

## *Situação da saúde mental de estudantes de medicina ao redor do mundo: uma revisão sistemática*

O objetivo deste estudo foi o levantamento da situação mental dos acadêmicos de medicina ao redor do mundo. Realizaram-se buscas sistemáticas nas bases de periódicos, com termos relacionados ao assunto, escolhendo-se preferencialmente trabalhos mais recentes. Percebeu-se que os estudantes de medicina são mais propensos que outras pessoas aos problemas relacionados à saúde mental. Os principais problemas relatados nos estudos revisados foram os relacionados à ansiedade, depressão, estresse e ideação suicida. Os percentuais encontrados foram elevados e preocupantes, os problemas conforme os artigos são ocasionados em grande parte pela situação imposta aos universitários, devido aos conteúdos profundos e extensos necessários à formação dos médicos, o que acaba por ocasionar dificuldades no aprendizado e falta de tempo para atividades prazerosas do dia a dia. Mais para o final do curso o contato com o sofrimento de pessoas doentes e situações de morte também têm sido relatados como fatores que podem contribuir com o aumento do número de discentes com os problemas. Dessa forma é de crucial importância que os órgãos de assistência social das universidades acompanhem de perto a situação, com vistas a realizar o atendimento necessário a todos os alunos que necessitarem, em tempo de remediar a situação, abordado e trabalhado o assunto junto aos acadêmicos, para reduzir o preconceito e aumentar a aceitação e entendimento de toda essa problemática por parte dos graduandos, incentivando-os a identificar a condição e buscar ajuda, sempre que percebam necessidade.

**Palavras-chave:** Formação Médica; Ansiedade; Depressão; Estresse; Ideação Suicida.

## *Medicine students mental health situation around the world: a systematic review*

The aim of this study was to survey the mental situation of medical students around the world. Systematic searches were carried out in the databases of journals, with terms related to the subject, preferentially choosing more recent works. It was noticed that medical students are more likely than other people to have problems related to mental health. The main problems reported in the reviewed studies were those related to anxiety, depression, stress and suicidal ideation. The percentages found were high and worrying, the problems according to the articles are largely caused by the situation imposed on university students, due to the deep and extensive contents necessary for the training of physicians, which ends up causing difficulties in learning and lack of time for pleasurable everyday activities. Towards the end of the course, contact with the suffering of sick people and situations of death have also been reported as factors that can contribute to the increase in the number of students with problems. Thus, it is of crucial importance that the universities' social assistance bodies monitor the situation closely, with a view to providing the necessary care to all students who need it, in time to remedy the situation, approaching and working the issue with academics, to reduce prejudice and increase acceptance and understanding of all this issue by undergraduates, encouraging them to identify the situation and seek help, whenever they perceive the need.

**Keywords:** Medical Education; Anxiety; Depression; Stress; Suicidal Ideation.

Topic: **Psiquiatria e Saúde Mental**

Received: **25/10/2021**

Approved: **23/01/2022**

Reviewed anonymously in the process of blind peer.

**Camille Schmidt de Proença** 

Faculdade Assis Gurgacz, Brasil

<http://lattes.cnpq.br/2698489864264507>

<http://orcid.org/0000-0002-0288-0318>

[k1000le.sp@gmail.com](mailto:k1000le.sp@gmail.com)

**Amanda Franco Martins** 

Faculdade Assis Gurgacz, Brasil

<http://lattes.cnpq.br/4397342329927004>

<http://orcid.org/0000-0002-8272-5536>

[afmartins1@minha.fag.edu.br](mailto:afmartins1@minha.fag.edu.br)

**Carla Adriana Pizarro Schmidt** 

Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Brasil

<http://lattes.cnpq.br/6715272307281643>

<http://orcid.org/0000-0003-4098-5759>

[cs910@yahoo.com.br](mailto:cs910@yahoo.com.br)



DOI: 10.6008/CBPC2236-9600.2022.001.0034

### Referencing this:

PROENÇA, C. S.; MARTINS, A. F.; SCHMIDT, C. A. P.. Situação da saúde mental de estudantes de medicina ao redor do mundo: uma revisão sistemática. *Scire Salutis*, v.12, n.1, p.305-315, 2022. DOI:

<http://doi.org/10.6008/CBPC2236-9600.2022.001.0034>

## INTRODUÇÃO

Puthran et al. (2016), calcula que cerca de um terço dos acadêmicos de medicina sofrem de depressão ou sintomas depressivos. Adhikari et al. (2017), em seu referencial teórico relatam a existência de problemas de saúde mental entre estudantes de medicina em vários locais do mundo, entre eles os autores citam estudos que comprovam problemas em várias partes da Ásia, incluindo a Índia; Paquistão; Irã; Malásia; China; Arábia Saudita e EUA.

De acordo com Moutinho et al. (2019), os universitários de medicina demonstram uma prevalência alta de doenças emocionais, quase metade dos alunos por eles acompanhados apresentaram altos níveis de depressão, ansiedade e estresse. Moutinho et al. (2019), citam ainda diversos outros autores que também confirmam esse elevado índice de distúrbios psicológicos nesse público, podendo-se destacar os estudos de Dyrbye et al. (2008); Brazeau et al. (2014); Ludwig et al. (2015) e Puthran et al. (2016), realizados nos últimos anos.

