



## A depressão em estudantes de medicina

Depression in medical students

Depresión en estudiantes de medicina

Rinara Soares de Oliveira<sup>1</sup>, Rafael de Souza Cunha<sup>1</sup>, Maria Eduarda Gomes Andrade<sup>1</sup>, Samara Santos Rocha<sup>1</sup>, Matheus Santos Marques<sup>1</sup>.

### RESUMO

**Objetivo:** Investigar a literatura acerca da influência da depressão na qualidade de vida nos estudantes de medicina das instituições públicas e privadas. **Métodos:** A busca dos artigos científicos foi realizada nas bases de dados LILACS, SCIELO, PubMed e Acervo+ *Index base* com os Decs depressão e estudantes de medicina. Foram encontrados 196 artigos, excluídos 182 artigos dos quais não foram utilizados devido aos critérios de exclusão, assim, 14 artigos foram considerados aptos para serem discutidos. **Resultados:** As funções fisiológicas, o comportamento afetivo, emocional e interações sociais são afetados por toda atmosfera de competitividade e exigências diárias. Os homens manifestam sintomas de ansiedade e depressão por meio do consumo de álcool ou drogas e o sexo feminino, costuma demonstrar tristeza interiorizada, choros frequentes e retração. São relatados ainda aumento de drogadição, abandono do curso e suicídio. **Considerações finais:** O ambiente de universidade para os estudantes de medicina, muitas vezes pode ser considerado hostil devido a pressão associada ao curso, exigências e competitividade. As mulheres são as mais afetadas pelos transtornos depressivos e de ansiedade.

**Palavras-chave:** Depressão, Estudantes, Medicina.

### ABSTRACT

**Objective:** To investigate the literature about the influence of depression on the quality of life of medical students from public and private institutions. **Methods:** The search for scientific articles was carried out in the LILACS, SCIELO, PubMed and Acervo+ *Index base* databases with depression Decs and medical students. 196 articles were found, 182 articles were excluded, which were not used due to the exclusion criteria, thus, 14 articles were considered suitable for discussion. **Results:** Physiological functions, affective and emotional behavior and social interactions are affected by the entire atmosphere of competitiveness and daily demands. Men manifest symptoms of anxiety and depression through the consumption of alcohol or drugs and the female gender usually demonstrates internalized sadness, frequent crying and withdrawal. Increases in drug addiction, abandonment of the course and suicide are also reported. **Final considerations:** The university environment for medical students can often be considered hostile due to the pressure associated with the course, demands and competitiveness. Women are the most affected by depressive and anxiety disorders.

**Keywords:** Depression, Students, Medicine.

<sup>1</sup> Faculdades Santo Agostinho, Vitória da Conquista – BA.

## RESUMEN

**Objetivo:** Investigar la literatura sobre la influencia de la depresión en la calidad de vida de estudiantes de medicina de instituciones públicas y privadas. **Métodos:** La búsqueda de artículos científicos se realizó en las bases de datos LILACS, SCIELO, Pubmed y Acervo+ *Index base* con Decs depresión y estudiantes de medicina. Se encontraron 196 artículos, se excluyeron 182 artículos, que no fueron utilizados debido a los criterios de exclusión, por lo tanto, 14 artículos se consideraron aptos para la discusión. **Resultados:** Las funciones fisiológicas, el comportamiento afectivo y emocional y las interacciones sociales se ven afectadas por todo el ambiente de competitividad y exigencias cotidianas. Los hombres manifiestan síntomas de ansiedad y depresión a través del consumo de alcohol o drogas y el género femenino suele demostrar tristeza interiorizada, llanto frecuente y retraimiento. También se reportan aumentos en la drogadicción, el abandono del oso y el suicidio. **Consideraciones finales:** El ambiente universitario para los estudiantes de medicina muchas veces puede considerarse hostil debido a la presión asociada a la carrera, exigencias y competitividad. Las mujeres son las más afectadas por los trastornos depresivos y de ansiedad.

**Palabras clave:** Depresión, Estudiantes, Medicina.

## INTRODUÇÃO

A depressão é uma condição multifatorial e complexa, considerada como importante causa de incapacidade. Pode ser associada a sentimentos de anedonia, inutilidade, tristeza profunda e avolição. Sintomas neurodegenerativos e cognitivos também são muito comuns, desencadeando déficits de memória e concentração, piora da qualidade do sono e anorexia (RIBEIRO A, et al., 2018).

O risco de desenvolvimento da depressão está relacionado a fatores ambientais e genéticos. Considerada como um transtorno poligênico, a depressão promove disfunções a nível de sinalização celular encefálica desempenhando alterações excitatórias e inibitórias em receptores glutamatérgicos e gabaérgicos (LENER MS, et al., 2018).

