

DEPRESSÃO EM ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DE LITERATURA

DEPRESSION IN MEDICAL STUDENTS: A SYSTEMATIC REVIEW OF LITERATURE

Amanda Santos de Souza^{*}

Karine Marques Tavares^{**}

Paula Sanders Pereira Pinto^{***}

RESUMO

A literatura mostra que há maior prevalência de sintomas depressivos e Transtorno Depressivo Maior em estudantes de Medicina do que na população geral, ressaltando que algumas características do curso atuam como alguns dos fatores de risco. Desse modo, o presente trabalho questionou qual tem sido o perfil dos estudantes de Medicina que apresentam sintomas depressivos e/ou depressão. Para tanto, foi realizada uma revisão sistemática de literatura, na qual se pesquisou a referida temática em cinco revistas médicas de *qualis* A1 a B1, dentro de um recorte temporal de 10 anos, nas quais foram encontrados 7 artigos. Concluiu-se que a maioria das pesquisas sobre a temática se desenvolveram na região sul-sudeste e buscaram compreender fatores desencadeadores/causais da depressão. De modo geral, apontaram considerável nível de prevalência de depressão neste público, com ênfase para os sujeitos do sexo feminino, bem como a vulnerabilidade a que se expõe ao longo de todo curso.

Palavras-chave: Depressão; Sintomas depressivos; Sstudantes de Medicina.

ABSTRACT

The literature shown that there is a greater prevalence of depressive symptoms and Major Depressive Disorder in medical students than in the general population, noting that some characteristics of the course act as some of the risk factors. Thus, the present study questioned the profile of medical students who present with depressive symptoms and/or depression. For this purpose, a systematic review of the literature was carried out, in which the aforementioned thematic was investigated in five medical journals of A1 to B1 *qualis*, within a 10-year time frame, in which 7 articles were found. It was concluded that the majority of the researches on the subject were developed in the south-southeast region and sought to understand triggers/causals factors of depression. In general, they pointed out a considerable level of prevalence of depression in this public, with emphasis on the female subjects, as well as the vulnerability to which it is exposed throughout the course.

Keywords: Depression; Depressive symptoms; Medical students.

1 INTRODUÇÃO

Além de representar um momento de ampliação de conhecimentos, expectativas e experiências, a jornada universitária se caracteriza, principalmente, pela formação técnica e profissional dos estudantes. Entretanto, ela também está associada a fatores estressores, tais como medo do fracasso, imposição do mercado de trabalho, cobranças familiares, etc., os quais acabam propiciando desgastes de ordem biopsicossocial ao acadêmico, o que prejudicar a sua saúde (ALVES, 2010; ZONTA; ROBLES; GROSSEMAN, 2006).

Quando combinados com pré-disposições individuais, tais fatores podem resultar na manifestação de quadros psicopatológicos como ansiedade, depressão e suicídio. Desse modo, não é incomum que os universitários, de modo geral, apresentem ou desenvolvam algum transtorno mental ao longo da sua formação, uma vez estão submetidos a diversos estressores, tais como intensa dedicação aos estudos, abdicação de tempo, administração de novas responsabilidades, cobranças pessoais e externas quanto ao futuro, mercado de trabalho e sucesso profissional (CAVESTRO; ROCHA, 2006).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (2000), conforme citado por Coutinho (2003), a depressão vem ocupando uma posição de destaque no rol dos problemas de saúde pública desde 1990, apontando, ainda, que deverá se tornar a doença mais comum nos próximos 20 anos, já sendo considerado o quinto maior problema de saúde pública do mundo.

Contando com uma prevalência de 17% em toda a vida e sendo mais comum em pessoas do sexo feminino, a depressão é definida como um transtorno mental caracterizado pelos sintomas de tristeza, avolia, perda de prazer, rebaixamento do humor, distúrbios do sono e/ou do apetite, sendo resultado de um conjunto de fatores (ambientais, psicológicos, genéticos e biológicos), a qual está associada a uma disfunção de neurotransmissores, com ênfase na dopamina, noradrenalina e serotonina (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

Alguns estudos epidemiológicos têm ressaltado taxas preocupantes de depressão em um grupo específico de pessoas: os médicos e estudantes de medicina (REZENDE et al., 2008; OLIVEIRA, 2013; BRUCH; CARNEIRO; JORNADA, 2009). Oliveira (2013), por exemplo, mostrou que 43% dos estudantes de medicina apresentaram sintomas de depressão, sendo 6,9% depressão moderada ou severa e 34,5% leve à moderada. Por sua vez, Rezende et al. (2008) constatou a prevalência de 79% de sintomas depressivos em estudantes de medicina, sendo 31% moderado e 19,2% grave.

Nesse sentido, é possível compreender o motivo pelo qual se enfatiza, no âmbito da literatura, os estudos sobre qualidade de vida e adoecimento psíquico dos estudantes do curso de Medicina. Desde a década de 60, alguns teóricos já afirmavam que estes estudantes, em especial, ingressavam no universo acadêmico muito precocemente (geralmente entre os 17 e 26 anos), passando, assim, por um momento de crise tanto de identidade como no processo de escolha profissional (GUIMARÃES, 2007).

