



A ansiedade e automedicação em acadêmicos de medicina

Anxiety and self-medication in medical students

Ansiedad y automedicación en estudiantes de medicina

Ana Flávia Marques Benvindo¹, Beatriz Bittar Mourão Trabulsi¹, Geisa Maria Bollis Giombelli¹, Raabe Mendanha Campos¹, Marília Zeczkowski¹.

RESUMO

Objetivo: Identificar a prevalência de ansiedade e automedicação nos estudantes de medicina. **Métodos:** Trata-se de uma pesquisa descritiva exploratória com uma abordagem quantitativa, conduzida com 189 indivíduos de uma instituição de ensino superior particular regularmente matriculados no curso de medicina e maiores de 18 anos. A coleta de dados foi realizada através de formulário eletrônico enviado pelas mídias, contendo perguntas sobre dados sociodemográficos e automedicação, além do teste Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) que tem como objetivo elucidar os níveis de ansiedade. **Resultados:** Foram identificados 33,9% de estudantes que apresentaram sintomas de ansiedade e 24,9% com TAG. Nota-se que o sexo feminino foi mais propenso aos sintomas de ansiedade e TAG em comparação ao sexo masculino. Quanto à automedicação, identificou-se que 69,3% dos acadêmicos consomem medicamentos sem receita médica de modo geral e 20,6% praticam automedicação para sintomas de ansiedade, sendo que 17,5% adquiriram por conta própria e 6,3% por meio de familiares. **Conclusão:** Conclui-se que a maior parte dos alunos de medicina apresentam algum sintoma de ansiedade e a automedicação de uso geral foi alta, porém a automedicação para ansiedade e TAG foram baixas.

Palavras-chave: Ansiedade, Automedicação, Acadêmicos, Medicina.

ABSTRACT

Objective: To identify the prevalence of anxiety and self-medication in medical students. **Methods:** This is an exploratory descriptive research with a quantitative approach, conducted with 189 individuals from a private higher education institution regularly enrolled in the medical course and over 18 years of age. Data collection was carried out using an electronic form sent by the media, containing questions about sociodemographic data and self-medication, in addition to the Generalized Anxiety Disorder (GAD) test, which aims to elucidate anxiety levels. **Results:** 33.9% of students were identified as having symptoms of anxiety and 24.9% with GAD. It is noted that females were more prone to symptoms of anxiety and GAD compared to males. Regarding self-medication, it was identified that 69.3% of students consume medicines without a prescription in general and 20.6% practice self-medication for anxiety symptoms, with 17.5% acquiring them on their own and 6.3% by through family members. **Conclusion:** It is concluded that most medical students present some symptoms of anxiety and general self-medication was high, but self-medication for anxiety and GAD was low.

Keywords: Anxiety, Self-medication, Academics, Medicine.

RESUMEN

Objetivo: Identificar la prevalencia de ansiedad y automedicación en estudiantes de medicina. **Métodos:** Se trata de una investigación descriptiva exploratoria con enfoque cuantitativo, realizada con 189 personas de una institución de educación superior privada matriculadas regularmente en la carrera de medicina y mayores de 18 años. La recolección de datos se realizó mediante un formulario electrónico enviado por los medios de comunicación, que contiene preguntas sobre datos sociodemográficos y automedicación, además del test de

¹ Afya Faculdade de Ciências Médicas (AFYA), Palmas – TO.

Trastorno de Ansiedad Generalizada (TAG), que tiene como objetivo dilucidar los niveles de ansiedad. **Resultados:** El 33,9% de los estudiantes se identificó con síntomas de ansiedad y el 24,9% con TAG. Se observa que las mujeres eran más propensas a sufrir síntomas de ansiedad y TAG en comparación con los hombres. En cuanto a la automedicación, se identificó que el 69,3% de los estudiantes consume medicamentos sin receta en general y el 20,6% practica la automedicación para los síntomas de ansiedad, siendo el 17,5% adquiriéndolos por cuenta propia y el 6,3% a través de familiares. **Conclusión:** Se concluye que la mayoría de los estudiantes de medicina presentan algunos síntomas de ansiedad y la automedicación general fue alta, pero la automedicación para ansiedad y TAG fue baja.

Palabras clave: Ansiedad, Automedicación, Académicos, Medicina.

INTRODUÇÃO

Segundo a American Psychiatric Association (APA, 2013), a ansiedade pode ser definida como uma resposta emocional caracterizada por preocupação, apreensão e nervosismo diante de situações percebidas como ameaçadoras ou desafiadoras. Essa definição destaca a natureza complexa da ansiedade, que pode se manifestar de várias formas e intensidades, influenciada pela percepção individual de eventos ou circunstâncias. A ansiedade pode ser uma resposta adaptativa em certas situações, preparando o indivíduo para lidar com desafios, mas quando excessiva ou desproporcional, pode interferir significativamente na vida cotidiana e no bem-estar emocional (LENHARDT G e CALVETTI PU, 2017).

