais fatores que, na percepção dos alunos, contribuem para a ocorrência ou agravamento desses problemas de saúde mental.

A pesquisa incluiu 408 estudantes, a maioria (62,3%) do sexo feminino. Dos participantes, 46,6% tinham entre 21 e 25 anos, com idades variando de 18 a 53 anos e uma média de 22,3 anos. Entre aqueles com diagnóstico, a maior parte (85,7%) apresentava transtorno de ansiedade generalizada, seguida de 28,6% com transtorno depressivo maior. A maioria (65,9%) tinha um único distúrbio mental, sem múltiplas comorbidades.

Tabela 1: Prevalência por tipo de diagnóstico e número de doenças dos estudantes de Medicina do Centro Universitário do Pará (CESUPA), avaliados de abril a maio de 2022, Belém-Pará.

Variável	Frequência	Porcentagem
Se houve diagnóstico, Qual?		
Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG)	108	85,7
Transtorno Depressivo Maior	36	28,6
Síndrome do Pânico	18	14,3
Síndrome de Burnout	17	13,5
Transtorno Bipolar	4	3,2
Número de Doenças		
Uma Doença	83	65,9
Duas Doenças	31	24,6
Três Doenças	6	4,8
Quatro Doenças	5	4,0
Não Houve Descrição (NHD)	1	0,8

As porcentagens são relativas aos alunos com diagnóstico prévio ou posterior (n=126).