Adhikari et al. (2017), explicam que mesmo os problemas de saúde mental em estudantes de cursos de medicina sendo amplamente conhecidos, os artigos nessa área ainda são escassos. Com isso, percebe-se a importância e relevância do presente estudo, o qual objetivou a construção de um apanhado bibliográfico, por meio de uma revisão sistemática a respeito da situação da saúde mental dos acadêmicos de medicina ao redor do mundo; bem como os motivos e consequências de uma má saúde mental; além de alguns recursos e possíveis soluções para redução dos problemas observados.

## REVISÃO TEÓRICA

Optou-se para realização desse artigo, apresentar na fundamentação teórica autores que confirmem a problemática da elevada incidência de problemas de saúde mental em acadêmicos de medicina ao redor do mundo, a falta de uma infraestrutura destinada à melhoria da situação por parte das instituições que recebem esses estudantes, os principais fatores que levam ao agravamento da situação, bem como a dificuldade de aceitação da doença por parte dos acometidos.

De acordo com Dyrbye et al. (2008; 2014), a faculdade de medicina não é um ambiente voltado para a manutenção de uma saúde mental adequada, e isso tem repercussões importantes em seus alunos, sendo que muitas vezes eles acabam por desenvolver a síndrome de Burnout que é uma exaustão física e emocional decorrente de um trabalho desgastante.

A depressão tem uma maior prevalência em discentes de medicina do que na população em geral (NGUYEN et al., 2018). Um levantamento por meio de meta-análise revelou que a prevalência de depressão entre graduandos de medicina ao longo dos anos de estudo apresenta uma faixa de variação entre 24,2% e 32,1% (PUTHRAN et al., 2016). De acordo com Sobowale et al. (2014), 65% dos universitários de medicina chineses sofrem diferentes formas e graus de depressão e mais de 12% dos médicos chineses relatam Burnout. Além de que quase 30% dos alunos deprimidos relataram ideação suicida.

Ao estudar a relação entre a síndrome de Burnout e a ideação suicida em acadêmicos de medicina

Dyrbye et al. (2008), perceberam que a síndrome aumenta o pensamento suicida, notaram ainda que 50% dos estudantes apresentaram Burnout ao longo do curso e 10% citaram idealização de um plano suicida. Chen et al. (2013), explicam que uma má saúde mental médica, ocasionada pelo esgotamento imposto por longas jornadas, desempenhadas por médicos residentes, pode afetar a segurança dos pacientes, por conta de possíveis decisões médicas incorretas. Em seu estudo, realizado em Taiwan, perceberam uma elevada incidência de Burnout.

O processo de admissão pode desempenhar um papel crítico no recrutamento de candidatos que possam lidar com as rigorosas demandas do treinamento médico. Portanto, é importante pesquisar o estado de saúde psicológica dos alunos matriculados por meio de diferentes métodos de admissão. (YUSOFF, 2020)

Os médicos são do “grupo de risco” da má saúde mental, por diversas circunstâncias. Esse cenário reflete, por exemplo, na maior taxa de suicídio de todos os grupos ocupacionais, sendo de aproximadamente 3 a 5 vezes maior do que na população geral (KAMSKI et al., 2012). Os acadêmicos estão expostos ao sofrimento e a morte desde um estágio inicial, tendo que lidar com esses desafios e é natural que os graduandos estejam predispostos a problemas de saúde mental (KOTHARI et al., 2018).

Além disso, esse período é um momento de sofrimento psíquico significativo para os médicos em treinamento. A escola aplica um extenso processo seletivo para identificar indivíduos inteligentes e altruístas com um forte compromisso com a educação médica e, em seguida, passa anos tentando preparar esses indivíduos para alcançar seus objetivos (NGUYEN et al., 2018).

Cursar medicina exige muito trabalho e motivação. Além da exigência de um currículo abrangente, a carga horária da faculdade é vasta e cansativa, portanto é academicamente rigoroso (KOTHARI et al., 2018). “O rigor do treinamento médico torna o ambiente de educação médica mentalmente desafiador e exigente” (YUSOFF et al., 2018, citado por YUSOFF, 2020).

Damiano et al. (2021), explicam que as escolas de medicina não devem apenas estar cientes desses inúmeros desafios, mas devem projetar intervenções para criar um ambiente melhor para seus alunos. Tjia et al. (2005), explicam que apesar de terem fácil acesso a instalações de saúde, os estudantes de medicina muitas vezes relutam em procurar ajuda para problemas de saúde mental. Os universitários com problemas psicológicos muitas vezes não expõem essa condição, tanto pelo medo do julgamento alheio ou mesmo pelos mitos em torno da saúde mental difundidos pela sociedade (KOTHARI et al., 2018).

O estigma em torno dos problemas psicológicos na faculdade de medicina é surpreendentemente alto. Em uma pesquisa, 30% dos alunos dos primeiros anos relataram que esta era uma barreira explícita ao uso de serviços de saúde mental. Ademais, outras barreiras citadas para usar serviços de ajuda psiquiátrica foram: falta de tempo (48%), falta de sigilo (37%), custo (28%), medo de documentação no histórico escolar (24%) e medo de intervenção indesejada (26%) (GIVENS et al., 2002).

É um tanto paradoxal que acadêmicos de medicina sejam ensinados a tratar a saúde mental de seus pacientes, mas quando se trata da própria saúde mental o estigma que a cerca é mais forte do que nunca (GOEL et al., 2016, citado por KOTHARI et al., 2018).

