



CIÊNCIA E TECNOLOGIA:  
IMPLICAÇÕES NO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO

# FEPEG

F Ó R U M  
ENSINO • PESQUISA • EXTENSÃO • GESTÃO

REALIZAÇÃO:



APOIO:



ISSN: 1806-549X

## DEPRESSÃO ENTRE ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

**Autores:** CAROLINA JÚNIA REIS PAZ, SAMUEL DE PAIVA OLIVEIRA, JOSELINA RODRIGUES MOREIRA, ISABELLA MARQUES DE ALMEIDA FREITAS, LUDMILA COTRIM FAGUNDES, DANIEL ANTUNES FREITAS

### Introdução

O estresse imposto pela faculdade de medicina é um problema significativo. A literatura revela que o bem-estar psicológico e social dos estudantes de medicina é pior quando comparados aos pares da mesma idade (PACHECO et al., 2017). De acordo com uma meta-análise de 77 estudos, a prevalência global de depressão entre estudantes de medicina foi estimada em 28%, ou seja, quase 1/3 dos estudantes de medicina apresentam depressão (MOIR et al., 2018; MAYER et al., 2016). Além disso, a maioria dos acadêmicos com sintomas depressivos sofrem de outras anormalidades psicológicas, como ansiedade, abuso de substâncias ilícitas, síndrome de burnout e ideações suicidas. Quando comparados com a população em geral, a prevalência de depressão e burnout é maior nesse grupo (MOIR et al., 2018).

Vários são os fatores que contribuem para esse quadro, como compromisso em tempo integral, responsabilidade dos alunos com relação às atividades acadêmicas e aos cuidados em saúde prestados aos pacientes e seus acompanhantes, pressão de tempo e ajustes sociais, grande carga de trabalho, número de avaliações e privação de sono (MOIR et al., 2018; PACHECO et al., 2017; MOUTINHO et al., 2017). Esses vários fatores associados à falta de ações que promovam a qualidade de vida dos acadêmicos de medicina podem culminar em altos níveis de estresse o que impacta negativamente à saúde física, mental e emocional dos estudantes, atrapalhando o seu desempenho acadêmico (MOUTINHO et al., 2017). Além do baixo desempenho acadêmico, há uma relação entre o desenvolvimento de depressão e risco aumento de recorrência de futuros episódios depressivos. Esse fato impacta também os pacientes, pois há uma ligação entre a depressão do médico e a diminuição da qualidade dos cuidados em saúde (SILVA et al., 2017).

Apesar dessas evidências e da gravidade dos problemas de saúde mental entre os estudantes de medicina, ainda há poucos estudos que analisam intervenções passíveis de serem realizadas destinadas a prevenir os efeitos negativos que a faculdade de medicina impõe sobre a saúde mental dos acadêmicos e pouco tem sido feito para se mudar essa realidade (SLAVIN et al., 2014). Novos estudos são necessários para avaliar os fatores associados à saúde mental dos estudantes de medicina que afetam a sua qualidade de vida e o seu desempenho acadêmico para que intervenções adequadas possam ser propostas (MOUTINHO et al., 2017).

O objetivo do presente estudo é analisar os trabalhos já publicados relacionados com essa temática com posterior síntese do conhecimento para que se possa evidenciar o que os estudos atuais têm apontado sobre a prevalência de depressão entre os universitários de medicina, as possíveis causas desse transtorno de humor nesse grupo populacional e as possíveis intervenções que possam ser realizadas para diminuir esse problema que está relacionado com inúmeras consequências negativas.

### Material e Métodos

Foi realizada uma revisão integrativa da literatura na base de dados Pubmed, utilizando os seguintes descritores indexados no Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): *Depression e Students, Medical*, combinados entre si através do modulador AND. Foram selecionados artigos publicados entre 2013 e 2018, com texto completo disponível na íntegra, nos idiomas inglês, português e espanhol e relacionados com a temática. Como critérios de exclusão, artigos não relacionados com a temática e repetidos.

Os artigos foram selecionados de acordo com os critérios de inclusão e exclusão primeiramente com leitura dos títulos, depois dos resumos e, por último, com leitura na íntegra. Os artigos da amostra final foram, então, submetidos à análise com posterior síntese do conhecimento.

### Resultados e Discussão

Foram encontrados um total de 504 artigos. Desses artigos, após seleção criteriosa de acordo com os critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 69 artigos após a leitura dos títulos, 40 artigos após a leitura dos resumos e, por último, foi selecionada, após leitura dos artigos na íntegra, amostra final de 30 artigos. Esses artigos da amostra final foram, então, submetidos a análise.

A maioria dos estudos da amostra final demonstra alta prevalência de depressão entre os acadêmicos de medicina, sendo maior do que a população em geral. Estudo recente realizado por Moutinho et al. (2017) com estudantes universitários dos 6 anos do curso de medicina da Universidade Federal de Juiz de Fora- MG teve como resultado 34,6% dos estudantes com sintomatologia depressiva, sendo que 8,8% com sintomas grave ou extremamente grave, 37,2% apresentavam sintomas ansiosos, e 47,1% apresentavam sintomas de estresse (MOUTINHO et al., 2017). Outro estudo realizado com estudantes do primeiro e do sexto período do curso de medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) demonstrou prevalência de 18,6% dos alunos com sintomas depressivos, dos quais 14,7% apresentavam sintomas leves e 3,9% apresentavam sintomas moderados (BASSOLS et al., 2014). Estudantes do sexo feminino foram apontados, na maioria dos estudos, como mais vulneráveis do que estudantes do sexo masculino (PACHECO et al., 2017; MOUTINHO et al., 2017; SILVA et al., 2017).