De um modo muito particular, a faculdade de Medicina se caracteriza pela sobrecarga de estudos, hostilidade, carga horária exaustiva, a competitividade anterior e posterior a entrada no curso (referentes aos processos seletivos do vestibular e residência), o contato com doentes graves, com a morte e o sofrimento, dentre outros (OLIVEIRA, 2013). Nesse contexto, é possível compreender mais claramente os resultados científicos que incluem o estudante de medicina (e o próprio médico) em um grupo de risco no que se refere à manifestação de transtornos mentais e do comportamento, com ênfase na depressão (CATALDO, 1998; MILLAN, 1991).

Loureiro (2008), mostrou que 58,2% dos estudantes apresentaram sintomas clínicos de estresse, sendo a dedicação exigida pelo curso, a dificuldade na gestão do tempo e a falta de tempo para as atividades de lazer foram as principais fontes de estresse. São comuns, para esses estudantes, o sentimento de desvalia e impotência, os quais fomentam ideias de abandono do curso, bem como os próprios sintomas depressivos, incluindo ideação suicida – temática que também tem sido muito estudada (MELEIRO, 1998; MILLAN; ROSSI; MARCO, 1990). Dutra (2007), por exemplo, revelou que 22,7% dos participantes de sua pesquisa afirmaram ter sentido, alguma vez, vontade de morrer; 33% marcaram como forma de morrer a “morte natural”, 24,5%, “se matando”, 17,5% “acidente” e 12,2% “sendo morto”.

Além disso, estudos mostram que a experiência psicológica desses estudantes varia significativamente ao longo dos 6 anos de curso, havendo mudanças no que foi descrito como fases psicológicas, sendo elas: a) euforia inicial, devido ao ingresso na faculdade; b) decepção, marcada pela cobrança intensa, desempenho dificultoso; c) adaptação e preocupação, decorrentes do período do internato, e a competição pelas vagas de residência (REZENDE et al., 2008). De acordo com Benevides-Pereira & Gonçalves (2009), há um aumento gradativo, ano a ano, dos níveis de ansiedade, estresse e *burnout*, os quais culminam no quarto ano do curso. Em relação à qualidade de vida, Alves (2010), apontou comprometimento em relação ao aspecto psicológico, principalmente no período de conclusão de curso.

Diante desse quadro de desgaste e adoecimento, e tendo em vista que este grupo apresenta vulnerabilidade significativa em relação aos transtornos depressivos, algumas universidades brasileiras implantaram serviços de assistência psicológica, social e pedagógica para atender estes estudantes, como o Serviço de Higiene Mental e Psicologia Clínica, em Pernambuco; Núcleo de Atendimento Psicológico ao Corpo Discente, em Marília-SP, dentre outros (OLIVEIRA, 2013).

Desse modo, torna-se acadêmica e socialmente relevante proporcionar maiores esclarecimentos sobre essa temática no intuito de enfatizar a importância de promover maiores cuidados a esses estudantes ao longo de sua formação. Também, de instrumentalizar os profissionais de saúde, especialmente no que diz respeito centros de atendimento psicossocial. Sendo assim, o objetivo geral da presente pesquisa consistiu em investigar o perfil de estudantes de medicina que apresentam depressão, nas publicações médicas nos últimos dez anos, no intuito de identificar a predominância desse público por sexo, idade, faixa etária, e região geográfica; examinar a relação entre os períodos do curso de Medicina e a manifestação de sintomas depressivos; descrever os níveis de depressão e sintomas depressivos apresentados por esse público, bem como os motivos que levaram esses estudantes ao adoecimento e seus agravos.

2 MÉTODO

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, exploratória e descritiva onde se pretendeu realizar uma revisão sistemática de literatura acerca da depressão e sintomas depressivos em estudantes de Medicina. A revisão sistemática de literatura foi realizada com base em uma dissertação de mestrado e em edições de 6 revistas médicas de *qualis* A1 a B1, publicadas nos últimos dez anos.

Segundo Sampaio & Mancini (2007), a revisão sistemática de literatura é uma forma de pesquisa que utiliza como fonte de dados a literatura sobre determinado tema. Esse tipo de pesquisa permite incorporar um espectro maior de resultados relevantes, ao invés de limitar conclusões somente com base em alguns artigos e avaliar a consistência e generalização dos resultados entre populações ou grupos clínicos, bem como especificidades e variações de protocolos de tratamento.

Os dados foram coletados a partir de uma busca sistemática de artigos científicos publicados nas seguintes revistas: Cadernos de Saúde Pública - CSP (*qualis* B1); Revista de Saúde Pública - RSP (*qualis* A1); Revista da Associação Médica Brasileira (*qualis* B1); Revista Brasileira de Educação Médica (*qualis* B1); Revista de Psicologia da USP (*qualis* B1); e Revista Acta Médica Portuguesa (*qualis* B1). Para esta busca, foram utilizadas as seguintes palavras-chaves: sintomas depressivos, depressão, estudantes de medicina. As referidas revistas foram encontradas em plataformas de buscas de artigos científicos como *Medline*, *Scielo*, dentre outros.