Outrossim, pacientes diagnosticados com transtornos depressivos possuem níveis significativamente menores de receptores GABA, glutamina, especialmente em regiões do córtex pré-frontal dorsolateral, dorsomedial e dorsoanterolateral. Esse fato pode estar associado ao metabolismo oxidativo reduzido nos neurônios de pacientes deprimidos, contribuindo para o processo inflamatório e neurodegeneração (LENER MS, et al., 2018).

Fatores estressores crônicos desencadeiam ainda respostas inflamatórias em todo o organismo, aumentando as espécies reativas de oxigênio e deprimindo o sistema de neurogênese. A resposta ao estresse, então, pode promover alterações no controle cognitivo e desencadear anormalidades límbicas predispondo a depressão e modificando o curso da doença a depender dos fatores ambientais e genéticos associados (ALEXOPOULOS GS, 2019).

Nessa perspectiva, a jornada universitária representa um momento de grandes expectativas e experiências para os jovens que, buscam ampliação de conhecimentos, sendo caracterizada, principalmente, pela formação técnica e profissional dos estudantes. Entretanto, tal momento está intimamente associado com fatores geradores de estresse, como medo do fracasso, exigência do mercado de trabalho e pressões familiares. Tais fatores acabam por prejudicar o estudante, abalando especialmente sua saúde mental (COSTA DS, et al., 2020).

Esses fatores combinados podem resultar na manifestação de quadros patológicos psicossociais apresentados pelos universitários, como por exemplo, crises de ansiedade, depressão, levando ao suicídio em casos mais extremos (COSTA DS, et al., 2020).

Assim, a depressão se apresenta como uma condição médica cada vez mais comum, crônica e recorrente. O transtorno depressivo está intimamente associado depleção da saúde, impactando de forma direta nas condições físicas e mentais do indivíduo. Pode ser ainda considerada como um transtorno de humor

decorrente de múltiplos fatores, decorrente de aspectos cognitivos, afetivos e emocionais (SACRAMENTO BO, et al., 2021).

Os estudantes de medicina apresentam, notadamente, taxas mais altas de depressão quando são comparados com outros estudantes ou com a população geral. Uma revisão sistemática avaliou 167 estudos em 43 países diferentes e concluiu que, a prevalência global da depressão entre os estudantes de medicina é de 27,2%, sendo que 11,1% dos estudantes possuem ideação suicida (WATSON C, et al., 2020).

Diversos fatores contribuem para esses crescentes números, sendo os mais recorrentes, a alta carga horária à qual os estudantes de medicina estão submetidos, conteúdo didático extenso ministrado, insegurança em relação à própria competência e insegurança relacionada ao que mercado de trabalho (OLIVEIRA MF e ARAUJO LMB, 2019).

Todos esses fatores são expressos por sintomas que se manifestam por meio de dificuldades de interação social, tristeza, apatia, disfunções cognitivas, déficits de memória, abuso de álcool e drogas, anedonia e disfunção do sono (PARK LT e ZARATE JUNIOR AC, 2019).

Como consequência, os estudantes apresentam piora da qualidade de vida, privação do sono, piora dos traços de ansiedade, piora do aprendizado, autodepreciação, drogadição e pior desempenho para lidar com habilidades emocionais e acadêmicas (PEROTTA B, et al., 2021).

Assim, este trabalho teve como objetivo investigar a literatura acerca da influência da depressão na vida dos estudantes de medicina das instituições públicas e privadas e, compreender o impacto epidemiológico desses transtornos, bem como as consequências e as perspectivas de superação desse desafio.

## MÉTODOS

Este trabalho trata-se de uma Revisão Integrativa com o objetivo de investigar a literatura acerca da influência da depressão na qualidade de vida de estudantes de medicina das instituições públicas e privadas.

A busca dos artigos científicos foi realizada nas bases de dados da Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), US National Library of Medicine National Center for Biotechnology Information (PubMed) e Acervo+ *Index base*.

Para a busca, foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (Decs): depressão e estudantes de medicina pareados com o operador booleano "AND". Foram selecionados para essa revisão integrativa artigos traduzidos na língua portuguesa, inglesa e espanhola, publicados a partir do ano de 2017 e que tratavam de transtornos depressivos e ansiosos em estudantes de medicina.

A estratégia de seleção dos artigos iniciou-se pela busca nas bases de dados seguida das seguintes etapas: leitura dos títulos de todos os artigos encontrados e exclusão dos que não abordavam o tema proposto; leitura dos resumos e leitura na íntegra dos artigos que foram selecionados nas etapas anteriores.

