

## SAÚDE MENTAL DO ESTUDANTE DE MEDICINA

### AUTORES

**Aminarry MARTINES**

**Ana Carolina Andreo Gabilheri da Costa SILVA**

**Juliana Piratininga COLOMBINI**

**Maria Eduarda Teixeira BARENS**

**Maria Júlia Stabile FARINASSE**

**Stéfani Miqueline Longo FERNANDES**

Discentes do Curso de Medicina- UNILAGO

**Larissa Gorayb Ferreira MOTA**

Docente do Curso de Medicina- UNILAGO

### RESUMO

A saúde mental é um estado de bem-estar no qual o indivíduo consegue desenvolver suas habilidades, lidar com estresses, ser produtivo e contribuir para a sociedade. Nos cursos de medicina, problemas relacionados à saúde mental, como ansiedade e depressão, são comuns entre os estudantes. Um estudo revela que, a cada três estudantes de medicina, um apresenta ansiedade, taxa superior à da população geral. As taxas de suicídio também são mais altas nesse grupo. Muitos alunos recorrem à automedicação, utilizando remédios como ansiolíticos e antidepressivos, o que pode gerar sérias consequências. A questão central é como as universidades podem lidar com essa realidade, criando um ambiente menos hostil e mais integrador.

### PALAVRAS - CHAVE

**Palavras-chave:** Transtornos mentais. Estudantes de medicina. Depressão. Ansiedade

## 1 INTRODUÇÃO

As doenças mentais são pautas discutidas desde a Grécia Antiga. Hipócrates, considerado o patrono da medicina ocidental, já indicava uma doença, a qual intitulou melancolia, como um mal que afetava a alma humana. A melancolia é um termo advindo do grego Melan (Negro) e Cholis (Bílis), isto é, “melancholia”, significando, portanto, bile negra.

Ela é classificada por Hipócrates a partir de um conjunto de sintomas, sendo eles aversão à comida, falta de ânimo, insônia, irritabilidade e inquietação, e explicada como proveniente do desequilíbrio e da intoxicação do cérebro por um excesso anormal de bile negra - em teoria tratava-se de todo mal que afetava o homem: a perda da razão ou o adoecimento físico era obra da punição ou vingança dos deuses.

Desigualdades sociais e econômicas, emergências de saúde pública, guerra e crise climática estão entre as ameaças estruturais globais à saúde mental. A depressão e a ansiedade aumentaram mais de 25% apenas no primeiro ano da pandemia (OMS, 2022). Ademais, quando se analisa as estatísticas das doenças mentais no Brasil, de acordo com a OMS, cerca de 5,8% da população brasileira sofrem de depressão – um total de 11,5 milhões de casos.

Aquele que se encontrava doente, enlouquecido, abatido, sem vida, pagava por um erro que ele mesmo havia cometido ou seus antepassados. Sobre uma base mitológica se constituía a explicação para o sofrimento na doença (Santa Clara, 2009).

Além dessa visão de forma geral, a principal dentre as doenças que afetam a saúde mental é a depressão. Foi estimado que 10,2% das pessoas de 18 anos ou mais de idade receberam diagnóstico de depressão por profissional de saúde mental (em 2013, 7,6%). Isto representa 16,3 milhões de pessoas, com maior prevalência na área urbana (10,7%) do que rural (7,6%). As Regiões Sul e Sudeste apresentaram os maiores percentuais de pessoas com depressão diagnosticada, acima do percentual nacional, 15,2% e 11,5%, respectivamente (IBGE, 2020).

Aspirantes a médicos enfrentam um dos vestibulares mais concorridos do Brasil, o que já afeta previamente seu estado emocional. Por se tratar de profissão extremamente individualista e competitiva, muitos desses discentes aos poucos desenvolvem tendência isolacionista, cuja gênese é a ideia de proteção perante as vorazes competições intrínsecas ao meio. Estes estudantes são futuros formandos de profissão idealizada e muito desejada pela população, devido ao suposto êxito econômico e ao status creditado à área. Ao mesmo tempo, esse status contrasta com os conflitos relacionados às expectativas dos alunos quanto ao curso, com possíveis prejuízos à saúde física e psicológica. Muitos se sentem constantemente julgados e cobram muito de si mesmos, em dimensões peculiares a cada um, mas que refletem o rompimento da ilusão de onipotência atribuída à profissão, que gera intenso estresse desde o início da formação acadêmica.

