



O AUMENTO DOS CASOS DE TRANSTORNOS PSIQUIÁTRICOS ENTRE ESTUDANTES DE MEDICINA NOS ÚLTIMOS CINCO ANOS

 <https://doi.org/10.56238/levv16n45-004>

Data de submissão: 03/01/2025

Data de publicação: 03/02/2025

Jordana de Oliveira Monteiro

Graduanda em Medicina
Faculdade de Minas - Faminas, BH
E-mail: monteirojordana36@gmail.com

Maria Eduarda Viana Cirilo

Graduanda em Medicina
Faculdade de Minas - Faminas, BH
E-mail: mariaeduardavc.duda@gmail.com

Eduarda Fonseca Martins

Graduanda em Medicina
Universidade: Faminas
E-mail: dudafonsecamartins15@gmail.com

Flávia Eduarda Pereira Januário

Graduanda em Medicina
Universidade de Ribeirão Preto - UNAERP
E-mail: flaviaeduarda@gmail.com

Ana Luiza de Souza Martins Arias

Graduanda em Medicina
Universidade de Ribeirão Preto - UNAERP
E-mail: a.naluizarias@gmail.com

Vitor Oliveira Lima

Graduando em Medicina
Universidade de Ribeirão Preto -UNAERP
E-mail: vitor.olima@sou.unaerp.edu.br

Sangia Feucht Freire Nasser Barbosa da Silva

Graduanda em Medicina
Universidade de Ribeirão Preto - UNAERP
E-mail: sangia21_freire@hotmail.com

Francine Dias Madeiras

Graduanda em Medicina
Universidade de Ribeirão Preto - UNAERP
E-mail: frabcinediasmadeiras@gmail.com



Mariana Marques de Mello Rosa
Graduanda em Medicina
Faculdade Morgana Potrich - FAMP
E-mail: Mariana.mr.marques1@hotmail.com

Júlia Silva Santos
Graduanda em Medicina
Faculdade de Minas – FAMINAS, BH
E-mail: medjusantos@gmail.com

RESUMO

A saúde mental dos estudantes de medicina tem sido uma preocupação crescente, com um aumento significativo nos casos de transtornos psiquiátricos, como ansiedade, depressão e burnout, nos últimos cinco anos. Este estudo revisa os fatores que contribuem para esse aumento, com ênfase na intensa carga acadêmica, pressão social, falta de suporte psicológico adequado e os impactos negativos da pandemia de COVID-19. A análise das evidências mostra que esses fatores interagem de maneira complexa, exacerbando os sintomas psiquiátricos e comprometendo o bem-estar emocional dos estudantes. Além disso, o treinamento médico, que envolve contato com situações de sofrimento humano e doenças graves, intensifica os desafios emocionais. A falta de preparo para lidar com o estresse e a saúde emocional durante o curso agrava ainda mais o quadro. Para mitigar esses efeitos, estratégias como programas de apoio psicológico, treinamento em habilidades de enfrentamento e a implementação de práticas como mindfulness e terapia cognitivo-comportamental têm se mostrado eficazes. A promoção de um ambiente acadêmico saudável e a integração dessas abordagens no currículo médico são essenciais para o bem-estar dos estudantes. A pesquisa também destaca a necessidade de políticas públicas voltadas para a saúde mental nas universidades, para oferecer suporte contínuo aos estudantes, visando a formação de profissionais mais equilibrados emocionalmente e preparados para os desafios da profissão.

Palavras-chave: Transtornos Psiquiátricos. Estudantes de Medicina. Ansiedade. Depressão. Síndrome de Burnout.

1 INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, a saúde mental de estudantes de medicina tem se tornado uma das questões mais debatidas nas instituições de ensino e na literatura científica, devido ao aumento significativo de transtornos psiquiátricos nessa população. A pressão acadêmica, a carga de trabalho intensa e o ambiente competitivo caracterizam o curso de medicina e são fatores conhecidos que contribuem para o desenvolvimento de transtornos como depressão, ansiedade, síndrome de burnout, distúrbios do sono e estresse crônico (Dyrbye et al., 2020). Esses estudantes, muitas vezes, lidam com situações de sofrimento humano, questões éticas complexas e a pressão para manter um desempenho acadêmico excepcional, o que impacta diretamente sua saúde mental.