De acordo com Alves TCTF (2014), a ansiedade é uma emoção comum na experiência humana, mas sua definição ainda é desafiadora, assim como diferenciar entre ansiedade normal e patológica. A ansiedade geralmente é percebida como um estado de alerta que causa tensão e gasto de energia, acompanhado por uma percepção ampliada do ambiente, direcionada para um perigo percebido, consciente ou não. Ela frequentemente provoca mudanças físicas e mentais, com projeções negativas para o futuro, mas também pode ser canalizada para mudanças de comportamento.

A prevalência dos sintomas de ansiedade tem se tornado mais frequentes na população atual e principalmente nos estudantes de cursos superiores, com destaque para os acadêmicos de medicina. De acordo com Voltmer E, et al. (2012), em uma comparação dos níveis de ansiedade entre estudantes universitários, os acadêmicos de medicina demonstraram níveis significativamente mais elevados de ansiedade e depressão em comparação com estudantes de outros cursos. Segundo Vasconcelos TC, et al. (2014), existe uma relação entre o surgimento da ansiedade em acadêmicos de medicina, que são inerentes ao curso, destacando-se a grade curricular extensa, o volume de matérias, incertezas sobre o futuro profissional, além das cobranças da sociedade e a autocobrança pessoal.

Além disso, o curso de Medicina é conhecido como um dos mais concorridos do país, o que pode contribuir para o surgimento dos sintomas de ansiedade já na fase do pré-vestibular (BRASIL, 2023). Nesse contexto, é importante ressaltar que parte dos acadêmicos não procuram ajuda psiquiátrica para os sintomas de ansiedade durante sua formação acadêmica, optando por soluções mais rápidas e fáceis como a prática da automedicação (VASCONCELOS TC et al., 2014); (VOLTMER E et al., 2012).

A automedicação, definida como o ato de tomar medicamentos sem orientação médica, é frequentemente vista como uma solução rápida para aliviar sintomas, porém pode resultar em consequências graves e subestimadas (HOFFMANN AMM, 2017). Entre os fármacos mais utilizados para tratar a ansiedade estão os benzodiazepínicos, como o diazepam (Valium) e alprazolam (Xanax), assim como os medicamentos antidepressivos, incluindo os inibidores seletivos da recaptção de serotonina (ALMEIDA MGD, 2017). Conforme Schwars MR e Wojtczar A (2007), os estudantes de medicina podem recorrer à automedicação por diversas razões, tais como o acesso facilitado a medicamentos, o intenso estresse vivenciado durante a formação e a falta de conhecimento sobre os riscos associados a essa prática.

Segundo Batista JA (2019), a automedicação tornou-se prevalente na população em diversos países, e tornou-se um problema de saúde pública mundial. Estima-se que cerca de 80% dos medicamentos comercializados são adquiridos sem prescrição, ainda de acordo com Batista JA (2019), a taxa de

medicalização informal é de 12,7% a 95% em países em desenvolvimento. Os principais riscos da automedicação são reações alérgicas, dependência química, resistência farmacológica e até a morte (BRASIL, 2024). Dada a relevância da investigação sobre ansiedade e automedicação entre os acadêmicos dos cursos de medicina, o objetivo dessa pesquisa é identificar a prevalência de estudantes dessa área que possuem ansiedade e praticam a automedicação em uma instituição de ensino particular na cidade de Palmas, no Tocantins.

MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa de natureza descritiva e exploratória, empregando uma abordagem quantitativa. Os procedimentos metodológicos incluem levantamento, pesquisa bibliográfica e análise documental, conforme descrito por Almeida ID (2021). A população-alvo consistiu nos alunos de um estabelecimento de ensino superior privado situado em Palmas, Tocantins. Foram incluídos os alunos regularmente matriculados no curso de medicina, com idade superior a dezoito anos, enquanto os que não preencheram o formulário adequadamente foram excluídos.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética CAAE 73568123.1.0000.0014 e número do parecer 6.331.701 conforme a Resolução CNS nº 466/12 sobre pesquisa com seres humanos. O consentimento informado foi obtido digitalmente e incluído no questionário para que os participantes confirmassem sua ciência e concordância voluntária em participar da pesquisa.

O formulário eletrônico constou dois questionários, o primeiro é o Teste TAG- Transtorno de Ansiedade Generalizada que indica quem pode ter ansiedade e quem pode ter TAG, através de perguntas de autoavaliação, o aluno deve respondê-las com base em seus comportamentos diante das situações mencionadas, em cada pergunta, tem-se resposta a pontuação de 1 a 5, que caracterizam como “1: nem um pouco, 2: relativamente, 3: um pouco, 4: bastante ou 5: muito”. Esse questionário tem como objetivo elucidar o nível de ansiedade das pessoas perante as atividades do cotidiano, bem como o nível da preocupação diante da falta de tempo, de momentos de pressão, da necessidade de estudar e trabalhar, de se organizar no dia a dia e de iniciar e terminar novos projetos.

Posteriormente, deve-se somar os pontos para cada afirmação, que podem variar de 16 a 80 entre a população jovem. Pessoas com ansiedade costumam ter pontuação próxima a 50. Pontuações próximas a 60 podem indicar TAG. O segundo questionário é sobre a prática de automedicação para os sintomas de ansiedade e de medicamentos em geral, contém 12 perguntas, com o objetivo de analisar sobre automedicação sem prescrição médica, qual motivação do uso, quem influenciou e como teve acesso a esses medicamentos, além de saber no último ano quantas vezes foi a uma consulta com psiquiatra.