Tais fatores, adicionados às experiências prévias individuais dos discentes, exigem reflexões importantes acerca das reais origens da vulnerabilidade ao esgotamento ocupacional. É o que destaca artigo de revisão sobre a predisposição de estudantes e médicos a distúrbios emocionais e psiquiátricos. Com a crescente discussão sobre desordens psíquicas em estudantes de medicina.(QUINTANA,2018).

A construção social da profissão médica de uma atividade nobre que salva vidas, de uma escolha de doação, de uma carreira de sucesso e bem-sucedida geram pressões e expectativas muitas vezes contraditórias e distante da realidade, causando frustrações.

O estudo de Ward e Outram (2016) sinaliza a existência de uma toxicidade na cultura médica provocada por um estresse crônico no exercício da profissão ao exigir uma excelência nas práticas e uma adoção de conhecimentos infalíveis. Por conta disso, médicos e estudantes de medicina têm apresentado taxas mais elevadas de sofrimento psíquico, esgotamento, doença mental diagnosticada, ideação suicida e tentativa de suicídio em relação à população em geral.

Os resultados da maioria das pesquisas brasileiras retratam um quadro similar entre as escolas médicas. O ingresso do estudante no contexto universitário consiste em múltiplos processos que expõem seus aspirantes às situações de extenuação, principalmente na formação médica, uma das graduações mais procuradas no Brasil (BENEVIDES-PEREIRA; GONÇALVES, 2009; FIOROTTI *et al*, 2010).

A literatura internacional sobre a carga de doenças mentais nas sociedades contemporâneas aponta preocupante gap de mortalidade das pessoas com transtornos mentais.(Cook, 2015).

A diminuição desse gap foi colocada pela Organização das Nações Unidas como um dos objetivos do milênio. (World Health Organization,2010).

Por conta disso, médicos e estudantes de medicina têm apresentado taxas mais elevadas de sofrimento psíquico, esgotamento, doença mental diagnosticada, ideação suicida e tentativa de suicídio em relação à população em geral. Os resultados da maioria das pesquisas brasileiras retratam um quadro similar entre as escolas médicas. O ingresso do estudante no contexto universitário consiste em múltiplos processos que expõem seus aspirantes às situações de extenuação, principalmente na formação médica, uma das graduações mais procuradas no Brasil (BENEVIDES-PEREIRA; GONÇALVES, 2009; FIOROTTI *et al.*, 2010).

Os índices entre os estudantes de medicina são maiores do que a população em geral, e configura-se uma questão sobre os estudantes de Medicina que comumente não reconhecem seus próprios adoecimentos, principalmente psíquicos (MACHADO *et al.*, 2015).

Outras preocupações referentes aos prejuízos no campo cognitivo (ALMEIDA *et al.*, 2007) e funcional, e não apenas no âmbito acadêmico, tem motivado a ampliação de estudos acerca da saúde mental dos acadêmicos de medicina, uma vez que observa-se uma relação entre o baixo rendimento no curso e a condição mental dessa população.

## **2 REVISÃO DE LITERATURA**

Dessa forma, foi realizada uma Revisão Bibliográfica. Para tal, foram selecionadas três bases de dados amplamente utilizadas na área de saúde: SciELO (Scientific Electronic Library OnLine), MedLine (Medical Literature Analysis and Retrieval System On-Line) e PubMed. A coleta de dados eletrônica ocorreu durante o período de agosto a setembro de 2024 com os seguintes descritores e suas combinações em língua portuguesa e inglesa: Acadêmico de Medicina; Estudante de Medicina. Sofrimento Mental estudante, Saúde Mental. O presente Artigo é Revisão Bibliográfica constituído de 16 publicações pertinentes ao tema investigado.