Os dados foram analisados qualitativamente mediante análise de conteúdo, técnica utilizada para descrever e interpretar o conteúdo de determinado conjunto de documentos e textos, no intuito de atingir uma compreensão de seus significados em um nível mais amplo do que seria possível através de uma leitura comum. Trata-se de uma técnica realizada através da construção de categorias de análise, as quais são embasadas pelos objetivos da pesquisa. Pode-se dizer que a análise de conteúdo é constituída de cinco etapas principais: preparação das informações, transformação do conteúdo em unidades, classificação das unidades em categorias, descrição e interpretação (BARDIN, 1977).

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Tipos de pesquisas e suas conclusões

Na presente revisão foram encontrados 7 estudos sobre a temática (QUADRO 1). Notou-se que a região sudeste foi predominante em termos de produção científica, o que levanta o questionamento acerca dos níveis de adoecimento desse público, bem como a maior possibilidade de incentivos acadêmicos e financeiros para pesquisas científicas nessa região em detrimento das demais. Com base em Barros (1999), é possível relembrar as acentuadas diferenças regionais relativas à base técnico-científica instalada no Brasil. O autor aponta as desigualdades e como a questão tem sido historicamente conduzida quer em âmbito de incentivos federais, quer sobre investimentos científicos dos pesquisadores dessa região em detrimento das demais.

Quanto aos objetivos dos estudos, nota-se que, de modo geral, se buscou investigar a prevalência de sintomas depressivos; apresentar dados relativos à associação de fatores estressores ao desencadeamento de depressão, bem como descrever tais fatores com base no entendimento da qualidade de vida dos estudantes.

No que cerne o delineamento, 4 dos estudos encontrados possuíam caráter empírico e transversal, o que revela a preferência dos pesquisadores em investigar a temática a partir da exploração dos dados mediante a perspectiva quantitativa, especialmente através de instrumentos estruturados e focais, com destaque para os inventários Beck de depressão e ansiedade, questionários sociodemográfico e de percepção pessoal sobre o curso de medicina e outros aspectos da vida dos estudantes. Além disso, outros instrumentos validados também

foram utilizados nesses estudos, como *General Health Questionnaire*, Inventário de Comportamento Interpessoal-breve e *Self Reporting Questionnaire*.

Em relação a conclusão das pesquisas analisadas, observou-se que há uma predominância maior de depressão em estudantes de Medicina do que na população geral, o que pode ser compreendido devido à vivência e proximidade dessa população com a morte, adoecimento e situações de crise, bem como o envolvimento dos estudantes com a responsabilidade diante da vida. Os estudos também apontaram que o estudante de medicina está sujeito a uma vulnerabilidade maior e significativa devido aos fatores e características próprias do curso, alertando para o comprometimento de sua qualidade de vida e saúde.

Ainda nesse sentido, os estudos apontaram o auxílio psicológico como uma estratégia de enfrentamento, ressaltando seus benefícios para os estudantes, haja vista que quem procura esse tipo de ajuda, geralmente se sente perdido, angustiado ou atormentado, sendo necessário o fornecimento de recursos frente às adversidades e dificuldades trazidas pelo curso, para se elabore um modelo mais saudável de vida, melhor reestruturação e ressignificação do cotidiano estudantil.

Quadro 1 - Tipos de pesquisas e conclusões

NOME DA REVISTA	NOME DO AUTORE ANO	LOCAL DE ESTUDO	OBJETIVO	DELINEAMENTO	INSTRUMENTOS
Dissertação	Leão Pereira, 2010	Universidade São Paulo (USP)	Investigar a relação entre o bem-estar, necessidades percebidas e a busca de ajuda em um grupo de estudantes de medicina do último ano	Estudo de caso	Inventário Beck de Depressão (IBD) e Ansiedade (IAB); WHOQOL breve e questionário de avaliação das necessidades e do uso dos recursos de suporte institucionais
Revista Brasileira de Educação Médica	Zonta, Robles, Grosseman, 2006	Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)	Apresentar dados relativos a este tema, na perspectiva de melhorar a qualidade de vida do estudante de Medicina	Estudo de caso	Entrevista semiestruturada em profundidade