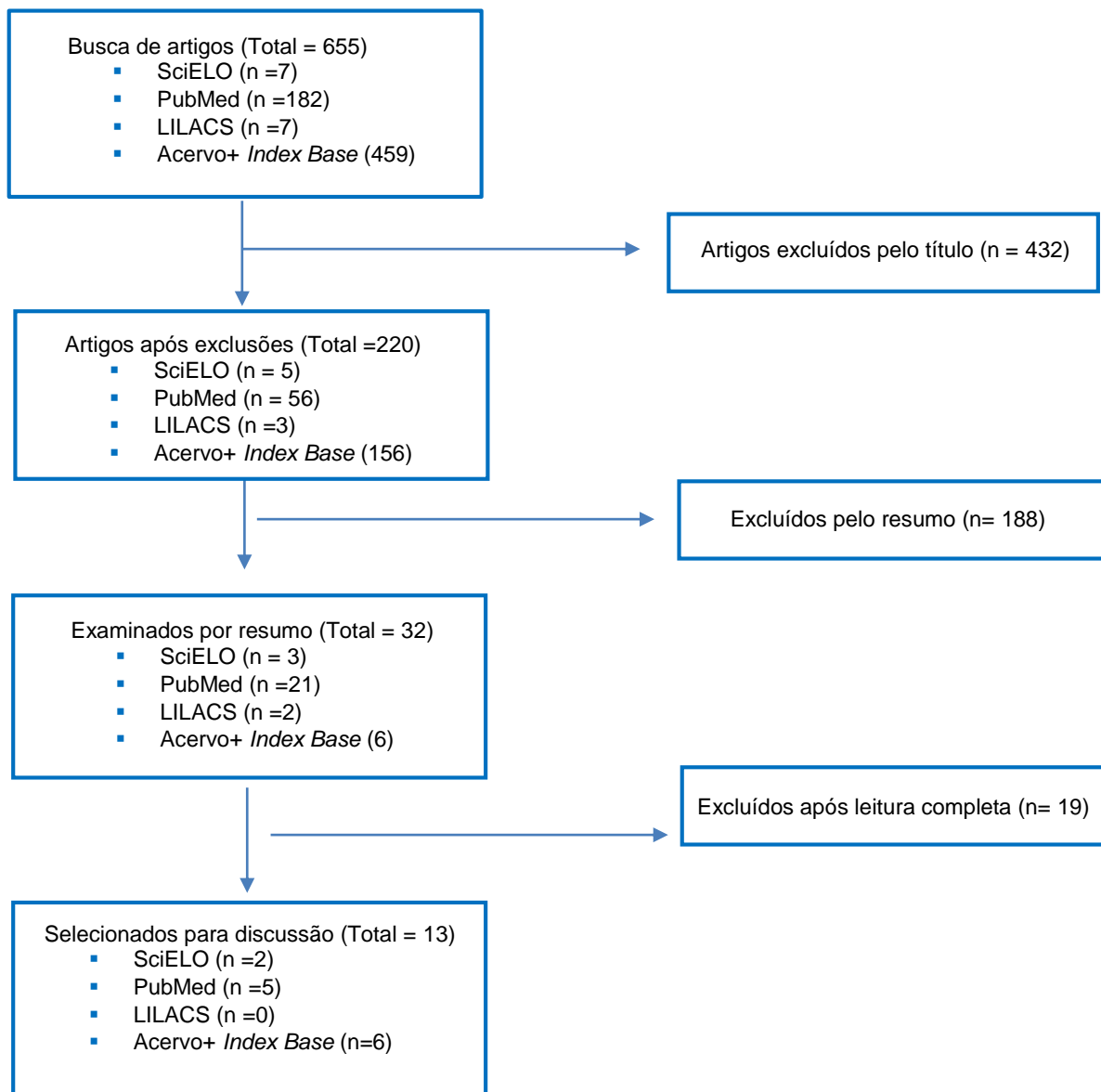
Ao total, foram encontrados 196 artigos científicos, dos quais foram lidos títulos e resumos. Como critério de inclusão, foram consideradas revisões sistemáticas, metanálises, revisões integrativas, revisões narrativas, estudos originais, estudos de coorte e estudos de prevalência.

Foram excluídos trabalhos de conclusão de curso, dissertações e teses, artigos com publicação anterior ao ano de 2017 e que não tratavam da temática proposta por essa revisão. Após a análise, 182 artigos não foram utilizados devido aos critérios de exclusão, assim, 14 artigos foram considerados aptos para serem discutidos.

## RESULTADOS

O Fluxograma representado pela **figura 1** estabelece as etapas de seleção dos artigos considerados aptos para a discussão da revisão integrativa.

**Figura 1** - Fluxograma orientado para a seleção dos artigos baseada em critérios expostos, para a composição da presente revisão integrativa.