Os dados foram coletados individualmente por meio da plataforma virtual Google Forms, resultando em uma amostra de 189 participantes, e posteriormente organizados e digitados no editor Microsoft Office Excel 2016. Em seguida, foram transferidos para o software SPSS 26 (Statistical Package for the Social Sciences) para a realização das análises estatísticas. Para a estatística descritiva, foram empregadas medidas de posição, como média e mediana, além de medidas de dispersão, como desvio padrão, para variáveis quantitativas.

Para as variáveis qualitativas, foram utilizadas frequências absolutas e relativas. Quando pertinente, foram calculados intervalos de confiança de 95%. Na análise inferencial, o teste qui-quadrado foi aplicado para investigar possíveis associações entre o perfil sociodemográfico e a classificação do questionário TAG dos acadêmicos. Para as variáveis significativas, a razão de chance foi calculada por meio de regressão logística binária. Todos os testes foram conduzidos com um nível de significância de 5% e um nível de confiança de 95%.

RESULTADOS

Com base nos resultados da **Tabela 1**, que descreve o perfil sociodemográfico dos participantes da pesquisa, observa-se que a amostra é predominantemente composta por jovens adultos, com 48,7% dos

participantes na faixa etária de 21 a 25 anos. Além disso, a maioria dos participantes é do sexo feminino, representando 64% da amostra. Quanto à cor, os participantes, em sua maioria, se autodeclararam brancos (52,9%) e pardos (41,8%). Em relação ao estado civil, a maioria dos participantes é composta por indivíduos solteiros, representando 83,6% da amostra.

Quanto à formação na educação básica, 67,2% são provenientes de escolas particulares. No que diz respeito à situação acadêmica, 81% dos participantes estão dedicados exclusivamente aos estudos. Quanto ao ciclo acadêmico, observa-se uma distribuição relativamente equilibrada entre o ciclo básico (46%), ciclo clínico (47,6%) e internato (6,3%). No ciclo básico, o foco está nas disciplinas introdutórias e teóricas, a maioria voltada para a fisiologia do corpo humano.

Conforme o Projeto Pedagógico de Medicina, no ciclo clínico são abordadas disciplinas sobre as doenças, suas evoluções, manifestações, o tratamento e as formas de prevenção. Já no período do internato, que é um estágio obrigatório, o objetivo é inserir os alunos na prática e no cotidiano da profissão, contando sempre com a orientação de profissionais médicos.

Tabela 1- Caracterização do perfil sociodemográfico de acadêmicos de medicina proveniente do setor privado.

Características	N (%)	IC-95% ¹
Idade		
16 - 20	47(24,9)	(19,1-31,4)
21-25	92(48,7)	(41,6-55,8)
26-30	22(11,6)	(7,7-16,8)
31-35	15(7,9)	(4,7-12,4)
>35 anos	13(6,9)	(3,9-11,2)
Sexo		
Feminino	121(64,0)	(57,0-70,6)
Masculino	68(36,0)	(29,4-43,0)
Cor		
Branca	100(52,9)	(45,8-59,9)
Parda	79(41,8)	(34,9-48,9)
Preta	4(2,1)	(0,7-5,0)
Outros	6(3,2)	(1,3-6,4)
Estado Civil		
Casado	29(15,3)	(10,7-21,0)
Divorciado	2(1,1)	(0,2-3,4)
Solteiro	158(83,6)	(77,8-88,3)
Estudou em		
Ambas	36(19,0)	(13,9-25,1)
Escola particular	127(67,2)	(60,3-73,6)
Escola pública	26(13,8)	(9,4-19,2)
Profissão		
Estudante	153(81,0)	(74,9-86,1)
Estudante + outra profissão	36(19,0)	(13,9-25,1)
Qual ciclo você está cursando		
Ciclo básico	87(46,0)	(39,0-53,2)
Ciclo clínico	90(47,6)	(40,6-54,7)
Internato	12(6,3)	(3,5-10,5)

Nota: ¹IC-95% para frequência relativa.

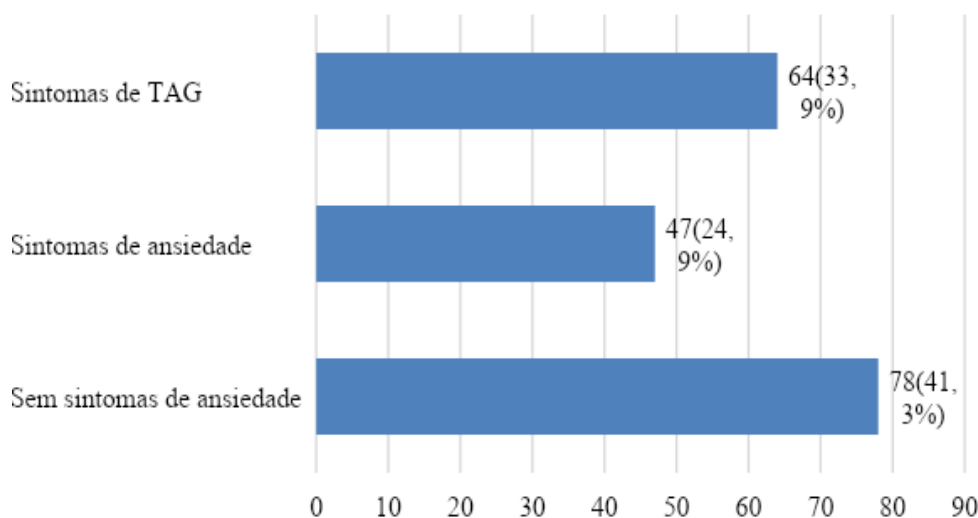
Fonte: Benvindo AFM, et al., 2024.