Acta Médica Portuguesa	Loureiro, 2008	Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (FMUP)	Caracterizar as principais fontes de stress académico dos estudantes da Faculdade de Medicina do Porto (FMUP) e a intensidade com que são experienciadas	Estudo empírico	Inventário de Fontes de Stress no curso de Medicina; Inventário de Respostas e Recursos Pessoais; Questionário de Hábitos de Saúde; General Health Questionnaire; Inventário de Comportamento Interpessoal-breve; Questionário sociodemográfico
Revista Brasileira de Educação Médica	Macedo et al, 2009	Centro Universitário Lusíada - Santos (UNILUS)	Verificar prevalência de sintomas depressivos nos estudantes de medicina; investigar relação entre a prevalência de sintomas depressivos e a procura por atendimento psicológico oferecido pela Universidade Lusíada	Desenho transversal	Questionário sociodemográfico; IDB e avaliação sobre satisfação com o curso
Revista Brasileira de Educação Médica	Tabalipa et al, 2015	Universidade em Santa Catarina	Estimar a prevalência de ansiedade e depressão entre académicos de Medicina	Estudo transversal	IDB e IAB
Revista Brasileira de Educação Médica	Andrade et al, 2014	Universidade Estadual do Ceará (UECE)	Descrever os diferentes processos que interferem no sofrimento psíquico discente em todas as escolas médicas do Ceará	Estudo transversal e empírico	Self-Report Questionnaire-20 para avaliar transtornos mentais leves (TML)
Revista de Saúde Pública	Lima, Domingues, Cerqueira, 2006	Faculdade de Medicina de Botucatu da Universidade Estadual Paulista	Estimar a prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina e respectivos fatores de risco	Estudo transversal e empírico	Questionário sociodemográfico; questionário de avaliação sobre rede de apoio; Self Reporting Questionnaire

Fonte: autoria própria.

Perfil dos estudantes de Medicina

Conhecer o perfil dos estudantes de medicina permite hipotetizar as causas mais prováveis e as consequências da depressão. Além disso, possibilita identificar quais estratégias de enfrentamento podem ser desenvolvidas a partir da ressignificação de paradigmas e reestruturação do cotidiano acadêmico.

Quadro 2 - Perfil dos estudantes de medicina

AUTORE ANO	Nº DE SUJEITOS	MÉDIA DE IDADE	SEXO	PERÍODO DO CURSO
Leão Pereira, 2010	156	24,6 anos	69 Mulheres 87 Homens	Último período
Zonta, Robles, Grosseman, 2006	25	Não se aplica	13 Mulheres 12 Homens	Quarta fase do curso

Loureiro, 2008	251	20,1 anos	160 Mulheres 91 Homens	Primeiro, terceiro e quinto anos
Macedo et. al, 2009	290	Não se aplica	170 Mulheres 120 Homens	Primeiro ao quarto ano
Andrade et. al, 2014	40	21,5 anos na UECE 21 anos nas outras escolas	23 mulheres na UECE 17 nas outras escolas	Segundo ao sexto ano
Tabalipa et. al, 2015	262	23 anos	147 Mulheres 115 Homens	Não se aplica
Lima, Domingues, Cerqueira, 2006	453	20-23 anos	277 Mulheres 176 Homens	Primeiro ao sexto ano

Fonte: autoria própria.

A média geral de idade dos estudantes corresponde a 21,9 anos, o que equivale ao início da vida adulta e, também, ao momento de entrada na jornada acadêmica, o que fica evidenciado pelo próprio período do curso em que estão inseridos, já que 3 estudos contemplaram o primeiro semestre do curso. Trata-se, portanto, de um momento significativo, marcado por mudanças de ordem familiar, vivencial e prática. É possível perceber que em 5 dos 7 estudos avaliados, houve uma predominância de indivíduos do sexo feminino na composição das amostras. Weissman & Klerman (1977), realizaram a primeira pesquisa para entender por que motivos a prevalência da depressão é maior em mulheres do que em homens. O risco deste transtorno durante a vida é de 10 a 25% para mulheres e 5 a 12% para

os homens, o que as coloca, a partir da adolescência, em uma prevalência duas vezes (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 1994).

Segundo Baptista, Baptista & Oliveira (1999), vários fatores colaboram para que a questão do gênero seja significativa na sintomatologia depressiva, incluindo a forma que as mulheres experimentam, sentem e manifestam a depressão (geralmente de forma mais direta). Constatou-se que os homens apresentam comportamentos exteriorizados, consumindo álcool ou drogas quando deprimidos, enquanto as mulheres expressam tristeza de maneira padronizada, interiorizando, chorando, esquivando-se, retraindo-se, e ainda relembrando de cada fato ocorrido. Esses processos de ruminação e autoconscientização do seu estado interno potencializam os sintomas.

Além disso, são estudadas hipóteses gestacional e puerperal, havendo um aumento na frequência do transtorno. Contudo, essas hipóteses não constituem uma nova psicopatologia feminina, podendo ocorrer múltiplos fatores no período gestacional. Também são abordadas hipóteses biológicas, levando-se em conta mudanças hormonais que ocorrem durante grande parte da vida, levando-as à alternância de humor e ansiedade; e hipóteses psicossociais, como diferenças culturais, regras impostas e idealização do corpo perfeito (BAPTISTA; BAPTISTA; OLIVEIRA, 1999).