## MATERIAIS E MÉTODOS

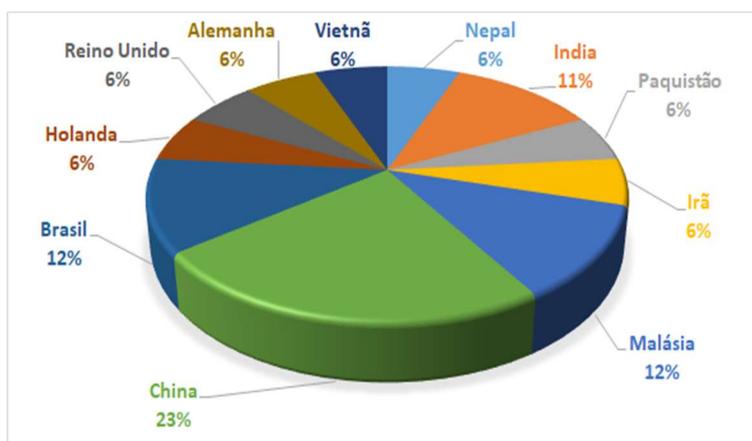
Uma revisão sistemática diferencia-se das revisões tradicionais por apresentar detalhadamente os procedimentos metodológicos de busca, a qual deve ser ampla, com critérios claros de inclusão de materiais, possibilitando outros pesquisadores realizarem o mesmo procedimento, se assim desejarem e encontrarem os mesmos resultados. Sempre que possível, quando dados numéricos são encontrados e podem ser comparados, são avaliados por meio de metan lise (BRASIL, 2014). Dessa forma o presente estudo pode ser classificado como uma revisão sistemática e os procedimentos de busca e escolha dos materiais referenciados nos resultados serão aqui descritos.

Iniciou-se as buscas por artigos para realiza o desta revisão sistemática nas bases de Periódicos da Capes, filtrou-se pelos últimos cinco anos, 2017 a 2021 e focou-se nos termos para assunto: ‘mental health + mental disorder + depression’, sendo que os trabalhos deveriam possuir em seus títulos o termo ‘medical students’. Foram mantidos na lista de artigos para realiza o dos fichamentos apenas periódicos com revisão por pares, com isso encontrou-se 12 textos, dos quais foram mantidos apenas os que possuíam DOI e tinham acesso aberto, o que resultou em 9 estudos. Com vistas a atualizar a pesquisa e verificar pesquisas nacionais, realizou-se também uma busca na base Scielo: ‘(ti:(medical students)) E (depression)’, onde foram encontrados dois estudos nacionais do corrente ano 2021.

De posse desses 11 trabalhos inicialmente selecionados, procederam-se os fichamentos. Construiu-se ainda uma listagem dos textos julgados interessantes encontrados citados nos artigos lidos, todos os listados que agregaram à pesquisa e que tinham acesso aberto foram igualmente lidos e utilizados para apresenta o de alguns dos resultados, sendo que por fim totalizou-se a leitura de 20 artigos.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Um dos objetivos dessa pesquisa foi o de realizar um levantamento de artigos conduzidos em diferentes países, de acordo com a Figura 1, pode-se observar que dentre os universitários avaliados nos 17 textos listados no Quadro 1, estiveram incluídas pessoas de 11 diferentes nacionalidades, sendo que o maior percentual foi de estudantes de medicina Chineses. No total foram encontrados 4 estudos Chineses nesse mesmo tema, realizados entre os anos de 2014 e 2021, sendo o país onde mais artigos foram localizados.



**Figura 1:** Percentual representativo dos trabalhos realizados nos diferentes países.

Alguns dos estudos lidos, provenientes de diversas localidades, podem ser visualizados no Quadro 1, onde se pode notar que os resultados percentuais de problemas de saúde mental são elevados. Os mais descritos nos artigos encontrados foram os transtornos de ansiedade, depressão, estresse e ideao suicida. O que está de acordo com os estudos de Kothari et al. (2018), os quais explicam que a Medicina pode predispor os alunos a problemas de saúde mental, que incluem depressão, ansiedade e pensamento suicida.

Percebeu-se com base nos estudos de Xiao et al. (2020) e Sacramento et al. (2021), que quando os transtornos depressivos são avaliados em escalas, os percentuais de pessoas acometidas pelas formas mais leves da doena são superiores, o que é um alento em relao   quantidade de discentes de medicina que, em geral são diagnosticados com essas doenas.

Realizando-se um cáculo de média ponderada dos dados apresentados no Quadro 1, observou-se que; nos 12 artigos, sem incluir o trabalho mundial, que avaliaram a predisposio   depressão em estudantes de medicina, o valor foi de 27,70% o que é validado pela faixa encontrada por Puthran et al. (2016) de 24,2% a 32,1% em seu texto de met lise.

Os percentuais encontrados variaram entre 13,5% na China (SOBOWALE et al., 2014) e 51,3% na  ndia (IQBAL et al., 2015). Em outro artigo realizado na  ndia os percentuais encontrados foram de 26,6%, bem inferiores (VANKAR et al., 2014).