O perfil sociodemográfico identificado nesta pesquisa na instituição se assemelha aos achados de estudos anteriores, como os de Souza JVG, et al. (2018), Zazula R, et al. (2019) e Veras RM, et al. (2020). Esses estudos também destacaram a predominância da presença feminina nos cursos de medicina no Brasil, o que é consistente com os resultados observados nesta pesquisa. Além disso, assim como neste estudo, essas

pesquisas também encontraram uma concentração significativa de participantes na faixa etária de 21 a 25 anos. Essas semelhanças nos perfis sociodemográficos refletem a realidade dos acadêmicos de medicina no país.

No que se refere a ansiedade, 33,9% dos participantes indicaram ter sintomas de transtorno de ansiedade generalizada (TAG). Além disso, 24,9% demonstraram sintomas de ansiedade, indicando uma prevalência considerável desse distúrbio entre os acadêmicos de medicina. Apenas 41,3% não apresentou nenhuma das problemáticas anteriores, conforme ilustra o (**Gráfico 1**).

Gráfico 1- Classificação dos níveis de ansiedade segundo o questionário TAG em acadêmicos de medicina proveniente do setor privado.



Nota: Média (IC-95%): 53,63(51,88-55,38); Mediana: 53,00; Desvio Padrão:12,22

Fonte: Benvindo AFM, et al., 2024.

Os dados de transtorno de ansiedade generalizada se aproximam dos achados por Trindade Júnior SC, et al. (2021), que ao entrevistar 159 alunos do curso de medicina da Universidade do Estado do Pará, constatou que 32,7% apresentaram sintomas de TAG. Mota MLO, et al. (2020), em uma pesquisa de revisão bibliográfica também identificou que cerca de 30% dos acadêmicos dos cursos de medicina apresentam ansiedade ou transtorno de ansiedade generalizados, conforme os autores, os sintomas surgem em decorrência de vários fatores, destacando-se a pressão acadêmica, carga de trabalho, preocupações financeiras e privação do sono.

Quanto aos sintomas de ansiedade, os dados estão abaixo dos encontrados por Lamonier FR, et al. (2023), que identificou a prevalência de 83,3% de sintomas de ansiedade em um grupo de 60 alunos de medicina. Outros achados na literatura apontam que as taxas de prevalência de ansiedade variam de 35,5% a 66,7% em estudantes brasileiros de medicina (TABALIPA FO, et al., 2015); (MAYER F, et al., 2016); (MOUTINHO ILD, et al., 2017), sendo assim o resultado encontrado na pesquisa está dentro dos parâmetros observados em outros estudos.

De acordo com Santos LS, et al. (2017), a ansiedade ou transtorno de ansiedade generalizada no meio acadêmico em cursos de medicina está associado a rotina que enfrentam na graduação, pois a formação médica é considerada uma das mais difíceis e trabalhosas, o que exige alta dedicação e resistência física e emocional. A duração do curso e receio de atuação após a formação também influenciam no desenvolvimento de tais transtornos.

Na relação do perfil sociodemográfico com a classificação do questionário TAG, apresentado na tabela 3, identificou-se que não há associação significativa da idade com sintomas de ansiedade ou TAG. Contudo,

nota-se que o parâmetro sexo apresenta uma relação significativa, no qual mulheres apresentam maior suscetibilidade aos sintomas de ansiedade e TAG em comparação com homens. Outra relação importante está na formação básica, onde alunos que estudaram em escolas particulares apresentam maiores proporções de ansiedade e TAG ($p = 0,026$) do que alunos que estudaram em escolas públicas.

A prevalência de sintomas de ansiedade ou Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) em mulheres estudantes de medicina foi destacada por Nogueira EG, et al. (2021), Costa DS, et al. (2020), Pinto NAJ, et al. (2018) e Leão AM (2018). Esses estudos ressaltam que as mulheres tendem a ser mais vulneráveis ao estresse e à ansiedade em comparação aos homens, atribuindo essa disparidade a uma carga de atividades geralmente mais elevada para as mulheres.

Além disso, os autores sugerem que as mulheres podem ser mais conscientes de seus sentimentos e tendem a expressá-los com mais clareza do que os homens. Costa DS, et al. (2020) ainda indicam que os homens também podem experimentar níveis elevados de ansiedade, mas podem ter dificuldade em expressar esses sentimentos em questionários devido à sua dificuldade em identificar e comunicar as emoções que os afligem.