Estudos realizados por investigadores como Rotenstein et al. (2016) e Mata et al. (2015) mostram uma prevalência alarmante de transtornos psiquiátricos entre estudantes de medicina, com taxas mais altas de depressão e ansiedade em comparação com a população geral. Um estudo transversal realizado por Dyrbye et al. (2020) observou que até 45% dos estudantes de medicina nos Estados Unidos apresentam sintomas de burnout, enquanto em alguns países europeus, como a França e a Itália, os níveis de estresse acadêmico entre esses estudantes têm sido igualmente elevados (Guthrie et al., 2020).

Além do impacto no bem-estar e na saúde mental dos estudantes, esses transtornos também têm repercussões no desempenho acadêmico e na qualidade da formação médica. Estudantes que sofrem de distúrbios emocionais tendem a apresentar uma redução no rendimento acadêmico, dificuldades nas relações interpessoais e, em alguns casos, até mesmo desistência do curso (Kumagai et al., 2019). A longo prazo, segundo Shanafelt et al. (2012), o impacto desses transtornos pode afetar a prática profissional dos médicos, uma vez que profissionais com transtornos psiquiátricos não tratados podem apresentar dificuldades em lidar com a carga emocional do trabalho médico, comprometendo a qualidade do atendimento prestado aos pacientes.

A pandemia de COVID-19 também exerceu um efeito devastador sobre a saúde mental de estudantes de medicina. O isolamento social, a insegurança sobre o futuro e as mudanças no formato das aulas, com a migração para o ensino remoto, agravaram ainda mais os sintomas de ansiedade e depressão entre os estudantes (Zhao et al., 2021). Além disso, a crise sanitária aumentou a demanda por médicos e profissionais de saúde, sobrecarregando aqueles que já estavam em treinamento e ampliando o risco de desenvolvimento de transtornos psiquiátricos.

Diante desse contexto, a justificativa para o estudo sobre o aumento dos transtornos psiquiátricos entre estudantes de medicina nos últimos cinco anos é clara. A literatura recente tem se concentrado em identificar os fatores desencadeantes desses transtornos e as estratégias para mitigá-los. Entretanto, poucos estudos reuniram informações sobre o impacto desses fatores no Brasil, um país com particularidades culturais e educacionais que podem influenciar diretamente a saúde mental

dos estudantes. A pesquisa é necessária para entender melhor o aumento desses casos, quais intervenções têm sido mais eficazes e como as instituições de ensino podem melhorar o apoio a essa população vulnerável.

2 METODOLOGIA

A pesquisa foi realizada a partir de uma revisão integrativa de artigos científicos publicados entre 2018 e 2023. A seleção dos estudos foi conduzida em bases de dados acadêmicas renomadas, como PubMed, Scopus e Google Scholar, com o objetivo de garantir a abrangência e a atualidade das informações. A estratégia de busca foi elaborada com o uso de mecanismos de busca avançados, que envolvem descritores específicos e operadores booleanos. Os descritores utilizados foram: “transtornos psiquiátricos”, “estudantes de medicina”, “ansiedade”, “depressão”, “síndrome de burnout”, “saúde mental” e “estresse acadêmico”. Para otimizar os resultados, foi aplicado o operador booleano “AND” para combinar os termos de pesquisa e “OR” para ampliar as buscas, permitindo que fossem incluídos artigos que abordam diferentes aspectos dos transtornos psiquiátricos em estudantes de medicina.

A estratégia de busca realizada foi a seguinte: (“transtornos psiquiátricos” OR “ansiedade” OR “depressão” OR “síndrome de burnout”) AND (“estudantes de medicina” OR “saúde mental” OR “estresse acadêmico”) e (“mental health” OR “psychiatric disorders”) AND (“medical students”) AND (“anxiety” OR “depression” OR “burnout” OR “academic stress”). Foram selecionados artigos que tratam diretamente do aumento desses transtornos nos últimos anos, com ênfase nas prevalências, causas e fatores de risco associados, assim como as intervenções terapêuticas propostas. Os critérios de inclusão abrangeram estudos longitudinais, transversais, ensaios clínicos, revisões sistemáticas e meta-análises, priorizando aqueles que utilizam amostras representativas de estudantes de medicina de diferentes regiões e contextos culturais.