**Quadro 1:** Quadro apresentando os resultados encontrados em artigos coletados na revisão sistemática.

Local	% Depressão e correlatos	Amostra (Estudantes medicina)	Fonte
Mundo	28% de depressão; 5,8% ideao suicida	62728 (77 estudos)	Puthran et al. (2016)
Alemanha	30,4% sexo masculino e 45,7% sexo feminino (mais estudantes mulheres; situao comum na Alemanha) ; 12% dos homens e 20% das mulheres depressão leve e 2,5% das mulheres e 1,16% dos homens depressão grave	723	Burger et al. (2018)
Brasil	29,8% para depressão; 30,1% para ansiedade; 25,3% para estresse	756	Moutinho et al. (2019)
Brasil	30,8% ansiedade sendo: (19,9% leve; 8,5% moderada e 2,4% grave); 36% depressão sendo: (28,8% leve; 5,9% moderada e 1,3% grave)	1.339	Sacramento et al. (2021)
China	13,5% depressão moderada a grave; 7,5% ideao suicida	348	Sobowale et al. (2014)
China	61,2% desânimo em relao ao futuro; 57,1% frequentemente se sentiam preocupados e 30% relataram que muitas situaes os preocupavam; 51% problemas para relaxar e 18% problemas para dormir	49 no grupo preliminar e 46 no grupo de validao	Zhang et al. (2020)
China	17,1% transtorno de ansiedade sendo: (12,5% leve, 3,2% moderada e 1,4% grave); 25,3% depressão sendo: (17,7% leve; 4,6% moderada, 1,9% moderada a grave e 1,1% severa)	933	Xiao et al. (2020)
China	17,8% ansiedade; 25,9% sintomas depressivos	9.394	Wu et al. (2021)
Holanda	20% depressão; 17% ansiedade; 25% problemas de saúde mental	951	Borst et al.(2016)
Índia	26,6% depressão moderada a grave	331	Vankar et al. (2014)
Índia	51,3% depressão; 66,9 % ansiedade; 53% estresse	353	Iqbal et al. (2015)
Ir�	54,4% provável estado de saúde mental anormal	208	Farahangiz et al. (2016)
Malásia	7% de prevalência de suicídio	537	Tan et al. (2015)
Malásia	36,9 a 39% estresse; 67,4 a 78% ansiedade;	241	Yusoff (2020)

	36,2 a 41% depressão; 29 a 31,9% síndrome de burnout	(2 grupos em 2016-17)	
Nepal	29,2% depressão; 4,1% síndrome do pânico; 4,7% ideao suicida	343	Adhikari et al. (2017)
Paquistão	43,89% ansiedade e depressão	482	Jadoon et al. (2010)
Reino Unido	30% precisaram de algum tratamento para saúde mental; 80% acreditam que o suporte dado pela instituio era ruim ou moderadamente adequado; 15% consideraram a ideia de cometer suicídio	1.122	Billingsley (2015)
Vietnã do Norte	39% sintomas depressivos	1.319	Nguyen et al. (2018)

Cabe destacar que existem diferentes instrumentos que podem ser aplicados para a avaliao do estado psicológico das pessoas, em algumas situaes esses questionários precisam ser traduzidos e validados para pesquisas com pessoas de outras nacionalidades. Xiao et al. (2020) e Wu et al. (2021), aplicaram os questionários validados para aplicao na China sobre o Transtorno de Ansiedade Generalizada (GAD-7) e o de avaliao da Saúde do Paciente (PHQ-9), que avaliam o transtorno de ansiedade e depressão, respectivamente. Adhikari et al. (2017) também utilizaram o (PHQ) porém em versão própria para o Nepal.

Os questionários sobre sintomas depressivos (BDI-II), Burnout (BOSS-II) e qualidade de vida (SF-12) foram aplicados no estudo de Burger et al. (2018). Moutinho et al. (2019), utilizaram os questionários de 21 perguntas que avaliam depressão, ansiedade e estresse, o DASS 21 (*Depression Anxiety Stress Scale*) validado para o português enquanto Yusoff (2020), também aplicou o DASS 21, mas em versão própria para a Malásia.

A escala CES-D e um questionário de autorrelato foram aplicados no estudo de Nguyen et al. (2018). Já Zhang et al. (2020), utilizaram 5 escalas as quais apresentaram em anexo ao seu estudo, descritas como: 1) Escala de Esperana; 2) Escala de Satisfao com a Vida; 3) Escala de Felicidade Subjetiva (SHS); 4) Escala de depressão e 5) Escala de ansiedade; por estarem avaliando a eficácia da psicologia positiva na reduo dos problemas de saúde mental, esses autores fizeram um estudo bem completo em termos de aplicao de escalas, com isso se pode notar que existem muitas opes de escalas para serem aplicadas, o que pode acabar contribuindo para o aparecimento de diferenas nos resultados.

Damiano et al. (2021) explicam que semelhanas e diferenas também podem estar relacionadas ao ambiente acad mico e a fatores curriculares e culturais/sociais. Além disso, citam que no Canadá as elevadas mensalidades do curso são descritas como um dos principais fatores capazes de desencadear problemas emocionais nos alunos, enquanto no Brasil, quando o estudo é realizado em escolas públicas, esse não seria um fator a ser considerado, porém esse mesmo fator poderia ser importante quando se pesquisa acadêmicos de instituies particulares.

Ressalta-se ainda que os problemas de depressão aumentaram para 25,3% no estudo realizado na China no ano de 2020, ao longo da ocorrência da pandemia de COVID-19, o que segundo os autores pode ter contribuído com a elevao dos índices de transtornos psicológicos, devido às medidas duras de distanciamento social impostas naquele país (XIAO et al., 2020).