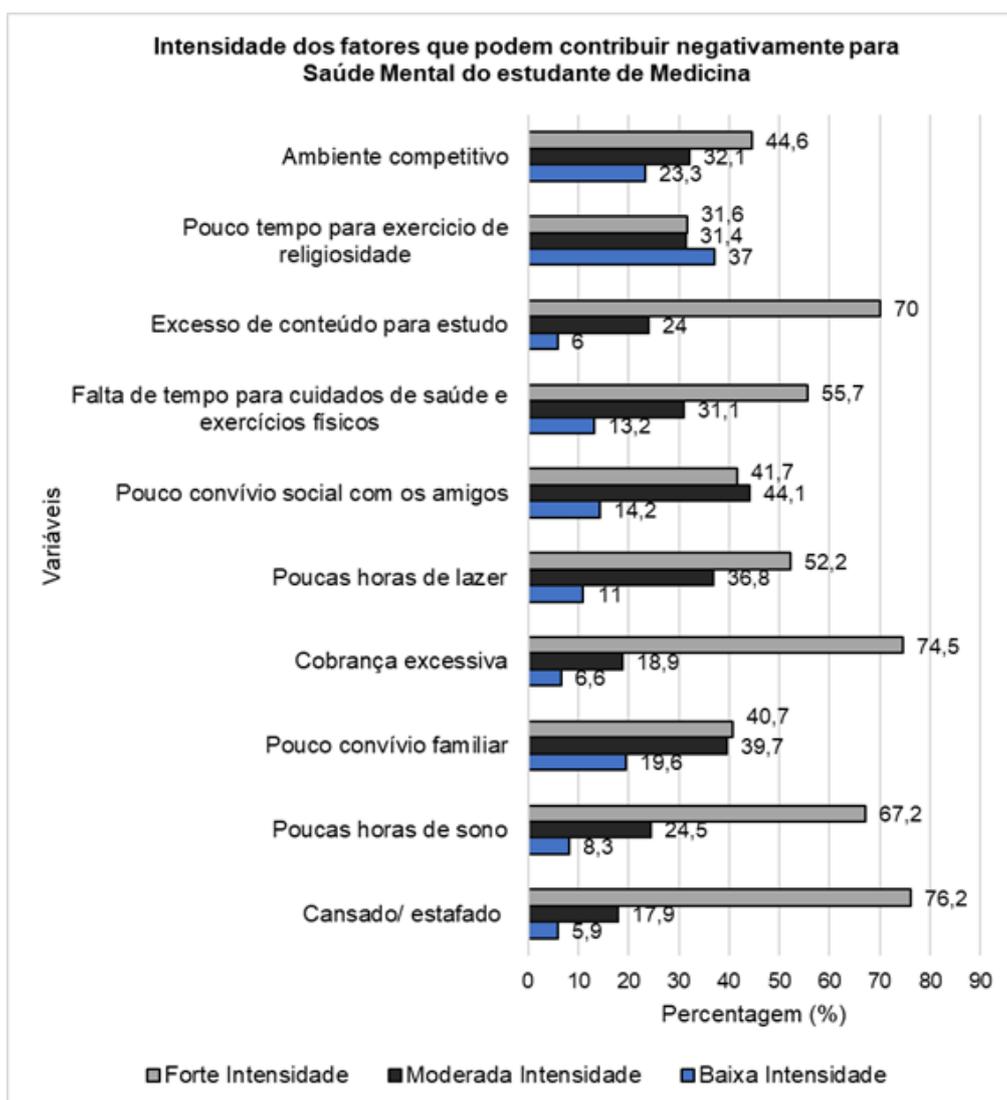
Fonte: Elaborado pelos Autores

De acordo com esses dados, em uma pesquisa com 126 alunos, 51,3% já possuíam diagnóstico antes de ingressar na universidade (Lora *et al*, 2020). Em contraste, um estudo realizado na Universidade Federal de Sergipe revelou que apenas 28,8% tinham diagnósticos prévios ao curso, enquanto 71,2% dos alunos desenvolveram problemas de saúde mental posteriormente (Teixeira *et al*, 2021).

Seguindo o protocolo de pesquisa, o transtorno mais prevalente entre os estudantes foi a Ansiedade Generalizada, representando 85,7% das comorbidades autorreferidas. Este transtorno foi predominante da primeira à oitava etapa do curso, atingindo pelo menos 77% dos diagnósticos mencionados, e na segunda etapa, esteve presente em 100% dos alunos que relataram algum problema de saúde mental. De maneira semelhante, um estudo realizado na Universidade do Paraná encontrou que 78,5% dos diagnosticados tinham Transtorno de Ansiedade Generalizada (Teixeira *et al*, 2021).

Por outro lado, no estudo realizado em Sergipe, a doença em questão foi relatada por apenas 19,7% dos alunos com diagnósticos de transtornos mentais, mas ainda assim foi a comorbidade mais prevalente, com a Depressão Maior sendo a segunda mais frequente (Lora *et al*, 2020). Isso é consistente com o presente estudo, onde 28,6% dos participantes auto-referiram esse diagnóstico, tornando-o também o segundo mais prevalente (Tabela 1).

Figura 1: Intensidade dos fatores que podem contribuir negativamente para saúde mental dos estudantes de Medicina.



Fonte: Elaborado pelos Autores.

A tabela 2 exibe os valores de média e moda em relação a força com que os fatores podem influenciar negativamente a saúde mental dos estudantes de medicina.

Tabela 2: Média atribuída a força com que os fatores podem contribuir negativamente para saúde mental dos estudantes de Medicina do Centro Universitário do Pará (CESUPA), avaliados de abril a maio de 2022, Belém-Pará

