

PREVALÊNCIA DE DEPRESSÃO EM ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

ATIQUE, H.E.K.B.¹; MARTIN, N. ^{1,2}; FERNANDES, J.M.D.D.S.¹

¹Faculdade de Medicina, União das Faculdades dos Grandes Lagos - UNILAGO, SJRP, SP, Brasil

²Centro de Pesquisa Avançada em Medicina - CEPAM, União das Faculdades dos Grandes Lagos - UNILAGO, SJRP, SP, Brasil

*e-mail: lineatique@gmail.com

Palavras-chave: depressão, estudantes de medicina, saúde mental.

INTRODUÇÃO

A depressão é um transtorno mental caracterizado por uma sintomatologia diversificada, afetando milhões de pessoas no mundo [1]. Entre os sintomas mais comuns, destacam-se a tristeza persistente, alterações no apetite, insônia ou hipersonia, dificuldades de concentração, anedonia e, em casos severos, ideações suicidas [2,3].

As exigências presentes na formação em medicina, com o objetivo de preparar profissionais competentes e mentalmente saudáveis, têm dificultado a consecução desse ideal. Estudos demonstram que os estudantes, logo nas fases iniciais da formação médica, apresentam um declínio significativo na saúde mental, com uma tendência à manutenção desse estado ao longo de sua trajetória acadêmica [4,5]. As causas desse fenômeno são multifatoriais e incluem elevada pressão acadêmica, dificuldades financeiras, privação de sono e lazer, carga horária excessiva, insegurança em relação à inserção no mercado de trabalho, além da cobrança social e da autocobrança inerente a esta área de estudo [6,7].

Diante desse contexto, é amplamente reconhecido que indivíduos com depressão apresentam uma diminuição do rendimento em tarefas de aprendizagem, baixa autoestima e insegurança [8]. Ademais, observa-se uma relação inversa entre a assertividade e o nível de ansiedade, sugerindo que a saúde mental impacta negativamente o comportamento assertivo, essencial na formação de médicos. Esse quadro pode culminar em abandono do curso e, até mesmo, em comportamentos suicidários [9,10].

A prevalência de depressão e ansiedade durante a graduação, quando não detectada e tratada adequadamente, pode agravar durante a prática médica, incluindo a residência e atividade profissional [5]. Portanto, é crucial a implementação de estratégias de prevenção e intervenção para mitigar os efeitos adversos da saúde mental na formação e prática médica.

OBJETIVOS

O objetivo principal deste estudo é analisar a prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de medicina em diferentes contextos nacionais e internacionais, considerando aspectos regionais, metodológicos e temporais, incluindo o impacto da pandemia de COVID-19.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão da literatura realizada em bases de dados PubMed, Scopus, Web of Science e SciELO, utilizando descritores relacionados a “depressão”, “estudantes de medicina” e “saúde mental”. Foram incluídos artigos publicados entre 2006 e 2025 que abordassem a prevalência de sintomas depressivos em estudantes de medicina. Não se aplica aprovação de Comitê de Ética por se tratar de revisão da literatura.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de medicina varia amplamente entre os estudos com taxas de aproximadamente 9% a 60%, dependendo do instrumento de avaliação, desenho do estudo e região geográfica. Em estudo multicêntrico global, com mais de 62.000 estudantes, foi identificada uma prevalência combinada de 27,2% (IC 95%: 24,7–29,9) [1]. No Brasil, um estudo com amostras de

diferentes instituições relatou prevalência de 30,6% entre estudantes de universidades públicas e privadas de seis estados [2].

Estudos brasileiros evidenciam variações regionais significativas. Em Salvador (BA) a prevalência foi de 35%; Belém (PA) 42%; e universidades do Sul do Brasil 29,4% [3-5]. Em outros contextos internacionais, os índices também apresentaram variações. Nos Estados Unidos, uma revisão sistemática identificou prevalência de 14,3% entre estudantes de medicina, em uma amostra nacional. Na Ásia, uma meta-análise estimou a prevalência em 28%, enquanto uma meta-análise global identificou 33%, com maior prevalência em países em desenvolvimento [6-8].