No que diz respeito à formação na educação básica, este estudo apresenta resultados distintos dos encontrados por Costa DS, et al. (2020), que identificaram uma maior probabilidade de desenvolvimento de transtornos de ansiedade e depressão entre alunos provenientes da rede pública. No entanto, essa disparidade pode estar relacionada ao fato de que a instituição privada, onde a pesquisa foi realizada, tem uma proporção maior de alunos que frequentaram escolas particulares durante a educação básica, em comparação com os provenientes da rede pública.

Tabela 3- Análise de associação entre o perfil sociodemográfico e a classificação do questionário TAG em acadêmicos de medicina proveniente do setor privado.

Teste TAG					
	Normal	Sintomas de ansiedade/TAG	P-valor	P-valor	OR-95%
Idade					
16 - 20	19(24,4)	28(25,2)	0,907	-	2,828(1,531-5,222) b
21-25	36(46,2)	56(50,5)			
26-30	11(14,1)	11(9,9)			
31-35	6(7,7)	9(8,1)			
>35 anos	6(7,7)	7(6,3)			
Sexo					
Feminino	39(50,0)	82(73,9)	0,001	0,001	
Masculino	39(50,0)	29(26,1)			
Raça					
Branca	38(48,7)	62(55,9)	0,270	-	5,667(1,876-17,116)
Parda	33(42,3)	46(41,4)			
Preta	3(3,8)	1(0,9)			
Outros	4(5,1)	2(1,8)			
Estado civil					
Casado	12(15,4)	17(15,3)	0,968		
Divorciado	1(1,3)	1(0,9)			
Solteiro	65(83,3)	93(83,8)			
Estudou em					
Ambas	9(11,5)	27(24,3)	0,006	0,002	2,724(1,128-6,581) b
Escola particular	52(66,7)	75(67,6)		0,026	
Escola pública	17(21,8)	9(8,1)			
Profissão:					
Estudante	62(79,5)	91(82,0)	0,667	-	
Estudante + outra profissão	16(20,5)	20(18,0)			

Qual ciclo você está cursando:			0,333		
Ciclo básico	31(39,7)	56(50,5)			
Ciclo clínico	41(52,6)	49(44,1)			
Internato	6(7,7)	6(5,4)			

Fonte: Benvindo AFM, et al., 2024.

A **Tabela 4** exibe os dados acerca da automedicação dos acadêmicos de medicina, onde identificou-se que a maioria dos participantes (69,3%) admitiu consumir medicamentos sem receita médica, o que indica uma alta prevalência de automedicação entre os estudantes de medicina. Em 58,7% os participantes relataram ler a bula dos medicamentos, isso sugere que estão cientes dos medicamentos que estão consumindo. No que se refere aos efeitos adversos, 82% dizem ter conhecimento quanto aos efeitos do uso inadequado de medicamentos para ansiedade.

Referente a automedicação para tratamento de ansiedade, apenas 20,6% confirmaram usar medicamentos para ansiedade sem prescrição médica, o que configura o difícil acesso aos medicamentos devido a necessidade de receita controlada; e os motivos mais comuns para a automedicação incluem custo de uma consulta médica (6,3%), demora em conseguir consulta médica (3,7%) e falta de tempo para ir ao médico (5,3%).

Quanto ao acesso aos medicamentos, 17,5% adquiriram por conta própria e 6,3% por meio de familiares. Já no que se refere ao aconselhamento ou influência para a automedicação, 7,9% dizem consumir por conhecimento próprio, e em 5,3% dos casos há indicação de familiares e 4,8% por indicação de amigos. Referente às motivações para a automedicação, 7,4% consideram ter conhecimentos teóricos suficientes para se automedicar, e 7,4% dizem fazer o uso baseado em indicação anterior e 3,2% se automedicam baseados no uso do medicamento dentro do ciclo familiar.

Em relação ao uso do medicamento, observou-se que 11,1% dos participantes relataram utilizar sempre o mesmo remédio para lidar com a ansiedade, enquanto 9% optam por variar o medicamento conforme a situação de ansiedade que enfrentam. Adicionalmente, 4,8% indicaram recorrer ao medicamento disponível no momento. Quanto à disponibilidade do medicamento, 12,7% dos participantes afirmaram não manter o medicamento em estoque doméstico, optando por adquiri-lo apenas quando necessário, enquanto 12,2% mantêm o medicamento regularmente em sua residência.

Tabela 4- Caracterização das respostas do questionário sobre a automedicação de acadêmicos de medicina proveniente do setor privado. N:189.