## **3 RESULTADOS**

A análise dos artigos traz uma visão geral sobre a produção científica nos últimos 25 anos. O tipo de pesquisa da maioria dos artigos analisados enquadrava-se nos estudos transversais com 90% das

publicações analisadas, indicando pouco investimento em pesquisas longitudinais, ou seja, de acompanhamento da saúde dos estudantes de medicina no decorrer do curso, que possibilitaria apreender melhor sobre situações e condições de produção do fenômeno de adoecimento. A abordagem quantitativa foi identificada como a metodologia mais utilizada com 71% dos estudos. A presença de estudos qualitativos ou quantitativo-qualitativos totalizaram 13 artigos. Nota-se um predomínio de pesquisas de mapeamento estatístico do adoecimento, com pouca ênfase na caracterização de fatores causadores e influenciadores da saúde dos estudantes ou mesmo estratégias de enfrentamento das condições de adoecimento que poderiam ser retratados em pesquisas longitudinais e qualitativas (BENEVIDES-PEREIRA, GONÇALVES, 2009; QUINTANA et al., 2008; TEMPSKI et al., 2012; ZONTA et al., 2006).

A compreensão do fenômeno do adoecimento entre estudantes de medicina nos remete a profissão médica e suas inúmeras gratificações psicológicas intrínsecas como curar doenças, amenizar a dor e o sofrimento, salvar vidas, aconselhar, prevenir doenças, realizar o diagnóstico correto, sentir-se competente, ter reconhecimento e obter gratidão (CUNHA et al., 2009). Estas ditas gratificações na carreira médica oscilam e podem proporcionar instabilidades emocionais com conseqüente decréscimo da saúde mental, tendo seu início ainda na graduação. (ANDRADE, 2014; CUNHA et al., 2009; OLIVEIRA et al., 2009).

#### **4 DISCUSSÃO**

A crescente abordagem acadêmico-social do TMC (Transtorno Mental Comum), entre estudantes de medicina reflete a negligência da saúde mental dos envolvidos, devido às cobranças e exigências do próprio curso e da profissão, que influenciam a alta prevalência de suicídio, depressão, uso de drogas, distúrbios conjugais e disfunções profissionais em médicos e estudantes de medicina, como já relatado na literatura.

Os TMC, designados transtornos de ansiedade e depressão, se expressam por meio de sinais como insônia, fadiga, irritabilidade, esquecimento, dificuldade de concentração e queixas somáticas, que demonstram ruptura do funcionamento normal do indivíduo, mas não configuram categoria neurológica determinada na 10ª Classificação Internacional de Doenças (CID-10), bem como no Manual de Diagnóstico e Estatística das Doenças Mentais (DSM) da Associação Psiquiátrica Americana. Entretanto, os TMC constituem problema de Saúde Pública e apresentam impactos econômicos relevantes em função das demandas geradas aos Serviços de Saúde e do absenteísmo no trabalho (SILVA, 2011; KIRCHHOF, 2009; SILVA, 2012; SANTOS, 2010).

A saúde mental dos profissionais de saúde é motivo de preocupação já há algumas décadas, tendo em vista o caráter estressante do trabalho. Destacam-se nesse grupo os médicos, sobre os quais recai a maior parte da expectativa de cura dos pacientes por meio da tecnologia biomédica. Nesse contexto de angústia, dor e desejo de remissão, o estudante vive envolvido em cargas horárias extremas, não somente na universidade, mas também fora do período letivo.(MARTINS,2018).

Nesse contexto de angústia, dor e desejo de remissão, o estudante vive envolvido em cargas horárias extremas, não somente na universidade, mas também fora do período letivo.(TENÓRIO,2016).