**Fonte:** Cunha RF, et al., 2023.

O **Quadro 1** representa uma síntese dos principais dados dos artigos incluídos na revisão dispostos de acordo com o ano de publicação em ordem decrescente, autoria, metodologia aplicada, objetivo do estudo e resumo dos resultados encontrados.

Foram incluídos 13 estudos e, predominou o delineamento de estudo transversal (38,4%), seguido de metanálises (23,07%), revisão sistemática (7,6%), estudo prospectivo (7,6%), ensaio clínico randomizado (7,6%) e estudo de prevalência (7,6%).

**Quadro 1 - Síntese dos dados coletados para produção da presente revisão integrativa.**

Ano	Autoria	Metodologia	Objetivo	Resumo
2021	SILVA ALL, et al.	Estudo observacional transversal descritivo.	Avaliar o estresse e correlacionar com o isolamento pela pandemia em discentes do curso de medicina.	Alunos do curso de medicina tem elevados níveis de estresse. Do total de 170 alunos avaliados, cerca de 67,6% apresentava algum sintoma associado a estresse.
2021	NEGREIROS RAM, et al.	Ensaio clínico randomizado.	Avaliar a efetividade da auriculoterapia na redução dos níveis de ansiedade em estudantes universitários quando comparados com o placebo.	Foi observada diminuição da ansiedade nos dois grupos estudados, entretanto, apenas o grupo intervenção apresentou redução da ansiedade com significância estatística.
2021	PINHEIRO EB, et al.	Estudo descritivo observacional prospectivo.	Descrever a taxa dos prováveis transtornos de Ansiedade e Depressão, bem como sua provável concomitância entre acadêmicos de medicina.	Cerca de 33% dos estudantes de medicina provavelmente possuem transtorno ansioso e 10% provavelmente possui transtorno depressivo. A maioria dos alunos refere realizar atividades para controlar os sintomas, como atividade física. Além disso, o álcool e a nicotina são consideradas as substâncias mais utilizadas.
2021	MIRANDA RASM, et al.	Estudo transversal descritivo.	Estimar a prevalência do consumo de álcool entre estudantes de uma faculdade de medicina.	A prevalência do consumo de álcool é maior entre as mulheres. Além disso, do total de 44 alunos entrevistados, cerca de 81,9% faziam consumo de bebida alcoólica.
2021	ROTENSTEIN LS, et al.	Revisão sistemática com metanálise	Estimar a prevalência de depressão, sintomas depressivos e ideação suicida em estudantes de medicina.	A prevalência global de sintomas depressivos foi de 27,2%. Apenas 15,7% dos estudantes buscaram por tratamento psíquico. A prevalência global de ideação suicida foi de 11,1%.
2021	SACRAMENTO BO, et al.	Estudo de prevalência	Estimar a prevalência e os fatores associados a sintomas de ansiedade e depressão entre estudantes de medicina de uma capital do Nordeste.	Do total de 1.339 alunos entrevistados, 30,8% apresenta ansiedade e 36% apresenta depressão.
2020	PEREIRA FEL, et al.	Estudo descritivo, transversal e quantitativo	Analisar a relação dos problemas de saúde mental (estresse e depressão) na utilização das estratégias de enfrentamento de estudantes de medicina de uma faculdade do interior do Nordeste.	As principais estratégias de enfrentamento observadas foram de confronto, intimamente associada com resistência e alerta (do estresse). Além disso, fuga, esquivar com a necessidade de reconhecimento do problema foram relacionados com maiores índices de depressão.

Ano	Autoria	Metodologia	Objetivo	Resumo
2020	DA COSTA DS, et al.	Estudo quantitativo epidemiológico transversal	Estimar a prevalência dos sintomas de estresse, depressão e ansiedade entre estudantes de medicina.	Do total de 279 estudantes entrevistados, 66,3% possui ansiedade, 28% apresenta sintomas depressivos, sendo 35,9% sintoma depressivo leve e 12,8% sintoma depressivo severo.
2019	ROCHA LN, et al.	Estudo observacional analítico e transversal	Avaliar a qualidade de vida e sintomas depressivos em estudantes de medicina de uma universidade de um município que utiliza a metodologia PBL.	Os domínios físicos, psíquico, relações sociais e ambientais são comprometidas em todas as etapas do curso de medicina. Entretanto, a metodologia PBL parece facilitar o manejo de tristezas, angustias e frustrações.
2019	MAO Y, et al.	Revisão sistemática	Analisar os sintomas de depressão e ansiedade entre os estudantes de medicina e os determinantes associados.	Do total de 35.160 estudantes de medicina, a prevalência média da depressão foi de 32,74% e da ansiedade foi de 27,22%.
2019	QUEK TC, et al.	Revisão sistemática com Metanálise	Analisar a prevalência global de ansiedade entre estudantes de medicina	A taxa de prevalência global entre estudantes de medicina foi de 33,8%, sendo mais presente entre os estudantes da região do oriente médio e Ásia.
2017	MOROMIZATO MS, et al.	Estudo descritivo, transversal e quantitativo	Investigar a correlação entre os indicadores da utilização de internet e redes sociais com a presença de sintomas ansiosos e depressivos entre estudantes de medicina.	Do total de 169 estudantes, 98,8% utilizam internet e redes sociais diariamente. Não foi relatado associação entre o tempo gasto com a internet e a presença de transtornos psíquicos.
2017	PACHECO JP, et al.	Revisão sistemática com metanálise	Fornecer uma visão abrangente dos problemas psíquicos em estudantes de medicina brasileiros, relatando prevalência e associação com cofatores.	A prevalência da depressão entre estudantes de medicina no Brasil foi em torno de 30,6%, sendo que, 23,3% possui sintomas leves, 8,4% sintomas moderados e 2,1% sintomas severos de depressão. O gênero feminino foi associado a depressão, ansiedade e estresse e o gênero masculino mais associado ao burnout.