Em apenas 1 estudo não houve a investigação de sexo dos participantes. Acerca do período de curso, houve bastante variação. Um estudo avaliou estudantes do primeiro período de curso; um segundo avaliou os estudantes do último período; em outro, o estudo avaliou estudantes do primeiro ao quarto ano do curso de medicina, e apenas um fez avaliação contemplando estudantes do primeiro ao sexto ano. Nesse ponto, é preciso salientar que houve uma demarcação acerca do quarto ano devido a sua importância social para a formação, uma vez que se trata do último ano precedente ao internato. Nesse período, serão definidos os grupos de internos, o que, geralmente, ocorre com certa tensão por parte dos alunos. O curso médico vai, ao longo dos anos, aumentando seu conteúdo, e conduzindo os estudantes a um maior nível de estresse (RAMOS-CERQUEIRA; LIMA; TORRES; REIS; FONSECA, 2005).

Verifica-se que no início do curso todos os estudantes apresentam uma maior competitividade e vazio existencial; no meio do curso, um nível maior de estresse em virtude de se depararem com fatores determinantes como vida e morte; nascimento e finitude; e no final do curso, há o questionamento sobre o que fazer em seguida, principalmente aqueles que não desenvolveram habilidades, estágios mais fundamentados, *network*, etc., o que afeta o senso pessoal de competência. Além disso, trata-se do momento em há maior dedicação às

atividades extracurriculares, uma vez que o internato possui uma carga horária extensa, que impede dedicações posteriores com este fim. Assim, o clima de competição se torna bastante presente, o que pode favorecer o adoecimento ou a intensificação do sofrimento psíquico (RAMOS-CERQUEIRA et al., 2005).

Segundo Guimarães (2007), o curso de medicina funciona como um agente estressor, tornando-se gatilho de ansiedade por ser um dos cursos mais longos; necessitar de atualizações constantes/imediatas e por tratar diretamente com a vida humana. Portanto, observa-se a exigência de amadurecimento precoce, comprometimento integral e responsabilidade excessiva, o que reflete na sobrecarga psicológica e consequente necessidade de preparo para que sejam evitados possíveis adoecimentos, como a depressão (HARADA; FAXINA; CAPELETTO; SIMÕES, 2013).

Fatores estressores, sintomas depressivos e estratégias de enfrentamento

Segundo Cataldo Neto (1998), os fatores estressores estão presentes no cotidiano do estudante de medicina desde o período pré-vestibular e a vivência do cursinho, sendo reforçado durante a vivência do curso em todas as suas especificidades já citadas anteriormente. Para lidar e/ou enfrentar essa situação, muitas vezes são empregadas estratégias pouco eficazes e até perigosas/prejudiciais, como o uso e abuso de álcool e outras drogas.

Quadro 3 - Fatores estressores, sintomas depressivos e estratégias de enfrentamento

AUTORE ANO	FATORES ESTRESSANTES	ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO	SINTOMAS DEPRESSIVOS
Leão Pereira, 2010	Não se aplica	Não se aplica	20% dos sujeitos apresentaram sintomas depressivos
Zonta, Robles, Grosseman, 2006	Perfeccionismo; auto cobrança; falta de administração do tempo; ambiente hostil	Busca de equilíbrio; tempo para lazer; diminuição da cobranças; administração do tempo; religiosidade; valorização dos relacionamentos interpessoais; compartilhar a situação de estresse com outras pessoas na mesma situação	Não se aplica

Loureiro, 2008	Pressão excessiva, queixas físicas, ansiedade, raiva, frustração, ineficácia, depressão e perda de controle, dificuldades com a gestão do tempo, exigência do curso, ritmo de avaliações, quantidade extensa de conteúdos para estudar, com foco em aprendizagem por memorização	Não se aplica	58,2% apresentaram sintomas de stress
Macedo et al, 2009	A insatisfação com o curso e a frustração de expectativas foram fatores associados a essa vulnerabilidade	Não se aplica	A prevalência total de sintomas depressivos foi de 23,1% dos estudantes do sexo masculino (17,7% leve- moderado; 0,9% grave) e 24,2% das mulheres (21,2% leve moderado; 3% moderado- severo)
Andrade et al, 2014	Depressão; insônia; problema pessoal; privação de lazer; inseguranças técnicas	A elaboração de teias sociais, desenvolvimento de atividades lúdicas, consumo de álcool	A maior prevalência de suspeitos de portar Transtornos Mentais Leves (TML) foi de 53,3% na Uece, com 20% dos alunos procurando ajuda psicológica. Nas outras escolas, 48,5% foram suspeitos e 18,2% procuraram ajuda
Tabalipa et al, 2015	Alta pressão, estrutura do curso e exigencia, pressão dos pais, preocupação com o futuro e gênero	Não se aplica	A prevalência de ansiedade foi de 35,5% (24,8% leve a moderada, 8,8% moderada e 1,9% grave) e a de depressão, 32,8% (28,2% leve a moderada, 4,2% moderada a grave e 0,4% grave). Mulheres apresentaram prevalência 14% maior de ansiedade e 16% maior de depressão
Lima, Domingues, Cerqueira, 2006	Dificuldade para fazer amigos; avaliação ruim sobre desempenho escolar; pensar em abandonar o curso; não receber o apoio emocional de que necessita	Não se aplica	A prevalência de transtornos mentais comuns foi de 44,7%

Fonte: autoria própria.