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. Somam-se a isso a cobrança de amadurecimento precoce e a carga de responsabilidade sobre o indivíduo que decide entregar sua vida ao estudo do organismo humano. Portanto, o debate deve abarcar o preparo psicológico necessário aos ingressantes no curso para que consigam se formar com êxito e saúde.(TENÓRIO,2016).

O contexto descrito engendra fatores preditivos de desordens psíquicas, entre elas os TMC, sobretudo ansiedade e depressão. Analisar a origem desses transtornos pode ajudar a detectar padrões, a partir dos quais será possível indicar ações para mudar essa realidade. Em que consiste a crescente gravidade dos TMC no curso de medicina?

O uso exagerado de drogas lícitas e ilícitas pela maioria dos estudantes de medicina evidencia a gravidade do assunto. Estudos realizados por uma universidade privada de Curitiba demonstraram que 78% dos seus estudantes consomem álcool, enquanto na Famerp, Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto essa porcentagem foi de 86%, e, em outras faculdades de São Paulo, 82%. Esses parâmetros não estão muito longe da realidade baiana: na Faculdade de Medicina da Universidade Federal da Bahia, 56% dos discentes declararam consumir álcool.(LIMA,2018).

E por fim, o aluno se forma em plena exaustão já com o mercado de trabalho batendo em sua porta e, nesse contexto, segue com os mesmos vícios, como mostra Kanwal 2018, para tentar amenizar a sua situação, porém essa “estratégia” prejudica-o ainda mais. Adicionalmente, conforme conclusão de outro estudo realizado acerca dos fatores predisponentes da depressão e ansiedade, as instituições de ensino devem colocar em pauta os potenciais efeitos das cobranças exigidas com cargas horárias exaustivas, uma vez que, determinados métodos e exigências podem desencadear tais estados de exaustão física e psicológica e, conseqüentemente os transtornos de ansiedade, pânico, depressão, entre outros, desencadeando a procura por substâncias lícitas e ilícitas na tentativa de superar tais estados psicológicos, o que certamente acarreta piores conseqüências pessoais, tornando-se um ciclo infundável de problemas psicológicos (TILLER, J. W. 2013).

## **5 CONCLUSÃO**

O período estudado permite acompanhar o nascimento e o desenvolvimento de um campo de estudo que se apoia nas mudanças trazidas pela constituição de 1988.

A fundação do Sistema Único de Saúde, e todo seu aparato conceitual e legislativo, permitiu processos de transformação. Nosso estudo permite acompanhar o processo de transição paradigmática do campo de saber Saúde Mental e Coletiva no Brasil. Pudemos identificar a característica multidisciplinar e intersetorial do campo, envolvendo diversas disciplinas para refletir sobre o mesmo objeto, desconstruindo certa visão psiquiátrica da doença mental, influenciando mudanças na legislação, nas instituições e na sociedade.

É interessante perceber que nesse processo a voz do usuário foi ganhando maior relevância, evidenciando que a estruturação do campo da Saúde Mental e Coletiva no Brasil está intimamente relacionada ao social, à cidadania, ao enfrentamento das desigualdades, dos preconceitos e – em última instância – às questões políticas e da democracia.

O objetivo deste trabalho foi alcançado, visto que ampliou a discussão das perspectivas acadêmica, social e humana dos estudantes de medicina. Os esclarecimentos necessários para entender essa realidade alarmante fundamentam-se na amplitude do âmbito acadêmico, perpassando a vida pessoal e

social do graduando em medicina que depara com diversas dificuldades ao longo do curso e da profissão. Esse tema torna-se relevante pelo impacto dos TMC na saúde física e psíquica de tantos acadêmicos, que, além das dificuldades internas com desgastes e cobranças extremas do curso e da profissão, ainda lidam com estigma tão prevalente acerca da saúde mental. Esse preconceito é ainda mais disseminado socialmente quando se trata de formandos ou médicos já atuantes, que para a sociedade são apenas “cuidadores”, como se não fossem seres humanos para além de suas especializações. Certamente ainda há muito para discutir a respeito do tema, e é impossível esgotá-lo neste artigo. Contudo, podem-se sugerir ações para prevenir os TMC, com a intenção de evitar as causas ou amenizar a sobrecarga nas vivências pessoais de cada graduando, como exemplificado neste trabalho. Por fim, propõe-se que os órgãos estatais fiscalizem instituições de ensino superior, supervisionando a qualidade do suporte oferecido aos alunos de medicina.