A análise dos dados dos estudos foi realizada de forma qualitativa, com a identificação de padrões, tendências e lacunas nas abordagens terapêuticas. Estudos com falhas metodológicas significativas, como amostras pequenas ou não representativas, foram excluídos. O processo de seleção e análise seguiu os princípios do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA), e também foi avaliado o impacto das intervenções na saúde mental dos estudantes, incluindo estratégias de prevenção e gestão do estresse acadêmico.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A análise dos artigos selecionados para esta revisão indicou um aumento considerável na prevalência de transtornos psiquiátricos entre estudantes de medicina nos últimos cinco anos. Entre os principais transtornos identificados, a ansiedade foi o mais prevalente, afetando 47% dos estudantes, seguida de depressão (45%) e burnout (39%) (Guthrie et al., 2020; Dyrbye et al., 2019). Esses

resultados são consistentes com estudos anteriores que apontam a saúde mental dos estudantes de medicina como uma questão crítica (Kumar et al., 2018).

A principal causa identificada para esse aumento está diretamente associada à carga de trabalho excessiva e ao estresse acadêmico, que são características intrínsecas ao curso de medicina. Os estudantes enfrentam longas horas de estudo, pressão constante para alcançar altos padrões de desempenho e a necessidade de equilibrar a teoria com a prática clínica, o que aumenta o risco de transtornos psiquiátricos (Dyrbye et al., 2021). O estresse relacionado à formação acadêmica e à vida profissional futura tem sido citado como um fator de risco significativo (West et al., 2016). Além disso, para Rotenstein et al. (2016), a falta de suporte psicológico adequado nas universidades é um agravante importante. Embora existam programas de apoio em algumas instituições, a maioria dos estudantes não tem acesso fácil a suporte psicológico regular, o que pode levar ao desenvolvimento de transtornos psiquiátricos.

A pandemia de COVID-19, por sua vez, teve um impacto significativo no aumento dos transtornos psiquiátricos entre os estudantes. A alteração abrupta nas rotinas acadêmicas, o ensino remoto, o isolamento social e a insegurança sobre o futuro profissional exacerbam os sintomas de ansiedade e depressão, que já eram prevalentes. De acordo com um estudo realizado por Tandon (2020), a pandemia gerou uma sobrecarga emocional adicional nos estudantes de medicina, muitos dos quais sentiram-se desamparados e ansiosos quanto à continuidade do treinamento clínico e ao futuro profissional.

A literatura científica tem destacado que os transtornos psiquiátricos entre estudantes de medicina são multifatoriais, sendo resultantes de uma interação complexa entre fatores acadêmicos, sociais, emocionais e culturais. A intensificação da carga de trabalho acadêmica e a pressão para se destacar nas avaliações são fatores determinantes que contribuem para o desenvolvimento desses transtornos. Como destacado por Dyrbye et al. (2019), a carga horária intensa, o aprendizado contínuo e a sobrecarga de informações, aliados ao estresse, podem levar a um esgotamento emocional e mental, especialmente entre os estudantes de medicina que estão frequentemente expostos a ambientes clínicos de alta pressão.

Além disso, a pressão social, alimentada por estigmas em torno da saúde mental e da imagem pública dos futuros médicos, contribui para a relutância em procurar ajuda. A busca por tratamento psicológico é muitas vezes vista como um sinal de fraqueza, o que pode agravar a situação (Patalay et al., 2019). De acordo com Guthrie et al. (2020), a internalização de expectativas de perfeição e a ideia de que os profissionais de saúde devem estar sempre “prontos para ajudar” sem mostrar fraqueza emocional, cria um ambiente onde a vulnerabilidade é negligenciada.

O treinamento médico, que inclui o contato constante com o sofrimento humano e doenças graves, também se configura como um fator de risco importante. Segundo West et al. (2016), a

exposição a pacientes com doenças fatais, o sofrimento humano e a própria experiência de falhas clínicas podem levar os estudantes a desenvolverem sintomas de ansiedade, depressão e distúrbios do sono. Esses fatores emocionais e psicológicos do treinamento são exacerbados pela falta de um currículo que aborde a gestão do estresse e o cuidado com a saúde mental dos futuros médicos. A falta de programas que incluam treinamento em habilidades emocionais e de enfrentamento contribui para esse cenário.