Fonte: Cunha RF, et al., 2023.

## DISCUSSÃO

Estudantes ao ingressarem no sistema superior de ensino estão expostos a modificações que darão início a uma transição importante na vida. Períodos de ansiedade, sobrecargas emocionais, pressões de provas e baixa qualidade de sono podem desencadear o sofrimento psíquico. Além disso, a criação de expectativas e o sofrimento pelo julgamento externo exacerbam sintomas associados a depressão e a ansiedade. Por tais motivos, estudantes estão propensos a apresentar sintomas depressivos e de ansiedade durante seu curso, impactando no seu futuro profissional (ROCHA LN, et al., 2019).

Em estudo transversal foi avaliado a qualidade de vida e os sintomas depressivos mais prevalentes em uma amostra de 300 estudantes de medicina com idade média de 22,9 anos. Os resultados demonstraram que, estudantes do 1º ao 3º ano do curso possuem pior qualidade de vida quando comparado aos alunos dos demais anos, especialmente nos domínios psicológicos, físicos, sociais e ambientais. A porcentagem de sintomas depressivos variou entre os alunos de 26% a 44% na distribuição dos anos (ROCHA LN, et al., 2019).

Os estudos de Pereira FEL, et al. (2020) corroboram que o curso de medicina pode ser considerado um fator estressante e que ocasiona a piora da qualidade de vida dos estudantes. Os autores selecionaram 138 estudantes de medicina do 1º ao 5º ano e investigaram a relação dos problemas de saúde, como a depressão e a ansiedade com a utilização de estratégias de enfrentamento. Foi evidenciado que, estratégias como fuga e esquiva estavam diretamente associadas depressão e estresse, e estratégias de confronto com fases de alerta e resistência. Os autores concluem que, apesar de os estudantes reconhecerem situações estressantes e utilizarem mecanismos de enfrentamento, o suporte de familiares e outros vínculos são essenciais para melhoria das condições de vida.

Nessa perspectiva, no estudante de medicina, a presença de sintomas associados a transtornos emocionais desencadeia dificuldades para dar continuidade ao curso. Além de déficits na qualidade de vida, transtornos mentais podem desencadear um impacto muito grande no desenvolvimento da carreira médica do aluno, com queda de rendimento, aumento do risco de desistência do curso e aumento do risco de suicídio. O elevado aumento de discentes depressivos demonstra a necessidade de um acompanhamento psicológico do início do curso até o final, para auxiliar no preparo desses estudantes com os desafios impostos pela área que escolheram trabalhar (MAO Y, et al., 2019).

As funções fisiológicas, o comportamento afetivo, emocional e interações sociais são afetados por toda atmosfera de competitividade e exigências diárias. Trabalho, família, situação econômica, aspectos didáticos pedagógicos, ambiente físico da instituição de ensino, crenças e expectativas quanto ao futuro profissional também são fatores que contribuem para que o ambiente do curso de medicina se torne hostil em muitas universidades. Além disso, o surgimento de transtornos psíquicos podem ser estimulados por fragilidades dos relacionamentos entre familiares, a mudança de cidade e a utilização de álcool e nicotina (PINHEIRO EB, et al., 2021).

Os estudos de Miranda RAS, et al. (2021) concordam que, há uma alta prevalência de consumo de álcool entre os estudantes de medicina. Em estudo transversal descritivo, os autores estimaram a prevalência do consumo de álcool entre os acadêmicos e identificaram que, do total de 44 estudantes entrevistados, 81,9% consumiam bebidas alcoólicas, sendo que, cerca de 75% cursava o primeiro período de medicina e 93,8% o oitavo período de medicina. O consumo foi maior entre a população feminina quando comparada a população masculina.