O resultado da média ponderada dos oito artigos que apresentaram percentuais de ansiedade foi de 22,54% sendo que os valores citados estavam numa faixa entre 17% apresentado em um estudo com holandeses e 72,7% encontrado em trabalho realizado com graduandos da Malásia. Tr s pesquisas

apresentaram os percentuais de estresse, sendo que a média ponderada calculada totalizou 34,80% e os percentuais variaram entre 25,3% encontrado em estudantes de medicina brasileiros e 53% em acadêmicos da Índia.

Os quatro trabalhos que descreveram os percentuais de ideação suicida resultaram em 9,87% em média ponderada, sendo que o menor percentual foi 4,7%, encontrado em um estudo realizado no Nepal e o maior percentual de 15% foi observado em discentes do Reino Unido, os percentuais médios do presente estudo foram superiores aos 5,8% citados por Puthran et al. (2016), obtidos por meio da metanálise por eles conduzida.

Os elevados percentuais de ideação suicida, encontrados por Billingsley (2015) podem ser devidos ao ambiente daquela instituição, tendo em vista que 80% dos entrevistados acreditavam que o suporte dado pelo estabelecimento de ensino era ruim ou moderadamente adequado e 30% relataram ter precisado recorrer a alguma categoria de tratamento para saúde mental.

### **Principais motivos encontrados nos estudos que explicam a má saúde mental**

Números crescentes de pesquisas avaliaram a depressão e a saúde mental dos acadêmicos de medicina. No geral, esses trabalhos têm sugerido consistentemente que os níveis de depressão entre os universitários de medicina, são maiores que entre a população geral e que as mulheres têm níveis mais elevados de depressão do que os homens (DYRBYE et al., 2008; DAHLIN et al., 2005, citados por NGUYEN et al., 2018).

Muitos fatores estão relacionados com a má saúde mental dos graduandos de medicina. Dentre eles estão: estarem no início do treinamento médico; a pressão precoce sobre eles; ser mulher na medicina; o local da faculdade (muitas vezes longe da cidade de origem dos acadêmicos); estresse familiar; problemas com dinheiro; grade curricular pesada; falta de liberdade, prazer e tempo; além da competição de desempenho, estudos e notas (MOUTINHO et al., 2019).

As mulheres estão cada vez mais presentes no cenário da medicina. Na Alemanha, atualmente dois em cada três estudantes de medicina são do sexo feminino (BURGER et al., 2018). Embora as mulheres demonstrem ser uma clara maioria dos discentes de medicina, elas eram em 2008 apenas metade, ou até menos da metade, daqueles que realmente trabalharam mais tarde na vida como médicos (HIBBELER et al., 2008, citado por BURGER et al., 2018).

Os alunos não querem parecer fracos explicitando seus problemas, pois progredir na faculdade de medicina requer os mais altos padrões acadêmicos, então alguns podem sentir que relatando seus problemas, parece que eles estão procurando uma “desculpa” para evitar estudar (GENENRAL MEDICAL COUNCIL, 2009, citado por KOTHARI et al., 2018).

Como fontes mais comuns de estresse, os estudantes de medicina brasileiros relataram situações relacionadas ao ambiente de aprendizagem, desempenho acadêmico e falta de tempo, como conteúdo extenso a ser estudado em reduzido tempo, privação de sono, auto pressão excessiva para boas notas, falta de períodos de lazer, muitos exames e avaliações, bem como escassez de convívio com amigos e familiares

(DAMIANO et al., 2021).

Na sua pesquisa, Nguyen et al. (2018), relataram que os discentes que receberam notas mais baixas do que o esperado, faltavam em muitas aulas ou tinham um conflito com professores, apresentaram sintomas depressivos aumentados. Sacramento et al. (2021), verificaram maior prevalência de sintomas depressivos em universitários que se autodeclararam de etnia/cor da pele não branca (parda e negra), os fatores históricos como a falta de oportunidades, tanto educacionais quanto socioeconômicas, além do estresse associado a papéis sociais e experiências como racismo e discriminação, foram considerados importantes para a maior prevalência de problemas depressivos.

De acordo com Mountinho et al. (2019), quase metade dos acadêmicos demonstraram altos níveis de depressão, ansiedade e estresse durante o acompanhamento de dois anos, enquanto cerca de um em cada cinco alunos sem sintomas no início de seus estudos, foram considerados novos casos no final do período acompanhado pelos pesquisadores.

Os números relativos à gravidade dos sintomas depressivos, aumentaram em ambos os sexos com o número de semestres estudados, sendo que as entrevistadas do sexo feminino registraram valores mais elevados de má saúde mental, quando comparadas aos seus colegas do sexo masculino, em todos os semestres (BURGER et al., 2018). A pesquisa de Xiao et al. (2020), também demonstrou que a prevalência de transtorno de ansiedade e depressão em mulheres foram significativamente maior do que nos homens.

O motivo do gênero ser um fator estudado, justifica-se por diversos fatores, tais como: a composição dos graduandos ter sofrido uma mudança nos últimos anos e as mulheres estarem dominando. No mesmo sentido, as alunas apresentam um nível significativamente mais alto de transtornos influenciados pelo estresse mental, como depressão e transtornos psicossomáticos e de ansiedade (BOOTHE et al., 2013; KUEHNER, 2003, citados por BURGER et al., 2018).