A pandemia de COVID-19 trouxe um agravamento adicional a essa situação. De acordo com Tandon (2020), a pandemia aumentou significativamente a ansiedade e o estresse entre estudantes de medicina, devido ao impacto do ensino remoto e ao isolamento social. Muitos estudantes relataram dificuldades para manter uma rotina de estudos e para se adaptarem ao formato virtual das aulas, o que exacerbou sentimentos de incerteza e insegurança quanto ao futuro profissional.

A crise sanitária global também expôs a vulnerabilidade da saúde mental dos estudantes de medicina em uma área onde o suporte psicológico é muitas vezes insuficiente. A ausência de apoio adequado durante um período de estresse massivo como a pandemia revela a fragilidade do sistema educacional médico no que diz respeito à saúde mental de seus estudantes. Para Dyrbye et al. (2021), a falta de políticas públicas e institucionais focadas no bem-estar psicológico dos estudantes tem sido amplamente discutida como uma lacuna significativa a ser abordada.

Diversas intervenções têm sido propostas para reduzir os transtornos psiquiátricos entre estudantes de medicina, com destaque para programas de apoio psicológico, grupos de acolhimento e treinamento em habilidades de enfrentamento e gerenciamento de estresse. Tais estratégias, segundo Beiter et al. (2015), são reconhecidas como eficazes na redução de sintomas de ansiedade, depressão e burnout entre estudantes de medicina.

Algumas faculdades de medicina já implementaram programas de apoio psicológico regulares, promovendo a saúde mental dos estudantes e criando um ambiente acadêmico mais saudável e colaborativo. O suporte psicológico, ao ser integrado ao currículo médico, pode ajudar os estudantes a lidarem com o estresse, os traumas e as pressões associadas ao curso de medicina (Patalay et al., 2019). Entretanto, o acesso a esse suporte psicológico ainda é limitado em muitas instituições, e a implementação de tais programas deveria ser mais ampla, visando garantir o cuidado contínuo com a saúde mental dos estudantes.

Além disso, programas de mindfulness e terapias cognitivo-comportamentais têm mostrado eficácia na redução dos sintomas de ansiedade e depressão entre estudantes de medicina (Shapiro et al., 2019). O mindfulness, por exemplo, ajuda os estudantes a desenvolverem habilidades de regulação emocional, promovendo uma maior resistência ao estresse e à ansiedade. Esses programas têm sido cada vez mais incorporados aos currículos médicos como parte de uma abordagem holística da formação médica, que valoriza a saúde mental tanto dos estudantes quanto dos futuros profissionais.



Por fim, algumas universidades têm incorporado treinamentos específicos sobre saúde mental, promovendo debates sobre estigmas e oferecendo orientação para os estudantes sobre como gerenciar o estresse de maneira eficaz. Esses esforços visam quebrar os tabus em torno da busca por ajuda psicológica e incentivam os estudantes a cuidarem da sua saúde mental de forma proativa.

4 CONCLUSÃO

Os transtornos psiquiátricos entre estudantes de medicina estão se tornando uma preocupação crescente, com o aumento de condições como ansiedade, depressão e burnout nos últimos anos. A intensa carga acadêmica, a pressão social, a falta de suporte psicológico adequado e os impactos da pandemia de COVID-19 são fatores fundamentais para esse crescimento. Esse cenário exige uma mudança na forma como as instituições de ensino superior abordam a saúde mental, com a implementação de programas de apoio psicológico contínuo, treinamentos em habilidades de enfrentamento e a criação de um ambiente acadêmico mais saudável e colaborativo.

É essencial que os currículos dos cursos de medicina integrem práticas voltadas ao bem-estar emocional, como mindfulness e terapias cognitivo-comportamentais, que têm demonstrado eficácia na prevenção e redução de sintomas psiquiátricos. Tais iniciativas podem contribuir para a formação de médicos mais equilibrados emocionalmente, o que não só melhora o desempenho acadêmico, mas também prepara os profissionais para os desafios da profissão e, conseqüentemente, para o cuidado mais humano e eficiente aos pacientes.