Os principais fatores estressores encontrados na presente revisão dizem respeito à jornada acadêmica, sobretudo a competição por notas, oportunidades extracurriculares e auto avaliação negativa sobre o rendimento acadêmico, além da extensa carga horária e de conteúdos para dominar. Aspectos associados as limitações das atividades de lazer e

aproveitamento das relações interpessoais também foram pontuados, bem como a ansiedade, frustração, raiva e pressão diante do controle do tempo. Sobre este aspecto, é interessante pensar no que Oliveira (2013) propõe em seu estudo, ao explicar que as especificidades do curso de medicina (extensa carga horária, competitividade, etc.) acaba, muitas vezes, promovendo adoecimento psicológico aos universitários.

Também foram apontados aspectos intrínsecos como insegurança quanto ao futuro, experiências emocionalmente intensas (contato com pacientes em estados graves em prontos-socorros, em situação de risco de vida, pacientes em situações de alta complexidade médica, etc.) e paradigmas existenciais diante da vida e morte (finitude). Acrescentam-se a isso a distância de casa por longos períodos, a modificação do funcionamento familiar e a qualidade das relações dentro do contexto universitário e com a figura do professor (AGUIAR, et al., 2009).

Apenas 2 estudos trouxeram informações sobre as estratégias de enfrentamento dessa condição de estresse, ressaltando que atividades de lazer, religiosidade, relações interpessoais e diminuição de cobranças funcionam como uma forma de apoio, o que é muito importante para a saúde psíquica dos estudantes. Chamou a atenção a utilização de álcool, medicamentos e outras drogas como forma de relaxamento, enfrentamento da realidade ou mesmo como fuga. Sabe-se que o uso de substâncias psicoativas (lícitas/ilícitas) é uma prática corrente desde antiguidade, tendo um *boom* de crescimento a partir do século XX, quando o consumo aumentou de modo que, gradativamente, foi se tornando um problema de saúde pública global, em função da dependência gerada (MACHADO; MOURA; ALMEIDA, 2015).

No Brasil, a prevalência do uso de drogas no ensino superior é um problema a ser enfrentado, havendo maior consumo de tabaco e álcool. O consumo excessivo dessas substâncias, especificamente o álcool, torna-se um meio de fuga da realidade para os estudantes, muitos recém ingressos na universidade e imersos em significativas mudanças em seus estilos de vida (MACHADO; MOURA; ALMEIDA, 2015). Os autores apontam que o consumo de álcool e outras drogas pela classe médica geralmente se inicia durante os anos da faculdade, tornando-se um costume que perdura por anos, fazendo com que o consumo feito pelos estudantes de medicina seja superior ao dos estudantes de outros cursos.

Quanto aos sintomas de transtornos mentais, os estudos mostraram níveis consideráveis de sintomas depressivos e também de ansiedade e estresse, havendo uma predominância com relação aos sujeitos do sexo feminino. Este dado corrobora com o que se

encontra na literatura, visto que Andrade et al. (2014) encontrou uma prevalência de 53,3%. Por sua vez, Macedo et al. (2009) encontrou uma prevalência de 21% para sintomas depressivos em homens e 24,2% em mulheres. Em uma outra pesquisa, encontrou-se uma prevalência de 35,5% de ansiedade e 32,8% de depressão, para a qual as mulheres apresentaram uma prevalência 14% maior para ansiedade e 16% maior para depressão do que os homens (TABALIPA; SOUZA; PFÜTZENREUTER; LIMA; TRAEBERT & TRAEBERT, 2015).

Estes dados ainda condizem com os encontrados por Rezende et al. (2008) Oliveira (2013) e Azi (2003), os quais apresentaram níveis significativos de sintomas depressivos nos estudantes pesquisados em seus estudos. Diante disso, percebe-se a importância da assistência e acompanhamento psicológico nesse processo. Loreto (1972) ressalta que o tratamento para diferentes tipos de distúrbios emocionais dos estudantes baseia-se em alguma forma de psicoterapia breve, que não propende à reestruturação de personalidades patologicamente já estruturadas, mas inclina-se ao acompanhamento e ajuda nesse decurso de transformação e amadurecimento, visando a superação de etapas críticas, normais ou fases de descompensação. O autor ainda afirma que o ensino superior não pode restringir-se apenas ao plano intelectual, de função estritamente informativa e conteudista, pois é de extrema importância visar a formação equilibrada e harmoniosa da personalidade total dos futuros profissionais.