Esse acompanhamento poderia manter contato direto com os estudantes, a partir de pesquisas de satisfação e/ou pedidos de sugestão para melhorar a educação médica. Esses seriam instrumentos adequados para diminuir os impactos decorrentes da formação acadêmica sobre a qualidade de vida e o bem-estar de estudantes e profissionais da medicina. Outras medidas podem ser sugeridas a partir do estudo e da reflexão mais aprofundada acerca do tema. Por isso, é importante provocar no meio acadêmico a reflexão de aspectos relacionados à qualidade de vida dos estudantes universitários da área da saúde, uma vez que conhecer a realidade em seu período de formação profissional pode possibilitar a criação de mecanismos de suporte para o enfrentamento das adversidades, da saúde mental geral e qualidade de vida no âmbito da própria faculdade. E assim, cumprir com a promessa de médicos com condutas humanizadas, que irão prezar para o melhor de seus pacientes, e realmente aprenderão na faculdade e não na adversidade, o que ocorre em muitos casos, devido ao mau planejamento do ensino e convívio social em Faculdades de Medicina.

## 6 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, J. B. C. et al. **Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina**. Rev. Bras. Educ. Med., Rio de Janeiro, v. 38, n. 2, p. 231-242, 2014. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010055022014000200010&script=sci\\_abstract&lng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S010055022014000200010&script=sci_abstract&lng=pt). Acesso em: 4 jun. 2019.

ALMEIDA, A. de M. et al. **Common mental disorders among medical students**. J. Bras. Psiquiatr., Rio de Janeiro, v. 56, n. 4, p. 245-251, 2007.

BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T.; GONÇALVES, M. B. **Transtornos emocionais e a formação em Medicina: um estudo longitudinal**. Rev. Bras. Educ. Med., Rio de Janeiro, v. 33, n. 1, p. 10-23, 2009.

COOK JA, R. LA, Swarbrick MA, J. JA, Yost C, B. L, Steigman PJ, S. A. **Health risks and changes in self-efficacy following community health screening of adults with serious mental illnesses**. PLoS ONE 2015 [acessado 2020 Abr 10]; 13(10):4. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4395322/>.

CUNHA, A. B. et al. **Transtornos psiquiátricos menores e procura por cuidados em estudantes de Medicina**. Rev. Bras. Educ. Med., Rio de Janeiro, v. 33, n. 3, p. 321-328, 2009.

IBGE (2020). Pesquisa nacional de saúde : 2019 : **percepção do estado de saúde, estilos de vida, doenças crônicas e saúde bucal : Brasil e grandes regiões**. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas (IBGE), 2020. 113p. Convênio: Ministério da Saúde. Inclui bibliografia e glossário.

KANWAI, Z. G et al (2018). **Implications of self-medication among medical students-A dilemma**. JPMA. The Journal of the Pakistan Medical Association, 68(9), 1363–1367

KIRCHHHOF, A. L. C. et al. **Condições de trabalho e características sociodemográficas relacionadas à presença de distúrbios psíquicos menores em trabalhadores de enfermagem**. Texto Contexto Enferm, Florianópolis, v. 18, n. 2, p. 215-223, 2009.

LIMA MCP, D. MS, Cerqueira ATAR. **Prevalência e fatores de risco para transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina**. Rev Saúde Pública [Internet]. 2006 [acesso 26 jun 2018];40(6):1035-41. DOI: 10.1590/S0034-89102006000700011.