Questionário	N (%)	IC-95%
17) Você já consumiu medicamentos (de uso geral) sem receita médica?		
Não	58(30,7)	(24,4-37,5)
Sim	131(69,3)	(62,5-75,6)
18) Você lê a bula dos medicamentos?		
Não	78(41,3)	(34,4-48,4)
Sim	111(58,7)	(51,6-65,6)
19) Você tem conhecimento dos possíveis efeitos adversos que o uso inadequado dos medicamentos para ansiedade pode trazer?		
Não	34(18,0)	(13,0-23,9)
Sim	155(82,0)	(76,1-87,0)
20) Você já consumiu algum medicamento sem receita médica quando teve sintomas de ansiedade?		
Não	150(79,4)	(73,2-84,7)
Sim	39(20,6)	(15,3-26,8)
22) Qual motivo o levou a prática da automedicação para ansiedade?		
Custo de uma consulta médica	12(6,3)	(3,5-10,5)
Demora em conseguir consulta médica	7(3,7)	(1,7-7,1)
Falta de tempo para ir ao médico	10(5,3)	(2,8-9,2)
Fitoterápico	1(0,5)	(0,1-2,4)
Minha mãe que já usufruiu (com receita) queria me ajudar e me deu, mas não cheguei a usar por 5 tempo.	1(0,5)	(0,1-2,4)

Não havia necessidade de consulta médica para o problema apresentado	12(6,3)	(3,5-10,5)
Não realizei uso de medicamento para ansiedade sem prescrição médica	144(76,2)	(69,8-81,8)
Por livre e espontânea vontade	1(0,5)	(0,1-2,4)
tempo de espera para consulta, falta de tempo com a correria, custo consulta	1(0,5)	(0,1-2,4)
23) Quem compra o medicamento para ansiedade (ex: ansiolíticos/antidepressivo)?		
Amigos	5(2,6)	(1,0-5,7)
amigos e familiares	1(0,5)	(0,1-2,4)
Familiares	12(6,3)	(3,5-10,5)
Não realizei uso de medicamento para ansiedade sem prescrição médica	138(73,0)	(66,4-79,0)
Própria pessoa	33(17,5)	(12,6-23,3)
24) Quem aconselhou/influenciou o uso do medicamento para ansiedade?		
Amigos	9(4,8)	(2,4-8,5)
Conhecimento próprio	15(7,9)	(4,7-12,4)
Familiares	10(5,3)	(2,8-9,2)
Farmacêutico	1(0,5)	(0,1-2,4)
Internet	1(0,5)	(0,1-2,4)
Médico	2(1,1)	(0,2-3,4)
Não realizei uso de medicamento para ansiedade sem prescrição médica	145(76,7)	(70,3-82,3)
Prescrição antiga	6(3,2)	(1,3-6,4)
25) Se a utilização for própria, em que se baseia para utilizá-los:		
Acredito ter conhecimento teórico para me medicar	14(7,4)	(4,3-11,8)
Costume, uso crônico. Consultou uma vez, resolveu o problema e contínuo o uso	14(7,4)	(4,3-11,8)
crise de ansiedade forte e precisava passar	1(0,5)	(0,1-2,4)
Informado por quem indicou.	1(0,5)	(0,1-2,4)
meu familiar usava para isso então usei	1(0,5)	(0,1-2,4)
Não realizei uso de medicamento para ansiedade sem prescrição médica	151(79,9)	(73,8-85,1)
Não utilizo mais sem receita, mas estão disponíveis na minha casa porque minha mãe utiliza (com receita e indicação). Não faço mais o uso.	1(0,5)	(0,1-2,4)
Todos os meus familiares usam e sei que resolve meu problema	6(3,2)	(1,3-6,4)
26) Você utiliza sempre os mesmos medicamentos para ansiedade quando apresenta os sintomas?		
Não	17(9,0)	(5,5-13,7)
Não realizei uso de medicamento para ansiedade sem prescrição médica	142(75,1)	(68,6-80,9)
Sim	21(11,1)	(7,2-16,2)
Uso o que tiver disponível em casa	9(4,8)	(2,4-8,5)
27) Os remédios utilizados para ansiedade, sempre estão disponíveis em sua casa?		
Não realizei uso de medicamento para ansiedade sem prescrição médica	142(75,1)	(68,6-80,9)
Não, mas compro quando preciso	24(12,7)	(8,5-18,0)
Sim, procuro sempre ter em casa	23(12,2)	(8,1-17,4)
28) Quantas vezes foi consultado(a) por um psiquiatra no último ano?		
Nenhum	130(68,8)	(61,9-75,1)
1	22(11,6)	(7,7-16,8)
2	12(6,3)	(3,5-10,5)
≥3	25(13,2)	(9,0-18,6)

Fonte: Benvindo AFM, et al., 2024.

DISCUSSÃO

A prevalência da automedicação entre estudantes de medicina foi destacada em diversas pesquisas recentes, destacando-se os estudos conduzidos por Nasário BR e Matos MPP (2022); Araújo AFLL, et al. (2021) e Silva NKG, et al. (2021). O estudo conduzido por Silva NKG et al. (2021) com uma amostra de 42 participantes, constatou-se que 64,3% dos estudantes admitiram praticar a automedicação não apenas para lidar com a ansiedade, mas também para tratar sintomas depressivos e enfrentar sinais de infecções ou quadros inflamatórios.

Por sua vez, Araújo AFLL, et al. (2021), ao compararem a automedicação entre alunos de graduação em medicina e odontologia, identificaram que os ansiolíticos, antidepressivos e psicoestimulantes foram as classes farmacológicas mais utilizadas, sendo que os psicoestimulantes foram mais consumidos pelos estudantes de medicina. Diante da pesquisa realizada, na amostra a prática de automedicação para ansiedade foi baixa devido a vários fatores, dentre eles, aos conhecimentos por meio dos estudos sobre os efeitos o que levam a poucas pessoas se automedicarem.