Recentemente, impacto da pandemia de COVID-19 também foi avaliada em estudos com estudantes de medicina. Uma revisão europeia relatou prevalência de 37% durante a pandemia e no Paquistão identificou taxa de 60% em contexto de isolamento social [9,10]. Os resultados desta revisão evidenciam a alta prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de medicina, corroborando achados de diversas regiões do mundo. As taxas observadas variam amplamente, refletindo diferenças metodológicas, culturais e socioeconômicas, além do impacto de fatores contextuais, como a pandemia de COVID-19.

De forma geral, as meta-análises globais sugerem prevalências médias entre 27% e 33% de sintomas depressivos entre estudantes de medicina, com destaque para uma maior carga de sintomas depressivos em países em desenvolvimento [1,8]. Estudos nacionais reforçam esse padrão, com variações entre 29% e 42%, sugerindo que fatores como sobrecarga acadêmica, competição intensa e dificuldades de acesso a apoio psicológico contribuem para os altos índices de sintomas depressivos [2-5]. Em países desenvolvidos, como os Estados Unidos, as taxas são menores (14-20%), possivelmente refletindo maior estrutura de apoio acadêmico e estratégias de prevenção [6]. Na Ásia e América Latina, a prevalência é mais elevada, sendo agravada por barreiras de acesso ao cuidado em saúde mental e estigmas sociais [7].

Durante a pandemia de COVID-19, as prevalências aumentaram de forma consistente, atingindo 60% em alguns contextos, como observado em estudo realizado no Paquistão durante o isolamento social [9,10]. Esses dados sugerem a importância de estratégias institucionais de promoção da saúde mental, com ênfase na detecção precoce, intervenções multiprofissionais e na redução do estigma associado aos transtornos mentais.

CONCLUSÃO

Concluímos que a prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de medicina é elevada e varia de acordo com fatores metodológicos, regionais e contextuais, como a pandemia de COVID-19. Esses dados ressaltam a necessidade urgente de priorizar a saúde mental no ambiente acadêmico, por meio de intervenções estruturadas, detecção precoce, apoio psicológico acessível e redução do estigma. O reconhecimento das especificidades locais e o impacto de eventos como a pandemia de COVID-19 devem orientar políticas eficazes para garantir o bem-estar dos futuros profissionais da saúde.

REFERÊNCIAS

1. Rotenstein LS, Ramos MA, Torre M, et al. Prevalence of Depression, Depressive Symptoms, and Suicidal Ideation Among Medical Students. *JAMA*. 2016;316(21):2214–2236.
2. Pacheco JP, Giacomin HT, Tam WW, et al. Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. *Braz J Psychiatry*. 2017;39(4):369–378.
3. Almeida GC, Souza HR, Almeida PC, et al. Prevalência de depressão em estudantes de medicina. *Rev Bras Educ Med*. 2018;42(2):55–63.
4. Vasconcelos TC, Dias BRT, Andrade LR, et al. Prevalência de sintomas depressivos em estudantes de medicina. *J Bras Psiquiatr*. 2015;64(2):80–85.
5. Pinho RMC, Silva RMR, Lima LMC. Prevalência de sintomas depressivos em estudantes de medicina de universidades do Sul do Brasil. *Rev AMRIGS*. 2021;65:e20210516.
6. Dyrbye LN, Thomas MR, Shanafelt TD. Systematic review of depression, anxiety, and other indicators of psychological distress among U.S. and Canadian medical students. *Acad Med*. 2006;81(4):354–373.
7. Quek TT-C, Tam WW-S, Tran BX, et al. The Global Prevalence of Anxiety Among Medical Students: A Meta-Analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2019;16(15):2735. (Note: Quek's meta-analysis includes anxiety but is often cited for depressive symptoms too.)
8. Puthran R, Zhang MWB, Tam WW, Ho RC. Prevalence of depression amongst medical students: a meta-analysis. *Med Educ*. 2016;50(4):456–468.
9. Lasherias I, Gracia-García P, Lipnicki DM, et al. Prevalence of anxiety in medical students during the COVID-19 pandemic: A rapid systematic review with meta-analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(18):6603. (Includes depression data in subanalyses.)
10. Rafique N, Al Ghazal S. Depression among medical students during COVID-19 pandemic: A cross-sectional study in Pakistan. *PLoS One*. 2021;16(11):e0259833