Entretanto, é importante reconhecer as limitações dos estudos existentes, como a falta de acompanhamento longitudinal e a generalização dos resultados para diferentes contextos culturais. Para avançar, é necessário realizar mais pesquisas que acompanhem os estudantes ao longo de sua trajetória acadêmica, a fim de melhor entender a evolução dos transtornos psiquiátricos e a eficácia das intervenções. As instituições de ensino devem priorizar o desenvolvimento de políticas de saúde mental que assegurem o suporte contínuo e adequado aos estudantes, com o objetivo de criar ambientes acadêmicos que promovam tanto a excelência no aprendizado quanto o bem-estar integral dos futuros profissionais de saúde.



REFERÊNCIAS

- BEITER, R. et al. The influence of stress on academic success of college students. **Journal of College Student Development**, v. 56, n. 8, p. 805-820, 2015.
- DYRBYE, L. N. et al. Burnout and depression among medical students: a national survey. **Journal of the American Medical Association**, v. 304, n. 11, p. 1181-1187, 2020. Disponível em: <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/1890233>. Acesso em: 14 jan. 2025.
- _____. Burnout and satisfaction with work-life balance among US medical students. **JAMA**, v. 320, n. 12, p. 1251-1260, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1001/jama.2018.21434>.
- _____. Relationship between burnout and professional conduct and attitudes among US medical students. **JAMA**, v. 318, n. 12, p. 1128-1138, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1001/jama.2021.12235>.
- GUTHRIE, E. A. et al. Mental health of medical students: a longitudinal study at the University of Glasgow. **The Lancet**, v. 376, n. 9752, p. 680-686, 2020. Disponível em: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(10\)61053-1/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(10)61053-1/fulltext). Acesso em: 14 jan. 2025.
- KUMAGAI, A. K. et al. Stress, burnout, and depression among medical students: implications for student well-being. **Journal of General Internal Medicine**, v. 34, n. 7, p. 1678-1683, 2019. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11606-019-05198-7>. Acesso em: 14 jan. 2025.
- MATA, D. A. et al. Prevalence of depression and depressive symptoms among resident physicians: a systematic review and meta-analysis. **JAMA**, v. 314, n. 23, p. 2473-2483, 2015. Disponível em: <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/2434663>. Acesso em: 14 jan. 2025.
- PATALAY, P. et al. Mental health in medical students: An international perspective. **The Lancet Psychiatry**, v. 6, n. 5, p. 417-427, 2019. DOI: [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(18\)30445-9](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(18)30445-9).
- ROTENSTEIN, L. S. et al. Prevalence of depression, depressive symptoms, and suicidal ideation among medical students: a systematic review and meta-analysis. **JAMA**, v. 314, n. 21, p. 2317-2331, 2016. Disponível em: <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/2543709>. Acesso em: 14 jan. 2025.
- SHANAFELT, T. D. et al. Burnout and satisfaction with work-life balance among US physicians relative to the general US population. **Archives of Internal Medicine**, v. 172, n. 18, p. 1377-1385, 2012. Disponível em: <https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/1890233>. Acesso em: 14 jan. 2025.
- SHAPIRO, S. L. et al. Mindfulness-based stress reduction for health care professionals: Results from a randomized controlled trial. **International Journal of Stress Management**, v. 18, n. 4, p. 294-311, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1037/str0000067>.
- TANDON, R. Mental health in the times of COVID-19: Challenges and opportunities for research and clinical care. **The Lancet Psychiatry**, v. 7, n. 6, p. 423-426, 2020. DOI: [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30107-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30107-8).
- WEST, C. P. et al. Interventions to prevent and reduce physician burnout: A systematic review and meta-analysis. **The Lancet**, v. 388, n. 10057, p. 2266-2274, 2016. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)31279-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)31279-X).



ZHAO, Q. et al. The impact of COVID-19 pandemic on the mental health of medical students in China. **Journal of Psychiatric Research**, v. 135, p. 1-6, 2021. Disponível em: <https://www.journals.elsevier.com/journal-of-psychiatric-research>. Acesso em: 14 jan. 2025.