No estudo de Adhikari et al. (2017), a prevalência de depressão foi significativamente maior em mulheres (35,1%) em comparação com homens (23,4%). As alunas também apresentaram uma porcentagem superior na maior parte dos quesitos avaliados em relação aos problemas somáticos médios a altamente graves, tais como dores de cabeça, dor nas costas, dores nas pernas, braços e estômago, tonturas, dores no peito entre outros fatores estudados. Já no artigo de Nguyen et al. (2018), os sintomas depressivos foram observados em 39% dos estudantes, incluindo mais homens (44,2%) com problemas do que mulheres (36,9%).

Xiao et al. (2020), acreditam que o risco mais alto de ansiedade em discentes do final de curso pode ser devido ao aumento da pressão para a busca de emprego ou conclusão do trabalho de diplomação, necessário para conclusão do curso. Enquanto Mountinho et al. (2019), explicam que nos estágios iniciais existem também fatores estressantes; tais como: estar longe de casa e não ter apoio social; a grande competição interpessoal e a falta de costume com a extensa carga horária imposta.

De acordo com Sacramento et al. (2021), as taxas de prevalência, tanto de ansiedade quanto de depressão, também apresentaram valores elevados no último ciclo, o estágio. Nesse ponto do curso, o contato mais próximo com os pacientes, muitas vezes incorporando suas preocupações, medos, ansiedades

e depressões, torna os alunos uma extensão desses pacientes, o que, somado à expectativa de conclusão do curso médico, exames para programas de residência médica e ingresso no mercado de trabalho, colaboram para o aumento dos sintomas de ansiedade e depressão.

Carson et al. (2000), Rosal (1997) e Yusoff (2013, citados por ADHIKARI et al., 2017), também afirmam em seus estudos que a saúde mental piora   medida que os estudantes avanam na escola de medicina.

Entre os mitos sobre a saúde mental existe o de que ter depressão ou ansiedade impede as pessoas de terem uma boa forma, ou impede automaticamente o médico de exercer sua profissão. No entanto, o General Medical Council afirma que: “em quase todos os casos, uma condio de saúde mental não impede que um aluno conclua seu curso e continue uma carreira em medicina” (GENERAL MEDICAL COUNCIL, 2009, citado por KOTHARI et al., 2018).

### **Recursos citados pelos artigos para melhoria da saúde mental**

A identificao precoce de problemas de saúde mental deve ser incentivada nas escolas de medicina, já que a maioria dos alunos com depressão tende a manter esses sintomas ao longo dos anos (SILVA et al., 2017, citado por MOUTINHO et al., 2019). Algumas opoes expostas para os estudantes tratarem sua saúde mental são, primeiramente, buscar em suas universidades pessoas que os aconselhem, como os professores ou os psicólogos, cujo seu papel é oferecer orientao acad mica e de saúde mental. Isso é imensamente significativo na promoo do bem-estar mental (KOTHARI et al., 2018).

Desenvolver uma “Semana de Conscientizao sobre Saúde Mental” é outro recurso projetado para combater o estigma em torno da doena mental. Seu propósito não é apenas ajudar aqueles que sofrem de problemas, mas também permitir que os alunos identifiquem colegas que podem estar sofrendo (KOTHARI et al., 2018). Para prevenir sintomas depressivos entre os universitários de medicina, fatores associados à depressão devem ser ensinados na formao médica e incluídos nas atividades diárias dos alunos de forma a serem abordados adequadamente (NGUYEN et al., 2018). Campanhas *online* podem ser realizadas e seriam um caminho alternativo para ajudar os alunos mais tímidos, ou com menos probabilidade de falar, permitindo que eles compartilhem histórias anonimamente, assim encorajando-os a pedir ajuda. Saber que eles não estão sozinhos alivia o medo de que a saúde mental atrapalhe sua educao ou carreira (KOTHARI et al., 2018).

Xiao et al. (2020), recomendam a incorporao da educao de preparao pand mica na educao em saúde, incluindo elementos de saúde mental, especialmente na fora de trabalho. No estudo de Zhang et al. (2020), a aplicao de um curso de psicologia positiva reduziu a depressão e a ansiedade e aumentou a satisfao e felicidade. Múltiplas evidências mostraram que integrar a psicologia positiva   educao escolar pode agir, não apenas como um antídoto para a depressão, mas também para aumentar sua felicidade e satisfao com a vida.

### **CONCLUSÕES**

A partir das leituras realizadas conclui-se que cerca de 1 em cada 3 estudantes de medicina estão

sujeitos a ter alguma categoria de transtorno de depressão, estresse ou ansiedade ao longo do curso de medicina, mesmo que em sua maioria os quadros apresentados sejam mais leves, ainda assim é um número preocupante. Destaca-se ainda que entre 5 e 15% dos alunos podem passar por idea o suicida, sendo que nesses casos os problemas têm possibilidade de serem mais profundos, por esse motivo precisam ser identificados o mais rapidamente possível, tendo em vista que sem apoio a pessoa não consegue se curar.

Tendo isso em mente,   indispensável que as universidades mantenham atendimentos ou desenvolvam programas de acompanhamento ao estudante, com vistas a minimizar os problemas encontrados, pois, devido à abundante quantidade de conteúdo, elevada cobrana, dificuldades de aprendizagem, bem como reduo do tempo para convivência com familiares, esporte e lazer; o curso pode levar os graduandos a apresentarem os distúrbios de saúde mental, supracitados. A instituio deve ainda, sempre que possível, trabalhar na conscientizao dos universitários de que devem procurar ajuda ao sentirem ou observarem em seus colegas, os primeiros sintomas de quadros que possam ser ocasionados por problemas psicológicos.   recomendável ensinar aos alunos maneiras de abandonar os estigmas e preconceitos em relao às pessoas ou a si mesmos, quando apresentarem quadros dessas doenas, pois como qualquer outra enfermidade não cabe à pessoa decidir se fica ou não doente.