Vários fatores têm sido apontados como prováveis causas desse cenário. Um desses fatores está relacionado a motivação, pois ela ajuda a manter o estudante de medicina em um equilíbrio entre a demanda de estudo e o bem-estar pessoal. Essa motivação pode ser influenciada por variáveis curriculares. Ademais, a motivação influencia na forma como os estudantes abordam o processo de aprendizagem e ajuda a ter um melhor desempenho acadêmico. Altos níveis de estresse e baixos níveis de motivação, confiança e autoestima são encontrados entre estudantes de medicina (MOIR et al., 2018)



CIÊNCIA E TECNOLOGIA:  
IMPLICAÇÕES NO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO

# FEPEG

F Ó R U M  
ENSINO • PESQUISA • EXTENSÃO • GESTÃO

REALIZAÇÃO:



APOIO:



ISSN: 1806-549X

Outro aspecto muito importante é o ambiente altamente competitivo do meio acadêmico médico. Um sistema de avaliação que classifica os alunos de D a A+ é altamente prejudicial aos alunos e é angustiante para aqueles que não alcançam suas pontuações A de antes. Um sistema de aprovação/ reprovação reduz a ansiedade e a competição e incentiva a cooperação entre os alunos, sendo uma importante forma de intervenção (MOIR et al., 2018).

Outro fator que está relacionado com a maior vulnerabilidade dos estudantes de medicina à depressão é que eles são obrigados a aprender uma grande quantidade de conteúdo em um curto período de tempo, o que leva ao aumento do estresse. Devido a isso, o estudante tem menos energia e tempo para formar e manter relacionamentos e para o autocuidado. É importante que as faculdades de medicina implementem programas de bem-estar aos estudantes, oferecendo recursos para uma vida saudável e também que promovam aos alunos acesso anônimo aos cuidados em saúde mental. Um importante aspecto para as universidades promoverem saúde mental é deixar espaço para atividade física no currículo (SILVA et al., 2017).

É difícil mensurar em qual época do curso a prevalência dos sintomas depressivos é maior. O estudo realizado por Moutinho et al. (2017) evidenciou que os alunos do primeiro semestre iniciaram com um alto nível de ansiedade. O estresse nesse grupo deve-se provavelmente as expectativas de começar uma experiência desconhecida. Iniciar um curso médico é repleto de desafios que começam desde o processo de seleção que é altamente competitivo e com alto ponto de corte. Além disso, é importante ressaltar que há um certo glamour conferido aos estudantes de medicina pela sociedade o que está relacionado com sucesso econômico implícito, fato que pode levar à uma elevada expectativa e também à frustração. Vários outros fatores podem estar relacionados com a flutuação da prevalência de depressão no decorrer do curso (MOUTINHO et al., 2017).

Pode-se inferir, então, que alterações na base curricular médica é um importante ponto de intervenção. Além das medidas já citadas, programas de desenvolvimento de estratégias para desenvolver capacidade de reestruturação cognitiva e resolução de problemas, aconselhamento individual, treinamento de habilidades adaptativas e de comunicação, terapia de atenção plena e apoio social também podem ser oferecidos como parte do currículo (SILVA et al., 2017).

## Conclusão

A prevalência de depressão entre estudantes de medicina é alta, sendo maior quando comparada aos pares da mesma idade e a população em geral. Vários fatores têm sido relacionados com esse cenário, como falta de motivação, competitividade do meio acadêmico médico, grande quantidade de conteúdo, carga horária extenuante, alto grau de expectativa com o curso imposto, até mesmo, pela sociedade, sistemas de avaliação inadequados, privação de sono e falta de apoio social. As consequências desse quadro são bastante negativas, como, por exemplo, aumento das taxas de suicídio e de outros transtornos mentais, baixo desempenho acadêmico e recorrência de futuros episódios de depressão o que afeta a qualidade de assistência à saúde ofertada pelos médicos.

É importante ressaltar que apesar de já se estar consolidado na literatura que os estudantes de medicina possuem uma vulnerabilidade maior de desenvolverem sintomas depressivos, ainda há poucos estudos, principalmente no Brasil, avaliando os fatores relacionados com esse quadro e as possíveis intervenções que possam ser realizadas para combatê-lo. Pouco se tem feito na realidade. A principal medida de intervenção apontada nos estudos foi a alteração da grade curricular médica, com incremento dentro do currículo de atividades que ofereçam suporte emocional, orientação e que capacitem esses estudantes a desenvolverem o autocuidado, sendo importante também a disponibilização pela universidade de assistência em saúde mental a esses estudantes.

## Referências

- BASSOLS, A. M. et al. First- and last-year medical students: is there a difference in the prevalence and intensity of anxiety and depressive symptoms?. *Rev. Bras. Psiquiatr.*, v. 36, n. 3, p. 233-240, 2014.
- MAYER, F. B. et al. Factors associated to depression and anxiety in medical students: a multicenter study. *BMC Medical Education*, v. 16, p. 282, 2016.
- MOIR, F. et al. Depression in medical students: current insights. *Advances in Medical Education and Practice*, v. 9, p. 323-333, 2018.
- MOUTINHO, I. L. D. et al. Depression, stress and anxiety in medical students: A cross-sectional comparison between students from different semesters. *Rev. Assoc. Med. Bras*, v. 63, n. 1, p. 21-28, 2017.
- PACHECO, J. P. et al. Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. *Rev. Bras. Psiquiatr.*, v. 39, n. 4, p. 369-378, 2017.
- SILVA, V. et al. Depression in medical students: insights from a longitudinal study. *BMC Medical Education*, v. 17, p. 184, 2017.
- SLAVIN, S. J., SCHINDLER, Debra L., CHIBNALL, John T. Medical Student Mental Health 3.0: Improving Student Wellness Through Curricular Changes. *Academic Medicine*, v.89, n. 4, p. 573-577, 2014.