Uma metanálise realizada em 2019 com 40.348 estudantes de medicina identificou que, a taxa de prevalência global de ansiedade é de 33,8%. A ansiedade foi relatada ainda como mais prevalente nas regiões da Ásia e do oriente Médio e não houve diferenças estatísticas significativas quanto ao sexo. O estudo apontou ainda que, existe uma correlação significativa entre os sintomas depressivos e ansiosos nos estudantes de medicina e que, os sintomas mais relatados entre os depressivos foram o choro e o medo constante de algo ruim acontecer (QUEK TT, et al., 2019). A depressão, na linguagem corrente, pode ser empregada para designar tanto um estado afetivo normal representado pela tristeza quanto um sintoma, uma

síndrome ou uma doença. Enquanto sintoma, a depressão pode surgir nos mais diversos quadros clínicos, assim como resposta a situações estressantes, ou a circunstâncias sociais e econômicas adversas. Enquanto síndrome, a depressão inclui não apenas alterações de humor, como por exemplo, a tristeza, irritabilidade, falta de capacidade de sentir prazer e apatia, mas também uma gama de outros aspectos, incluindo alterações cognitivas e psicomotoras (PACHECO JP, et al., 2017).

Costa DS, et al. (2020) discutiram acerca dos sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre os discentes de medicina. Os autores discutiram que, de um total de 288 estudantes analisados, 66,3% convivem com estresse em fase de resistência e 28% apresentam sintomas depressivos. Dos estudantes com sintomas depressivos, 51,3% possuem depressão considerada leve a moderada, 35,9% possuem depressão moderada e 12,8% apresentam sinais de depressão grave e avançada.

Em estudo, foram analisados ainda a presença dos sintomas associados a ansiedade nos estudantes de medicina. Do total de 288 estudantes, 66,3% apresentaram grau considerado mínimo de sintomas ansiosos e 37,7% ansiedade leve, moderada ou grave. Dos estudantes diagnosticados com ansiedade, 21,9 convivem com sintomas leves, 10,8% com ansiedade moderada e 1% possuem grau severo (COSTA DS, et al., 2020).

A ansiedade é considerada como uma reação normal ao estresse, sendo uma resposta fisiológica à uma situação de ameaça. A ansiedade auxilia o indivíduo a sair do perigo e a se preparar para eventos importantes, além de ser um alerta quando necessário tomar uma atitude. Quando essa ansiedade é persistente, excessiva e incontrolável, causando interferência na vida diária, caracteriza-se como um transtorno (ROTENSTEIN LS, et al., 2021).

Assim, o estigma associado à saúde mental é uma questão que deve ser trabalhada e superada na cultura da educação médica. A escola médica deve estar preparada para oferecer suporte emocional e auxílio ao estudante no gerenciamento das emoções. Abordagens cognitivo-comportamentais e grupos terapêuticos podem ser úteis na redução do impacto do estresse do curso médico, especialmente dos estudantes mais recentes no curso de medicina, visto que há uma tendência ao declínio de prevalência de depressão nos anos posteriores e, os alunos tendem a ser mais satisfeitos com a escolha realizada diante do curso (PACHECO JP, et al., 2017).

Diversos fatores podem estar associados ao aparecimento de sintomas depressivos e ansiosos na população de discentes de faculdades de medicina. O sexo feminino, o tipo de treinamento na universidade, personalidade mal adaptativa e ainda a pré-existência de algum transtorno mental, contribui de forma significativa para o surgimento ou para a exacerbação de sintomas ansiosos e depressivos durante a graduação (MENDES TC e DIAS ACP, 2021).

Uma revisão sistemática com 35.160 estudantes de medicina identificou que, a prevalência de depressão possui uma média em torno de 32,74% e a prevalência de ansiedade uma média em torno de 27,22%. Além disso, o estudo avaliou ainda os principais fatores associados ao adoecimento psíquico, sendo, o sexo feminino, o elevado consumo de bebidas alcoólicas, problemas de acomodação e famílias muito grandes os principais relatados (MAO Y, et al., 2019).

Um estudo de prevalência realizado com 458 estudantes de uma faculdade de medicina constatou que, 37% das mulheres e 19,9% dos homens convivem com sintomas de ansiedade. Dos 458 estudantes, 42,9% das mulheres e 24,6% dos homens convivem com a depressão, corroborando com o fato de que, as mulheres estudantes de medicina são a maioria em prevalência no que se refere aos transtornos psíquicos associados a universidade (SACRAMENTO BO, et al., 2021).