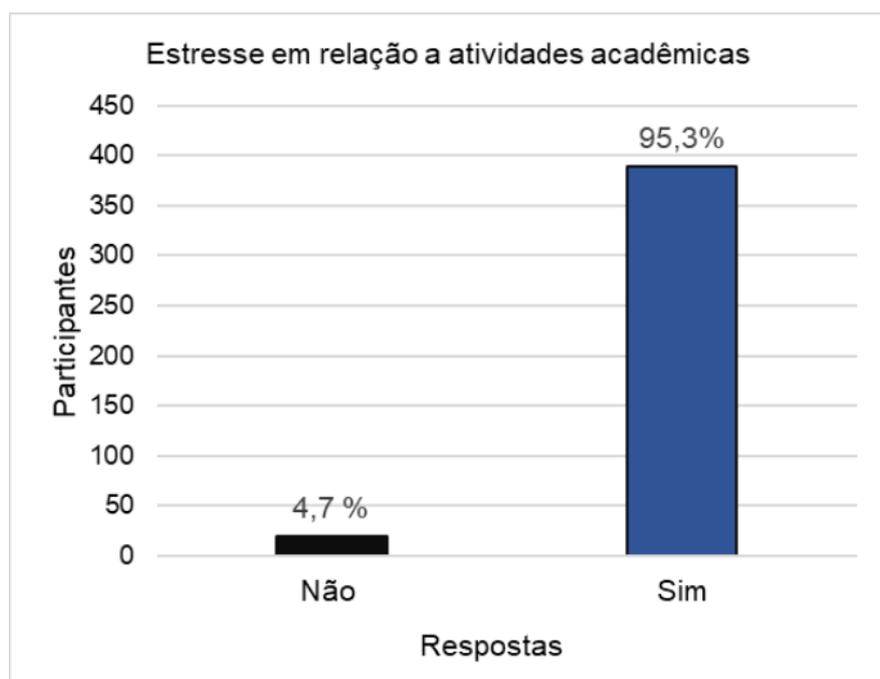
Variáveis	Média	Moda
Cobrança excessiva	8,15	10
Cansado/estafado	8,25	10
Poucas horas de sono	7,8	10
Pouco convívio familiar	6,2	10
Poucas horas de lazer	7,1	10
Pouco convívio social com os amigos	6,6	10
Falta de tempo para cuidados de saúde e exercícios físicos	7,1	10
Excesso de conteúdo para estudo	8	10
Pouco tempo para exercício de religiosidade	4,9	10
Ambiente competitivo	6,2	10

Fonte: Elaborado pelos Autores

A Figura 1 apresenta dados sobre o estresse no curso de medicina. É importante destacar que o estresse está associado a uma alta prevalência de suicídio, depressão, uso de drogas, distúrbios conjugais e disfunções profissionais tanto em médicos quanto em estudantes de medicina, evidenciando a correlação entre esses fatores e o adoecimento (Pereira *et al*, 2020).

Além disso, o estágio final do estresse é a exaustão, quando as reservas de energia se esgotam e o adoecimento grave pode se manifestar, tornando a recuperação total quase impossível. Neste ponto, o organismo começa a desorganizar-se emocionalmente e as vulnerabilidades biológicas são ativadas (Andrade & Souza, 2019).

Figura 2: Vida acadêmica relacionada ao aumento de estresse.



Fonte: Elaborado pelos Autores

A pesquisa também examinou fatores conhecidos na literatura como protetores da saúde mental dos estudantes de medicina. De acordo com os critérios utilizados nesta pesquisa, o fator mais associado ao adoecimento mental foi o cansaço/estafa. Contudo, a falta de autocuidado, incluindo a ausência de exercícios físicos, foi identificada como um fator significativo por 55,7% dos participantes (Figura 1).

Um estudo na Universidade Federal de Goiás revelou que a falta de atividade física era o principal fator de adoecimento entre os alunos de medicina (Oliveira, 2015). Isso pode ser explicado pela ausência de centros esportivos nos campi e pela falta de tempo para atividades físicas na rotina acadêmica (Lineiredo *et al*, 2014).

Fatores que atenuam o estresse, como lazer e exercício físico, foram descritos como difíceis de conciliar com as atividades acadêmicas. Apesar de reconhecerem a importância desses aspectos para a saúde física e mental, muitos alunos não conseguem integrá-los em sua rotina. Pesquisa em Montreal indicou que essa dificuldade contribui para uma maior vulnerabilidade ao estresse (Moreira, Vasconcellos & Heath, 2015). Na nossa pesquisa, a falta de lazer foi identificada por 52% dos alunos como um fator de forte intensidade no prejuízo da saúde mental (Figura 1).