MACHADO, C. de S. et al. Estudantes de Medicina e as Drogas: **Evidências de um Grave Problema**. Rev. Bras. Educ. Med., Rio de Janeiro, v. 39, n. 1, p. 159-167, 2015. Disponível em: Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0100-55022015000100159&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0100-55022015000100159&script=sci_abstract&tlng=pt) Acesso em: 4 jun. 2019.  
»[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0100-55022015000100159&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0100-55022015000100159&script=sci_abstract&tlng=pt)

MARTINS LAN. **Saúde mental do médico e do estudante de medicina**. Psychiatry On Line Brasil [Internet]. 1996 [acesso 26 jun 2018];1:1. Disponível: <https://bit.ly/2RikZhD>

OLIVEIRA, L. G. de et al. Drug consumption among medical students in Sao Paulo, Brazil: **influences of gender and academic year**. Rev. Bras. Psiquiatr., São Paulo, v. 31, n. 3, p. 227–239, 2009.

QUINTANA AM, R. AT, Arpini DM, B. LA, Cecim PS, S. MS. **A angústia na formação do estudante de medicina**. Rev Bras Educ Méd [Internet]. 2008 [acesso 23 jun 2018];32(1):7-14. DOI: 10.1590/S0100-55022008000100002.

SANTA CLARA, C. J. S. (2009). **Melancolia: da antiguidade à modernidade - uma breve análise histórica**. Mental, 7(13), x. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-44272009000200007&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-44272009000200007&lng=pt&tlng=pt).

SILVA, D. F.; S., P. R. **Transtornos mentais e pobreza no Brasil: uma revisão sistemática**. Revista Tempus Actas de Saúde Coletiva, v.6, n.4, p. 175-185, 2012.

SANTOS, D. C. D. et al. **Prevalência de transtornos mentais comuns em agentes penitenciários**. Revista Bras. Med. Trab., v. 8, n. 1, 2010.

SEGURA-MUNOZ, S. I. et al. Revisão sistemática de literatura e metanálise: **noções básicas sobre seu desenho, interpretação e aplicação na área da saúde**. In: BRAZILIAN NURSING COMMUNICATION SYMPOSIUM, 8., 2002, São Paulo. Proceedings online... Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto-USP, São Paulo, 2002. Disponível em: Disponível em: [http://www.proceedings.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=MSC0000000052002000200010&lng=en&nrm=abn](http://www.proceedings.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=MSC0000000052002000200010&lng=en&nrm=abn) Acesso em: 4 jun. 2019.» [http://www.proceedings.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=MSC0000000052002000200010&lng=en&nrm=abn](http://www.proceedings.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=MSC0000000052002000200010&lng=en&nrm=abn)

SOUZA, M. T. et al (2010). Integrative review: what is it? How to do it?. Einstein (São Paulo) [online]. 8(1),102-106. <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134> >.

Tenório LP, A. VA, Sá HP, M. EV, C. EFO. **Saúde mental de estudantes de escolas médicas com diferentes modelos de ensino**. Rev Bras Educ Méd [Internet]. 2016 [acesso 29 jun 2018];40(4):574-82. DOI: 10.1590/1981-52712015v40n4e00192015.

TILLER, J. W. (2013). **Depression and anxiety**. The Medical journal of Australia, 199(S6), S28–S31. <https://doi.org/10.5694/mja12.10628>.

TENÓRIO LP, A. VA, Sá HP, M. EV, C. EFO. **Saúde mental de estudantes de escolas médicas com diferentes modelos de ensino**. Rev Bras Educ Méd [Internet]. 2016 [acesso 29 jun 2018];40(4):574-82. DOI: 10.1590/1981-52712015v40n4e00192015.

WARD, Susannah; O., Sue. **Medicine: in need of culture change**. Internal Medicine Journal, EUA, v. 46, n. 1, p. 112-116, 2016. Disponível em: Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/imj.12954> Acesso em: 4 jun. 2019.» <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/imj.12954>

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Mental Health Gap Action Programme. MhGAP intervention guide for mental, neurological and substance use disorders in non-specialized health settings: version 1.0**. Geneva: WHO; 2010. [acessado 2020 Abr 10]. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/44406>.