Além disso, o trabalho apontou que, os estudantes com orientação homossexual e bissexual apresentaram maior prevalência de sintomas depressivos e ansiosos quando comparados com indivíduos heterossexuais. Os problemas associados a este grupo, como a negação e o sentimento de rejeição pela família exacerbam sensações de insegurança, depressão, uso de drogas e vulnerabilidade social. Além disso, foi registrado que, estudantes que se auto declararam como pardos e pretos apresentavam maior prevalência de depressão e ansiedade associadas com o curso de medicina (SACRAMENTO BO, et al., 2021).



Moromizato MS, et al. (2017) discutiram acerca dos transtornos mentais associados ao uso de internet e rede sociais entre os estudantes de medicina. Os autores concluem que, muitos estudantes fazem uso indiscriminado da internet como mecanismo de compensação, entretanto, o mau uso das redes sociais, especialmente baseado em mensagens instantâneas, pode ocasionar sintomas depressivos e ansiosos.

Recentemente, com a infecção da COVID-19 e a reorganização mundial, o isolamento social fez-se necessário para conter a transmissão viral o que impactou na piora da qualidade de vida dos estudantes de medicina e acarretou a piora ou surgimento de transtornos psíquicos. Em estudo transversal descritivo, com 170 estudantes do curso de medicina foi analisado as fases e os sintomas de estresse durante o isolamento social. Cerca de 72,9% dos alunos estavam em isolamento social, 7,6% estavam em isolamento parcial e 19,4% em isolamento total. Do total de 170 alunos, 58,2% apresentaram sintomas psíquicos associados com estresse mental e, 65,9% apresentavam sintomas físicos (SILVA ALL, et al., 2021). Além disso, na análise geral, 115 alunos encontravam-se em fase de alerta com fatores diretamente estressores e desses, 10% encontrava-se em contato com o agente estressor, 18,2% na fase de exaustão e 39,4% na fase de busca por equilíbrio (resistência) (SILVA ALL, et al., 2021).

Como forma de atenuar os problemas causados pela carga horária elevada do curso de medicina, várias faculdades de medicina do Brasil vêm criando setores de apoio aos estudantes, estruturados de maneira específica com as peculiaridades institucionais de cada escola, denominados Núcleos ou Centros de Apoio. Atividades como palestras educativas, auxílio de psicólogos, campanhas motivacionais contra o suicídio, tem auxiliado na melhoria da qualidade de vida desses estudantes (CAMPOS JCL, et al., 2020). A detecção precoce dos grupos de risco e a identificação das dificuldades vividas pelos alunos ao longo de cada etapa do curso podem indicar a necessidade de desenvolver estratégias de enfrentamento e prevenção da depressão. Projetos contínuos de psicoeducação que sensibilizem os estudantes para os riscos que transtornos psíquicos e disfunções profissionais podem trazer bem-estar e controle de sentimentos ruins (CAMPOS JCL, et al., 2020).

Em ensaio clínico randomizado, Negreiros RAM, et al. (2021) avaliaram a efetividade da acupuntura auricular na redução dos níveis de ansiedade entre estudantes universitários. Foram recrutados 40 voluntários em dois grupos para a auriculoterapia durante seis semanas e controle. Foi observada redução da ansiedade nos dois grupos analisados, entretanto, os pacientes do grupo que receberam a intervenção apresentaram diminuição com significância estatística, o que não ocorreu no grupo controle, o que sugere que, a auriculoterapia pode ser utilizada como estratégia para controle da ansiedade entre estudantes universitários. Este estudo buscou fornecer dados para promover o debate na comunidade científica e acadêmica, e ainda, ampliar a compreensão dos transtornos psíquicos prevalentes entre os estudantes de medicina. Contudo, são necessários novos estudos que, possam avaliar a fragilidade envolvida na falta de suporte emocional e na rede de apoio a esses indivíduos, especialmente no âmbito acadêmico.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta revisão integrativa considera que, o ambiente de universidade para os estudantes de medicina, muitas vezes pode ser considerado tóxico e hostil devido a pressão associada ao curso, exigências e competitividade. As mulheres são as mais afetadas pelos transtornos depressivos e de ansiedade e, isso é expresso por meio de irritabilidade, alterações cognitivas, baixo desempenho e apatia. Além disso, estudantes dos primeiros anos do curso de medicina tendem a desenvolver mais sintomas psíquicos associados a depressão e ansiedade. Este estudo observou que, a prevalência dos sintomas associados a ansiedade entre estudantes de medicina variou entre os estudos, entretanto, ao analisar os sintomas ansiosos, estudos apontam prevalência em torno de 37,7% e prevalência de depressão em torno de 27% a 38%. Foram identificados ainda, traços ansiosos e traços de depressão entre os estudantes e graus relativos das doenças. O aumento da prevalência das taxas de transtornos psíquicos desencadeia consequências clínicas e sociais, como o aumento da utilização de álcool, de drogas, medicamentos, polifarmácia, cansaço extremo, fraqueza, desmotivação, aumento de processos inflamatórios e abandono do curso. Alguns autores concordam que, tratar os transtornos psíquicos entre os estudantes de medicina é um desafio pois, eles não costumam buscar