Segundo Ramos NR, et al. (2023), os fatores que levam os acadêmicos a se automedicarem são principalmente a busca de alívio rápido dos sintomas de ansiedade, falta de tempo de ir ao médico, dificuldades de custear a consulta, dificuldades de acesso ao serviço de saúde, e em alguns casos, julgam desnecessário buscar ajuda médica para tratar sintomas que eles já conhecem. Já a pesquisa conduzida por Cunha LFO e Bachur TPR (2019), identificou outras justificativas para a automedicação no meio acadêmico, tais como a ausência de seriedade dos sintomas sentidos, o receio de que o diagnóstico clínico possa atrapalhar o desempenho acadêmico e ainda o medo de que ocorra a quebra de confidencialidade de sua consulta com médicos especialistas.

Cabe destacar que a literatura aponta que os medicamentos mais utilizados entre estudantes de medicina são os ansiolíticos, antidepressivos e psicoestimulantes, o consumo indiscriminado desses medicamentos tornou-se um sério problema de saúde pública nos últimos anos, principalmente devido aos efeitos adversos que esses medicamentos podem causar. Os principais efeitos relatados são o comprometimento da memória, insônia rebote, desenvolvimento de tolerância e dependência do medicamento (RAMOS NR, et al., 2023); (ARAÚJO AFLL, et al., 2021); (NASCIMENTO CS, et al., 2019). Diante de tal realidade, a Organização Mundial da Saúde e Ministério da Saúde têm buscado estratégias para conscientizar as populações quanto ao risco da automedicação, promovendo campanhas que incentivam o acompanhamento médico adequado para garantir o uso seguro e eficaz desses tratamentos (WHOa, 2024); (BRASIL, 2021).

Quanto à forma de acesso aos medicamentos, há uma discrepância nos resultados entre os estudos. Enquanto Nasário BR e Matos MPP (2022) identificaram que em 56,5% dos casos os medicamentos são obtidos através de amigos, Silva NKG, et al. (2020) observaram que 62,6% dos participantes conseguem os medicamentos por conta própria. Já na pesquisa de Ramos NR, et al. (2023), identificou que em 65,2% dos casos os medicamentos são indicados por familiares. Essa diferença ressalta a variedade de fontes pelas quais os estudantes obtêm os medicamentos, indicando a necessidade de uma abordagem ampla ao estudar esse fenômeno.

Referente ao aconselhamento sobre o uso dos medicamentos, destacam que 52,4% dos participantes fazem o uso por autoindicação, baseando-se em conhecimentos pré-existentes sobre o uso do medicamento. Essa autonomia na decisão de automedicação levanta questões importantes sobre a conscientização dos estudantes em relação aos riscos e benefícios desse comportamento. O resultado corrobora com o encontrado por Nascimento CS, et al. (2019), que também identificou que além do conhecimento próprio, fatores como opinião de familiares, vizinhos e amigos, prescrições médicas antigas e opinião de farmacêuticos também influenciam no autodiagnóstico e automedicação.

Diante disso, desenvolver novas políticas e estratégias para tornar o ambiente acadêmico saudável onde contribua para o desenvolvimento do bem estar entre os estudantes, como a criação de atendimentos de psicologia gratuitamente nas faculdades onde os alunos possam ter o apoio de profissionais da área como sugere Costa et al.(2012),sugerem que o modelo de ensino médico vigente seja repensado e que se criem

serviços de apoio psicopedagógico aos graduandos em Medicina, de maneira a diminuir o sofrimento psíquico deles, reforçando estratégias defensivas adequadas à resolução dos problemas característicos da profissão. Além disso, com o objetivo de gerenciar a ansiedade e o estresse vivenciado na jornada acadêmica, disponibilizar sessões de terapia em grupo onde possa haver compartilhamento de vivências, proporcionar acolhimento para os calouros, ajudando-os a se adaptarem no ambiente universitário. Desse modo, é de suma importância que haja a inclusão de disciplinas que abordem sobre saúde mental bem como técnicas de autocuidado para prevenir o desenvolvimento de doenças mentais e sintomas.

CONCLUSÃO

A prevalência de sintomas de ansiedade e TAG entre os acadêmicos é preocupante, no qual somados, tiveram uma prevalência de mais de metade da amostra. Esses índices refletem a alta pressão e as exigências acadêmicas enfrentadas pelos estudantes de medicina. Ademais, o estudo destaca a associação significativa entre o sexo feminino e a maior suscetibilidade a sintomas de ansiedade e TAG. No que tange à automedicação, os dados apontam para uma prática comum entre os estudantes, embora a maioria tenha conhecimento sobre os efeitos adversos do uso inadequado, porém o índice automedicação para ansiedade e TAG foi baixas, provavelmente por esses medicamentos terem a prescrição controlada. Esses achados sugerem a necessidade de medidas preventivas e interventivas, como programas de suporte psicológico e estratégias de manejo do estresse, que possam ajudar a mitigar os efeitos adversos da pressão acadêmica sobre a saúde mental dos estudantes de medicina. Além disso, é imperativo fomentar a conscientização sobre os riscos da automedicação e incentivar o acesso adequado aos serviços de saúde mental.