Uma proposta que tem sido utilizada por diversas faculdades de Medicina é o programa de tutoria. Bellodi et al. (2004) mencionam que “o desenrolar de todo o processo de formação, especialmente em relação às escolhas a realizar, pode ser muito facilitado se for oferecido ao aluno contato com modelos identificatórios adequados e estimulantes para as suas diferentes necessidades”. Para esses autores, o objetivo da atividade tutorial é o suporte pessoal durante o desenvolvimento profissional. O programa de tutoria também cria oportunidades de identificar problemas durante a formação e seus possíveis encaminhamentos visando a soluções (ZONTA; ROBLE; GROSSEMAN, 2006).

Para Nogueira-Martins (2002), é “fundamental a criação de serviços de orientação psicopedagógica para os estudantes”. Seguindo essa ideia, várias escolas médicas do Brasil vêm organizando setores de apoio aos estudantes, estruturados de acordo com as peculiaridades institucionais de cada escola, denominados Núcleos ou Centros de Apoio Psicopedagógicos (ZONTA; ROBLES; GROSSEMAN, 2006), iniciativa que é fundamental quando se pensa no amparo psicológico e assistência psicossocial.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Concluiu-se que desde a tomada de decisão referente à escolha profissional já começam a surgir sintomas como ansiedade e depressão, sendo que a manifestação sintomática é prevalente no sexo feminino. Por ingressarem muito cedo na vida acadêmica, assumirem grandes responsabilidades e conviverem diariamente com situações mobilizadoras, além de precisarem abdicar grande parte do tempo em função da quantidade de conteúdos e extensa carga horária, é frequente o surgimento de sintomas depressivos, ansiosos e de estresse.

Além disso, a falta de apoio, experiências emocionalmente tensas, competitividades, cobranças e etc. são alguns dos fatores estressores, para os quais são empregadas estratégias de enfrentamento que, muitas vezes, são desadaptativas e prejudiciais à saúde e qualidade de vida, como no caso de uso e abuso de substâncias psicoativas. Por isso, é fundamental que as universidades ofereçam apoio psicoterápico e/ou psicossocial, no intuito de proporcionar ao estudante um fortalecimento emocional para o enfrentamento de adversidades de forma saudável, assertiva e segura.

Considera-se que a presente revisão sistemática de literatura foi importante, visto que foi possível encontrar resultados que mostram a realidade enfrentada por esses estudantes, além de ressaltar quão pouco essa temática ainda é estudada apesar de sua relevância nos dias atuais. Contudo, ressalta-se a limitação do estudo no que cerne a quantidade de revistas pesquisadas, sendo importante ampliar o leque de fontes de dados para que se obtenham resultados mais esclarecedores sobre o tema, principalmente em relação a transição dos períodos do curso, a competitividade instaurada nas relações interpessoais em função de destaque acadêmico e a falta de suporte emocional apropriado.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, João Brainer Clares de, et al. Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina. **Revista brasileira de educação médica**. v. 38, n. 2, p. 231-242, 2014.

AGUIAR, Sâmia Mustafa, et al. Prevalência de sintomas de estresse nos estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 58, n. 1, p. 34-38, 2009.

ALVES, João Guilherme Bezerra, et al. Qualidade de vida em estudantes de Medicina no início e final do curso: avaliação pelo Whoqol-bref. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v. 34, n. 1, p. 91-96, jan./mar., 2010.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **DSM-5**: manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

AZI, L. **Transtornos mentais no estudante de Medicina**. 2003. Dissertação (Mestrado) Universidade Federal da Bahia. Salvador, 2003.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 1977.

BAPTISTA, Makilim Nunes; BAPTISTA, Adriana Said Daher; OLIVEIRA, Maria das Graças de. Depressão e gênero: por que as mulheres deprimem mais que os homens? **Temas em Psicologia**, Ribeirão Preto, vol.7, n.2, p.143-156, ago., 1999.

BARROS, Fernando Antônio Ferreira de. **Descentralização da C&T no Brasil**. *Jornal da Ciência*. Rio de Janeiro, n.411, abr., 1999.

BELLODI, Patrícia Lacerda; MARTINHO, Tânia; MASSAROPPE, Bianca; MARTINS Milton de Arruda; SANTOS, Marco Antônio Silva dos. **Temas para um programa de tutoria em medicina: uma investigação das necessidades dos alunos da FMUP**. *Revista Brasileira de Educação Médica*. Rio de Janeiro, v.28, n.2, p.119-127, mai./ago., 2004.

BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria Teresa; GONÇALVES, Maria Bernadete. **Transtornos emocionais e a formação em Medicina: um estudo longitudinal**. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v.33, n.1, p.10-23, mar., 2009.

BRUCH, Tatiana Pizzolotto; CARNEIRO, Ellis Alves; JORNADA, Luciano Kurtz. Presença de sintomas psiquiátricos em estudantes de medicina de Universidade do sul do Brasil. **Revista da Associação Médica Brasileira**, Santa Catarina, v.38, n.4, p.61-65, jun., 2009.

CATALDO NETO, Alfredo, et al. O estudante de medicina e o stress acadêmico. **Scientia medica**, Porto Alegre, v. 8, n.1, p.6-16, 1998.

CAVESTRO, Julio de Melo; ROCHA, Fabio Lopes. Prevalência de depressão entre estudantes universitários. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v.55, n.4, p.264-267, 2006.