por ajuda, aumentando cada vez mais a prevalência de sintomas ansiosos, depressivos, abandono ao curso e de suicídio. Salientam a importância de desenvolver estratégias interdisciplinares e multiprofissionais que possam auxiliar no cuidado dos discentes, como rede de apoio, suporte psicoterapêutico nos ambientes da universidade e, práticas que possam aproximar os acadêmicos de forma mais saudável, reduzindo a competitividade e a tensão proporcionada pelo curso de medicina.

## REFERÊNCIAS

1. ALEXOPOULOS GS. Mechanisms and treatment of late-life depression. *Transl Psy.*, 2019; 9 (118): 1-16.
2. CAMPOS JCL, et al. Avaliação do nível de ansiedade e depressão dos estudantes de medicina do unifeso. *Revista da Jopic*, 2020; 3(7): 40-55.
3. COSTA DS, et al. Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento. *Rev. bras. educ. med.*, 2020; 44 (1):1-10.
4. LENER MS, et al. Glutamate and GABA Systems in the Pathophysiology of Major Depression and Antidepressant Response to Ketamine. *Biol Psychiatry.*, 2018; 81 (10): 886–897.
5. MACHADO SLM, et al. Ansiedade e depressão em estudantes de medicina. *RSM – Revista Saúde Multidisciplinar*, 2019; 2 (6): 1-5.
6. MAO Y, et al. A systematic review of depression and anxiety in medical students in China. *BMC Med Educ.*, 2019; 19(1): 1-13.
7. MENDES TC e DIAS ACP. Sintomas de depressão, ansiedade, estresse e fatores associados em estudantes de medicina brasileiros: revisão integrativa. *Res, Socie and Developmen*, 2021; 10(4): 1-10.
8. MIRANDA RASM, et al. Prevalência de consumo de álcool entre estudantes de Medicina do centro universitário de Brasília. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2021; 13(2): e5792.
9. MOROMIZATO MS, et al. O Uso de Internet e Redes Sociais e a Relação com Índícios de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 2017; 41(4): 497-504.
10. NEGREIROS RAM, et al. Auriculoterapia no manejo da ansiedade em estudantes universitários: um estudo randomizado. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2021; 13(4): e6921.
11. PACHECO JP, et al. Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. *Braz J Psychiatry.*, 2017; 39(4): 369-378.
12. PARK LT e ZARATE JUNIOR AC. Depression in the Primary Care Setting. *N Engl J Med.*, 2019; 380 (6): 559–568.
13. PEREIRA FEL, et al. Estresse, depressão e a relação com o coping em acadêmicos de medicina. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2020; Sup. 55: e4077.
14. PEROTTA B, et al. Sleepiness, sleep deprivation, quality of life, mental symptoms and perception of academic environment in medical students. *BMC Med Educ*, 2021; 21(2021): 1-13.
15. PINHEIRO EB, et al. Prevalência de ansiedade e depressão em estudantes de medicina da região norte-nordeste de Santa Catarina. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2021; 37: e9051.
16. QUEK TT, et al. The Global Prevalence of Anxiety Among Medical Students: A Meta-Analysis. *Int J Environ Res Public Health.*, 2019; 16 (15): 1-18.
17. RIBEIRO A, et al. Depression and psychodynamic psychotherapy. *Braz J Psychiat*, 2018; 40(1):105–109.
18. ROCHA LN, et al. Qualidade de vida e depressão: estudo comparativo entre etapas no curso de medicina em metodologia ativa. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2019; 11(11): e524.
19. ROTENSTEIN LS, et al. Prevalence of Depression, Depressive Symptoms, and Suicidal Ideation Among Medical Students a Systematic Review and Meta-Analysis. *JAMA*, 2021; 316(21): 2214-2236.
20. SACRAMENTO BO, et al. Sintomas de ansiedade e depressão entre estudantes de medicina: estudo de prevalência e fatores associados. *Rev. bras. educ. med.*, 2021; 45 (1): 1-7.
21. SILVA ALL, et al. Relação entre estresse e isolamento social durante a pandemia Sars-Cov-2 em discentes de medicina. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2021; 13(9): e8663.
22. WATSON C, et al. A narrative review of suicide and suicidal behavior in medical students. *Indian J Psychiatry*, 2020; 62(3): 250–256.