REFERÊNCIAS

1. ALMEIDA ID. Metodologia do trabalho científico. Ed. Universidade Federal de Pernambuco. Pernambuco, 2021; 51.
2. ALMEIDA MGD. Análise do tratamento farmacológico em pacientes com ansiedade e distúrbios do sono com medicamentos ansiolíticos: uma revisão de literatura. (Bacharelado em Farmácia) - Faculdade Maria Milza - FAMAM. Governador Mangabeira, 2017; 48.
3. ALVES TCTF. Depressão e ansiedade entre estudantes da área de saúde. *Revista Medicina*, 2014; 93.
4. APA. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing, 2013.
5. ARAÚJO AFLL, et al. Automedicação de psicofármacos entre estudantes universitários de odontologia e medicina. *Revista Internacional de Educação Superior*, 2021; 7.
6. BATISTA JA, et al. Automedicação e saúde pública: dimensionamento dos fatores de risco e comportamento de saúde. *Revista Saúde e Pesquisa*, 2021; 14(1).
7. BRASIL, Ministério da Educação. Cursos mais concorridos. 2023.
8. BRASIL, Ministério da Saúde. Automedicação. 2024.
9. COSTA DS, et al. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes de medicina e estratégias institucionais de enfrentamento. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 2020; 44(1).
10. COSTA EF de O, et al. Sintomas depressivos entre internos de medicina em uma universidade pública brasileira. *Rev. Assoc. Méd. Bras.* 2012; 58(1): 53-9.
11. CUNHA LFO, BACHUR TPR. A influência da educação médica na prática da automedicação entre acadêmicos de medicina. *Revinter*, 2019; 12(1).
12. HOFFMANN AMM, et al. Automedicação entre acadêmicos de Enfermagem. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2017; 9: 841-848.
13. LAMONIER FR, et al. Prevalência de ansiedade em acadêmicos de medicina. *Revista Foco*, 2023; 16(9).
14. LEÃO AM. Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde. UFC, 2018.
15. LENHARDT G, CALVETTI PU. Quando a ansiedade vira doença? Como tratar transtornos ansiosos sob a perspectiva cognitivo-comportamental. *Aletheia*, 2017; 50(12): 122.
16. MAYER F, et al. Factors associated to depression and anxiety in medical students: a multicenter study. *BMC Medical Education*, 2016; 16(1).
17. MOTA MLO, et al. A incidência do transtorno de ansiedade generalizada em acadêmicos de medicina. 2024.

18. MOUTINHO ILD, et al. Depression, stress and anxiety in medical students: A cross-sectional comparison between students from different semesters. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 2017; 63(1): 21-28.
19. NASÁRIO BR, MATOS MPP. Uso não prescrito de metilfenidato e desempenho acadêmico de estudantes de medicina. *Revista Psicologia: Ciência e Profissão*, 2022; 42.
20. NASCIMENTO CS, et al. Avaliação da automedicação entre estudantes de medicina de uma instituição de ensino de Alagoas. *Revista de Medicina*, 2019; 98(6).
21. NOGUEIRA EG, et al. Avaliação dos níveis de ansiedade e seus fatores associados em estudantes internos de medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 2021; 45(1).
22. PINTO NAJ, et al. Prevalência de transtornos de ansiedade generalizada em estudantes de medicina. *Revista Interdisciplinar Ciências Médicas*, 2018; (2)2.
23. RAMOS NR, et al. Análise da automedicação entre os estudantes de medicina de uma faculdade privada do Sul da Bahia. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2023; 23: 1023.
24. SANTOS LS, et al. Qualidade de vida e transtornos mentais comuns em estudantes de medicina. *Revista Cogitare Enfermagem*, 2017; 22(4).
25. SCHWARZ MR, WOJTCZAK A. Global research on medical education: faculty development for medical education in international health: experiences at the John A. Burns School of Medicine. *Med Teach*, 2007; 29(2-3): 117-124.
26. SILVA NKG, et al. Perfil da ansiedade e automedicação de alunos concluintes de cursos da área de saúde em uma Faculdade no Alto Sertão da Paraíba. *Revista Visão Acadêmica*, 2021; 22(1).
27. SOUZA JVG, et al. O perfil dos estudantes de graduação em medicina: uma revisão sistemática. *Seminário de Ensino, Pesquisa e Extensão da UFFS*, 2018; 8.
28. TABALIPA FO, et al. Prevalência de ansiedade e depressão entre estudantes de medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 2015; (39)3.
29. TRINDADE JÚNIOR SC, et al. Prevalência do transtorno de ansiedade generalizada e do risco de suicídio em estudantes de medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 2021; 45: 2.
30. VASCONCELOS TC, et al. Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 2014; 39(1): 135-142.
31. VERAS RM, et al. Perfil socioeconômico e expectativa de carreira dos estudantes de medicina da Universidade Federal da Bahia. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 2020; 44: 2.
32. VOLTMER E, et al. Perceived medical school stress and the development of behavior and experience patterns in German medical students. *Med Teach*, 2012; 34(10): 840-847.
33. ZAZULA R, et al. Perfil psicossocial de ingressantes de medicina em uma universidade bilíngue e multicultural. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 2019; 20: 2.