Percebeu-se que cursos de psicologia positiva, os quais foram citados pelos autores como uma metodologia de hesito na reduo desses problemas, podem ser adotados sempre que possível, principalmente no contexto pand mico atual.

## REFERÊNCIAS

ADHIKARI, A.; DUTTA, A.; SAPKOTA, S.; CHAPAGAIN, A.; ARYAL, A.; PRADHAN, A.. Prevalence of poor mental health among medical students in Nepal: a cross-sectional study. **BMC Medical Education**, v.17, n.1, p.1-7, 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.1186/s12909-017-1083-0>

BILLINGSLEY, M.. More than 80% of medical students with mental health issues feel under-supported, says Student BMJ survey. **BMJ**, v.351, p.4521, 2015. DOI: <http://dx.doi.org/10.1136/sbmj.h4521>

BORST, J. M.; FRINGS-DRESEN, M. H. W.; SLUITER, J. K.. Prevalence and incidence of mental health problems among Dutch medical students and the study-related and personal risk factors: a longitudinal study. **International Journal of Adolescent Medicine and Health**, v.28, n.4, p.349-355, 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.1515/ijamh-2015-0021>

BRASIL. **Diretrizes metodol gicas**: elaborao de revisão sistemática e metanálise de estudos observacionais comparativos sobre fatores de risco e progn stico. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BURGER, P. H. M.; SCHOLZ, M.. Gender as an underestimated factor in mental health of medical students. **Annals of Anatomy - Anatomischer Anzeiger**, v.218, p.1-6, 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.aanat.2018.02.005>

CHEN, K.; YANG, C.; LIEN, C.; CHIOU, H.; LIN, M.; CHANG, H.; CHIU, W.. Burnout, Job Satisfaction, and Medical Malpractice among Physicians. **International Journal of Medical**

**Sciences**, v.10, n.11, p.1471-1478, 2013. DOI: <http://dx.doi.org/10.7150/ijms.6743>

DAMIANO, R. F.; OLIVEIRA, I. N.; EZEQUIEL, O. S.; LUCCHETTI, A. L.; LUCCHETTI, G.. The root of the problem: identifying major sources of stress in Brazilian medical students and developing the medical student stress factor scale. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v.43, n.1, p.35-42, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1516-4446-2019-0824>

DYRBYE, L. N.; THOMAS, M. R.; MASSIE, F. S.; POWER, D. V.; EACKER, A.; HARPER, W.; DURNING, S.; MOUTIER, C.; SZYDLO, D. W.; NOVOTNY, P. J.. Burnout and Suicidal Ideation among U.S. Medical Students. **Annals of Internal Medicine**, v.149, n.5, p.334, 2008. DOI: <http://dx.doi.org/10.7326/0003-4819-149-5-200809020-00008>

DYRBYE, L. N.; WEST, C. P.; SATELE, D.; BOONE, S.; TAN, L.; SLOAN, J.; SHANAFELT, T. D.. Burnout Among U.S. Medical Students, Residents, and Early Career Physicians Relative to the General U.S. Population. **Academic Medicine**, v.89, n.3, p.443-451, 2014. DOI: <http://dx.doi.org/10.1097/acm.000000000000134>

FARAHANGIZ, S.; MOHEBPOUR, F.; SALEHI, A.. Assessment of Mental Health among Iranian Medical Students: a cross-sectional study. **International Journal of Health Sciences**, v.10, n.1, p.49-54, 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.12816/0031216>

GIVENS, J. L.; TJIA, J.. Depressed Medical Students' Use of Mental Health Services and Barriers to Use. **Academic Medicine**, v.77, n.9, p.918-921, 2002. DOI: <http://dx.doi.org/10.1097/00001888-200209000-00024>

IQBAL, S.; GUPTA, S.; VENKATARAO, E.. Stress, anxiety & depression among medical undergraduate students & their socio-demographic correlates. **Indian Journal of Medical Research**, v.141, n.3, p.354, 2015. DOI: <http://dx.doi.org/10.4103/0971-5916.156571>

JADOON, N. A.; YAQOUB, R.; RAZA, A.; SHEHZAD, M. A.; ZESHAN, S. C.. Anxiety and depression among medical students: a cross-sectional study. **Journal of the Pakistan Medical Association**, v.60, n.8, p.699-702, 2010.

KAMSKI, L.; FRANK, E.; WENZEL, V.. Suizidalit t von Medizinstudierenden. **Der Anaesthetist**, v.61, n.11, p.984-988, 2012. DOI: <http://dx.doi.org/10.1007/s00101-012-2094-1>

KOTHARI, V.; GEORGE, N.; HAMID, O.. Provision of mental health support for medical students. **Advances in Medical Education and Practices**, London, v.9, p.925-927, 2018.