Embora os estudantes de medicina sejam treinados para cuidar da saúde dos pacientes, frequentemente negligenciam seus próprios cuidados. Muitos sentem que devem suportar demandas acadêmicas extremas e situações estressantes, o que contribui para o adoecimento, afetando o sono e causando exaustão emocional (Andrade *et al*, 2019).

As exigências complexas da educação médica muitas vezes dificultam a priorização do bem-estar pessoal. Pesquisas mostram que aspectos da cultura da educação médica, como aumento da pressão, restrições de tempo e estigma associado à busca de ajuda, impedem que alunos e educadores se cuidem adequadamente (Andrade *et al*, 2019).

Sobre o autocuidado, a pesquisa também abordou a influência da religiosidade. Mais de 70% dos participantes relataram ter alguma forma de religiosidade, mas apenas 49% perceberam um impacto negativo em suas atividades religiosas após o início do curso. Entre esses, quase 77% consideraram esse fator como prejudicial à saúde mental (Figura 1).

Outros estudos também indicam que, embora poucos alunos mencionem espiritualidade, aqueles que o fazem destacam a importância da fé. Atividades como orar, frequentar a igreja e conversar com amigos de fé ajudaram alguns a enfrentar as exigências acadêmicas. A religiosidade pode atuar como um fator protetor (Moreira, Vasconcellos & Heath, 2015; Crus & de Fátima, 2019).

Pesquisa na Universidade de Goiás mostrou que a espiritualidade é crucial para o equilíbrio emocional e autoconhecimento dos alunos de medicina, principalmente devido ao contato frequente com dor e sofrimento. Isso pode explicar por que estudantes que notaram prejuízos nesse aspecto após o ingresso na universidade associaram isso ao adoecimento (Napoli *et al*, 2022).

A pesquisa de Moutinho *et al.* (2017) com 259 estudantes de medicina americanos revelou que baixos níveis de bem-estar espiritual e experiências espirituais diárias estão associados a maior estresse psicológico e desgaste. Da mesma forma, estudos de Moutinho *et al.* (2017) mostraram uma correlação negativa entre religiosidade, depressão e ansiedade em 285 estudantes iranianos.

CONCLUSÃO

Esta pesquisa destaca a importância de analisar a prevalência dos diagnósticos de saúde mental entre os alunos de medicina do Centro Universitário do Pará e identificar fatores que afetam negativamente a saúde mental desses estudantes.

Os participantes indicaram que os principais fatores prejudiciais são cansaço, estafa, cobrança excessiva e sobrecarga de conteúdo. Além disso, 62,5% apontaram a falta de tempo livre como um obstáculo para a prática de autocuidado, como atividades físicas, lazer e convívio familiar.

Diante desses resultados, é essencial que as universidades compreendam os fatores que agravam o estresse e afetam a qualidade de vida dos acadêmicos, interferindo em sua saúde mental. A partir dessas informações, devem ser propostas estratégias institucionais, como suporte psicológico e pedagógico individualizados, infraestrutura para atividades físicas e áreas verdes que promovam o bem-estar.

DECLARAÇÃO DE INTERESSES

Nós, autores deste artigo, declaramos que não possuímos conflitos de interesses de ordem financeira, comercial, político, acadêmico e pessoal.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, F.K. *et al.* Qualidade de vida e burnout entre estudantes de medicina que vivenciam o método de Aprendizagem Baseada em Problemas. **Aletheia**. 52(1):116-28, 2019. Disponível em: < http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942019000100009>.

ANDRADE, S.L.V & SOUZA, V.R. Avaliação do Nível de Estresse em Acadêmicos de Medicina. **Cadernode Graduação-Ciências Humanase Sociais-UNIT-ALAGOAS [Internet]**. 5(2):79-9, 2019. Disponível em < <https://periodicos.set.edu.br/fitshumanas/article/view/6728/3356>>.