COUTINHO, Maria da Penha de Lima, et al. Depressão, um sofrimento sem fronteira: representações sociais entre crianças e idosos. **Psico-USF**, Itatiba, v.8, n.2, p.183-192, dez., 2003.

DUTRA, Elza Maria do Socorro. **Ideação e tentativa de suicídio entre estudantes de psicologia da UFRN**. Relatório de pesquisa apresentado à Pró-reitoria de Pesquisa-Propesq/UFRN, 2007.

GUIMARÃES, Katia Burle dos Santos. **Saúde mental do médico e do estudante de medicina**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2007.

HARADA, Bruna Ayumi; FAXINA, Carlos Fernando; CAPELETTO, Carolina de Marchi; SIMÕES, João Carlos. Perfil psicológico do estudante de Medicina. **Revista do Médico Residente**, v.15, n.2, p.93-101, abr./jun., 2013.

LEÃO PEREIRA, Paula Bertozzi de Oliveira e Sousa. **Bem-estar e busca de ajuda: um estudo junto a alunos de medicina ao final do curso**. 2010. Dissertação (Mestrado) - Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010.

LIMA, Maria Cristina Pereira; DOMINGUES, Mariana de Souza; CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu Ramos. **Prevalência e fatores de risco para transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina**. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v.40, n.6, dez., 2006.

LOUREIRO, Elizabete, et al. A relação entre o stress e os estilos de vida nos estudantes de medicina da faculdade de medicina do Porto, **Acta Médica Portuguesa**, v.21, n.3, p.209-214, 2008.

LORETO, G. **Saúde mental do universitário**. *Neurobiologia*, v.35, p.253-276, 1972.

MACEDO, Paula Natalie Arraes Guedes, et al. Factors associated with depressive symptoms in a sample of Brazilian medical students. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v.33, n. 4, p. 595-604, 2009.

MACHADO, Cleomara de Souza; MOURA, Talles Mendes de; ALMEIDA, Rogério José de. Estudantes de Medicina e as Drogas: Evidências de um Grave Problema. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v.39, n.1, p.159-167, mar., 2015.

MELEIRO, Alexandrina Maria Augusta da Silva. Suicídio entre médicos e estudantes de medicina. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v.44, n.2, p.135-140, 1998.

MILLAN, Luiz Roberto, et al. Alguns aspectos psicológicos ligados à formação médica. **Revista da Associação Brasileira de Psiquiatria**, v.13, n.4, p.137-142, out./dez., 1991.

MILLAN, Luiz Roberto; ROSSI, Eneiza; MARCO, Orlando Lúcio Neves de. O suicídio entre estudantes de medicina. **Revista do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo**, v.45, n.3, p.145-149, mai./jun., 1990.

NOGUEIRA-MARTINS, Luiz Antônio. Saúde mental dos profissionais de saúde. In: BOTEGA, H. J. (Org). **Prática Psiquiátrica no hospital geral: Interconsulta e emergência**. Porto Alegre: Artmed Editora, 2002. p.130-144

OLIVEIRA, Elisângela Neves de. **Prevalência de sintomas depressivos em estudantes de Medicina da Universidade Federal da Bahia**. Monografia (Trabalho de Conclusão de Curso). Universidade Federal da Bahia (UFBA), Salvador, ago. 2013.

RAMOS-CERQUEIRA, Ana Teresa de Abreu; LIMA, Maria Cristina Pereira; TORRES Albina Rodrigues; REIS, José Roberto Tozoni; FONSECA, Neusa Maria Vilela. Era uma

vez... contos de fadas e psicodrama auxiliando alunos na conclusão do curso médico. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, v.9, n.16, p.81-89, set./fev., 2005.

REZENDE, Carlos Henrique Alves de, et al. Prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de medicina da Universidade Federal de Uberlândia. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v.32, n.3, p.315-323, 2008.

SAMPAIO, Rosana Ferreira; MANCINI, Marisa Cotta. Estudos de revisão sistemática: um guia para síntese criteriosa da evidência científica. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, São Carlos, v.11, n.1, p.83-89, jan./fev., 2007.

TABALIPA, Fábio de Oliveira; SOUZA, Mariana Fuganti de; PFÜTZENREUTER, Gláucia; LIMA, Vinícius Carriero; TRAEBERT, Eliane; TRAEBERT, Jefferson. Prevalence of Anxiety and Depression among Medical Students. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v.39, n.3, p.388-394, set., 2015.

WEISSMAN, Myrna; KLERMAN, Gerald. Sex differences and the epidemiology of depression. **Archives of General Psychiatry**, v.34, p.98-111, 1977.

ZONTA Ronaldo; ROBLES Ana Carolina Couto; GROSSEMAN, Suely. Estratégias de Enfrentamento do Estresse Desenvolvidas por Estudantes de Medicina da Universidade Federal de Santa Catarina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v.30, n.3, p.147-153, set./dez., 2006.