MOUTINHO, I. L. D.; LUCCHETTI, A. L. G.; EZEQUIEL, O. S.; LUCCHETTI, G.. Mental health and quality of life of Brazilian medical students: incidence, prevalence, and associated factors within two years of follow-up. **Psychiatry Research**, v.274, p.306-312, 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2019.02.041>

NGUYEN, T. T. T.; NGUYEN, N. T. M.; VAN PHAM, M.; VAN PHAM, H.; NAKAMURA, H.. The four-domain structure model of a depression scale for medical students: a cross-sectional study in Haiphong, Vietnam. **Plos One**, v.13, n.3, p.0194550, 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0194550>

PUTHRAN, R.; ZHANG, M. W. B.; TAM, W. W.; HO, R. C.. Prevalence of depression amongst medical students: a meta-analysis. **Medical Education**, v.50, n.4, p.456-468, 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.1111/medu.12962>

SACRAMENTO, B.; ANJOS, T. L.; BARBOSA, A. G. L.; TAVARES, C. F.; DIAS, J. P.. Symptoms of anxiety and depression among medical students: study of prevalence and associated factors. **Revista Brasileira de Educa o Médica**, v.45, n.1, p.1-7, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1981-5271v45.1-20200394.ing>

SOBOWALE, K.; ZHOU, A. N.; FAN, J.; LIU, N.; SHERER, R.. Depression and suicidal ideation in medical students in China: a call for wellness curricula. **International Journal of Medical Education**, v.5, p.31-36, 2014. DOI: <http://dx.doi.org/10.5116/ijme.52e3.a465>

TAN, S. T.; SHERINA, M. S.; RAMPAL, L.; NORMALA, I.. Prevalence and predictors of suicidality among medical students in a public university. **The Medical Journal of Malaysia**, v.70, n.1, p.1-5, 2015.

TJIA, J.; GIVENS, J. L.; A SHEA, J.. Factors Associated With Undertreatment of Medical Student Depression. **Journal of American College Health**, v.53, n.5, p.219-224, 2005. DOI: <http://dx.doi.org/10.3200/jach.53.5.219-224>

VANKAR, J. R.; PRABHAKARAN, A.; SHARMA, H.. Depression and Stigma in Medical Students at a Private Medical College. **Indian Journal of Psychological Medicine**, v.36, n.3, p.246-254, 2014. DOI: <http://dx.doi.org/10.4103/0253-7176.135372>

WU, X.; TAO, S.; ZHANG, Y.; LI, S.; MA, L.; YU, Y.; SUN, G.; LI, T.; TAO, F.. Geographic Distribution of Mental Health Problems Among Chinese College Students During the COVID-19 Pandemic: nationwide, web-based survey study. **Journal of Medical Internet Research**, v.23, n.1, p.23126, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.2196/23126>

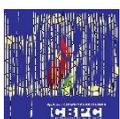
XIAO, H.; SHU, W.; LI, M.; LI, Z.; TAO, F.; WU, X.; YU, Y.; MENG, H.; VERMUND, S. H.; HU, Y.. Social Distancing among Medical Students during the 2019 Coronavirus Disease Pandemic in China: disease awareness, anxiety disorder, depression, and behavioral activities. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v.17, n.14, p.5047, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17145047>

YUSOFF, M. S. B.. A comparative study on the psychological health status of pre-clinical medical students enrolled through different admission tests. **Journal of Taibah University Medical Sciences**, v.15, n.6, p.439-446, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.itumed.2020.08.011>

ZHANG, X.; ZHANG, B.; WANG, M.. Application of a classroom-based positive psychology education course for Chinese medical students to increase their psychological well-being: a pilot study. **BMC Medical Education**, v.20, n.1, p.1-9, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.1186/s12909-020-02232-z>

Os autores det m os direitos autorais de sua obra publicada. A CBPC – Companhia Brasileira de Produ o Científica (CNPJ: 11.221.422/0001-03) det m os direitos materiais dos trabalhos publicados (obras, artigos etc.). Os direitos referem-se   publica o do trabalho em qualquer parte do mundo, incluindo os direitos às renova es, expansões e dissemina es da contribui o, bem como outros direitos subsidiários. Todos os trabalhos publicados eletronicamente poderão posteriormente ser publicados em coletâneas impressas ou digitais sob coordena o da Companhia Brasileira de Produ o Científica e seus parceiros autorizados. Os (as) autores (as) preservam os direitos autorais, mas não têm permissão para a publica o da contribui o em outro meio, impresso ou digital, em português ou em tradu o.

Todas as obras (artigos) publicadas serão tokenizadas, ou seja, terão um NFT equivalente armazenado e comercializado livremente na rede OpenSea ([https://opensea.io/HUB\\_CBPC](https://opensea.io/HUB_CBPC)), onde a CBPC ir  operacionalizar a transferência dos direitos materiais das publica es para os próprios autores ou quaisquer interessados em adquiri-los e fazer o uso que lhe for de interesse.



Os direitos comerciais deste artigo podem ser adquiridos pelos autores ou quaisquer interessados através da aquisi o, para posterior comercializa o ou guarda, do NFT (Non-Fungible Token) equivalente através do seguinte link na OpenSea (Ethereum).

*The commercial rights of this article can be acquired by the authors or any interested parties through the acquisition, for later commercialization or storage, of the equivalent NFT (Non-Fungible Token) through the following link on OpenSea (Ethereum).*



<https://opensea.io/assets/ethereum/0x495f947276749ce646f68ac8c248420045cb7b5e/44951876800440915849902480545070078646674086961356520679561157163388034351105/>