BASSOLS, A.M.S. Estresse, ansiedade, depressão, mecanismos de defesa e coping dos estudantes no início e no término do curso de medicina na **Universidade Federal do Rio Grande do Sul**. 2014. Disponível em: <<https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/104141>>.

CAMPOS, T.D. *et al.* Formação em saúde mental no curso de medicina: experiência do SAMU. **Sinapse Múltipla [Internet]**. 2017. Disponível em <<http://periodicos.pucminas.br/index.php/sinapsemultipla/article/view/16503/12918>>.

CRUZ, R.O. & DEFÁTIMA, M.L.S. Vivências Acadêmicas e Sofrimento Psíquico em Estudantes de Medicina. **Periódicos UFT**. 2019. Disponível em: <DOI: 10.20873/25261487V4N2P451>.

DANTAS, P.W. *et al.* Ansiedade e Depressão: **Desafios a Serem SUPERADOS Por Acadêmicos de Medicina**. 2016. Disponível em: <http://www.editorarealize.com.br/editora/anais/conbracis/2016/TRABALHO_EV055_MD4_SA5_ID1777_01052016160508.pdf>.

DE SOUZA, A.S.; TAVARES, K.M. & PEREIRA, P.S.P Depressão em Estudantes de Medicina: Uma Revisão Sistemática de Literatura. **Seminário Estudantil de Produção Acadêmica [Internet]**. 16(0), janeiro de 2018. Disponível em: <: <https://revistas.unifacs.br/index.php/sepa/article/view/4815>>.

LINEIREDO, A.M. *et al.* Percepções dos estudantes de medicina da ufop sobre sua qualidade de vida. **Revista Brasileira de Educação Médica**. 38(4):435-43, 2014.

LORA, G.P.; GOLIN, C.S.; LISE, A.M.R. & LINARTEVICH, V.F. Avaliação da Saúde Mental de Graduandos de Medicina de uma Instituição Particular de Ensino Superior do Oeste do Estado do Paraná. **Fag Journal of Health (FJH)**. 2;2(3):357-63; setembro 2020.

MOREIRA, S.N.T.; VASCONCELLOS, R.L.S.S. & HEATH N. Estresse na Formação Médica: como Lidar com Essa Realidade? **Revista Brasileira de Educação Médica [Internet]**. 2015 Dec;39(4):558-64, dezembro de 2015. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/1981-52712015v39n4e03072014>>.

MOUTINHO, I.L.D. *et al.* Depression, stress and anxiety in medical students: A cross-sectional

comparison between students from different semesters. **Revista da Associação Médica Brasileira**. 63(1):21-8, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1806-9282.63.01.21>>.

NAPOLI, R.G.D. *et al.* Religiosidade e ansiedade em estudantes de medicina do Centro Universitário de Anápolis. **Brazilian Journal of Development**. 8(4):28802-13, 2022. Disponível em: <DOI:10.34117/bjdv8n4-395>.

NEPONUCENO, H.J.; CARVALHO, B.D.N. & NEVES, N.M.B.C. Transtornos mentais comuns em estudantes de medicina. **Revista Bioética**. 27(3):465–70, setembro de 2019.

PEREIRA, F.Z. *et al.* Estresse e sono em estudantes de medicina / Stress and sleep in medical students. **Brazilian Journal of Health Review** [Internet]. 3(6):16858-70, 2020. Disponível em: <DOI:10.34119/bjhrv3n6-100>.

SILVA, K.F. & MEDEIROS, V.R.A. Análise do Consumo de Estimulantes Cerebrais por Estudantes da Região das Missões, Rio Grande do Sul, Brasil. **Revista Interdisciplinar em Ciências da Saúde e Biológicas**. 31;5(1):3-13, outubro de 2021.

TEIXEIRA, L. D.E., COSTA, R.A.; MATTOS, R.M.P.R. & PIMENTEL, D. Saúde mental dos estudantes de Medicina do Brasil durante a pandemia da coronavirus disease 2019. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**. 70(1):21–9, 2021.