



Artigo

ANSIEDADE NOS ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

ANXIETY IN MEDICAL STUDENTS: A LITERATURE REVIEW

Rhaísa Killvia Cavalcante Barbosa¹

Cícera Amanda Mota Seabra²

Talina Carla da Silva³

Elisangela Vilar de Assis⁴

Ariane Laurentino Freires⁵

Ankilma do Nascimento Andrade Feitosa⁶

RESUMO - Introdução: A ansiedade é definida como uma sensação de apreensão, inquietação e desconforto ocasionados pelo excesso de expectativa acerca do futuro. É considerada patológica quando os sintomas são desproporcionais ao estímulo provocador,

¹ Graduada em Medicina pela Faculdade Santa Maria – FSM;

² Graduada em Medicina pela UFCG, Residência e Título de Especialista em Medicina de Família e Comunidade, Especialista em Preceptoría da Residência Médica no SUS, Especialista em Geriatria, Supervisora do Programa Mais Médicos para o Brasil, Mestre em Saúde da Família pelo RENASF/URCA, Médica concursada da Prefeitura Municipal de Barbalha - CE, Docente da Faculdade Santa Maria - Cajazeiras – PB;

³ Bacharel e Licenciada em Enfermagem, pela Universidade Estadual da Paraíba (UEPB); mestre em Saúde Pública pela Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), Doutora em Ciências da saúde pela Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo (EEUSP);

⁴ Doutora em Ciências pela Faculdade de Medicina do ABC. Especialista em Fisioterapia em Terapia Intensiva pela Associação Brasileira de Fisioterapia Cardiorrespiratória e Fisioterapia em Terapia Intensiva - ASSOBRAFIR. Especialista em Saúde Pública pela Faculdade de Ciências Sociais Aplicadas - FACISA. Docente da Faculdade Santa Maria;

⁵ Graduada em Psicologia pela Faculdade Santa Maria – FSM;

⁶ Graduada em Enfermagem - FAZER, Licenciada em Enfermagem - UFPB, Especialista em Auditoria em Serviços de Saúde - FACISA, Mestre em enfermagem - UFPB, Doutora em Ciências da Saúde pela Faculdade de Medicina do ABC - FMABC, Docente da Faculdade Santa Maria.



Temas em Saúde

Edição especial



ISSN 2447-2131

João Pessoa, 2020

Artigo

interferindo negativamente na qualidade de vida do paciente. **Objetivos:** Relatar as causas de ansiedade nos estudantes de medicina baseado na literatura. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura com a finalidade de responder à pergunta norteadora: “porque os estudantes de medicina são tão vulneráveis aos transtornos de ansiedade?”. A busca foi feita pela base de dados da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), utilizando, para a pesquisa dos artigos, os seguintes descritores e suas combinações: “ansiedade”, “estudantes” e “ansiedade *and* estudantes de medicina”, obtendo-se inicialmente 593 artigos. Os filtros escolhidos foram: Brasil como país de afiliação, ano de publicação de 2010 a 2019, idiomas português e inglês e artigo como tipo de documento. Após isso, utilizaram-se os critérios de inclusão e exclusão dos artigos selecionados, ficando aptos 14 artigos que possuíam maior relevância de título com o tema do trabalho. **Resultados e Discussão:** A ansiedade pode ser benéfica até certo nível, visto que prepara os indivíduos para situações de perigo. Contudo, a partir de determinado ponto, pode virar uma condição patológica. Em vários estudos, percebe-se que o lazer desses estudantes é afetado negativamente pelo excesso de cobranças no meio acadêmico e pela elevada carga horária do curso. A alta prevalência de sintomas ansiosos em estudantes de medicina está provavelmente relacionada com os fatores estressantes inerentes à formação acadêmica e também às características psicodinâmicas de cada um. Estudos demonstraram que, apesar do alto nível de aflição que acomete os estudantes de medicina, apenas 8% a 15% deles procuram tratamento psiquiátrico durante a sua formação. A ocorrência de distúrbios de humor e ansiedade ainda na graduação, quando não detectada e adequadamente tratada, pode se perpetuar ou agravar durante a residência médica e na atividade profissional. **Considerações Finais:** Os transtornos de ansiedade estão bastante prevalentes nos dias atuais e afetam desde crianças até adultos e idosos. Visando a proteger a saúde mental desses estudantes, o desenvolvimento de estratégias de suporte e apoio psicológico é fundamental, tanto para a prevenção quanto para a redução desse transtorno, e deve ser promovido pelas instituições de ensino com o intuito de favorecer o melhor aprendizado e formação profissional.

Palavras-chave: Ansiedade; Estudantes; Estudantes de medicina.



ANSIEDADE NOS ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

DOI: 10.29327/216797.1.1-12

Páginas 241 a 257

242

Temas em Saúde

Edição especial



ISSN 2447-2131

João Pessoa, 2020

Artigo

ABSTRACT - Introduction: Anxiety is defined as a feeling of apprehension, restlessness and discomfort caused by excessive expectations about the future. It is considered pathological when symptoms are disproportionate to the provocative stimulus, negatively interfering with the patient's quality of life. **Objectives:** To report the causes of anxiety in medical students based on the literature. **Methodology:** This is an integrative literature review that aimed to answer the guiding question: “why are medical students so vulnerable to anxiety disorders?”. The search occurred through the databases Virtual Health Library (VHL), using the following descriptors and their combinations to search for the articles: “anxiety”, “students” and “anxiety and medical students”, initially returning 593 articles. The filters chosen were: Brazil as a country of affiliation, year of publication from 2010 to 2019, languages Portuguese and English and article as a type of document. After that, the inclusion and exclusion criteria of the selected articles were used, selecting 14 articles with the greatest title relevance with the theme of study. **Results and Discussion:** Anxiety can be beneficial to some degree, as it prepares individuals for dangerous situations. However, after a certain point, it can become a pathological condition. Several studies reveal that the leisure of those students is negatively affected by the excess of charges in the academic environment and by the high course load. The high prevalence of anxiety symptoms in medical students is probably related to the stressors inherent in the academic training and to the psychodynamic characteristics of each one. Studies have shown that, despite the high level of distress that affects medical students, only 8% through 15% of them seek psychiatric treatment during their training. The occurrence of mood and anxiety disorders during graduation, when not detected and properly treated, can perpetuate or worsen during medical residency and professional activity. **Final Thoughts:** Anxiety disorders are quite prevalent nowadays, and affect from children to adults and the elderly. In order to protect the mental health of those students, the development of support and psychological support strategies is essential, for both the prevention and reduction of this disorder, and must be promoted by educational institutions in order to favor the best professional learning and training.

Keywords: Anxiety; Students; Medical students.



ANSIEDADE NOS ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

DOI: [10.29327/216797.1.1-12](https://doi.org/10.29327/216797.1.1-12)

Páginas 241 a 257

243



Artigo

INTRODUÇÃO

A ansiedade é definida como uma sensação de apreensão, inquietação e desconforto ocasionados pelo excesso de expectativa acerca do futuro e que apresenta sinais somáticos indicativos de alterações no sistema nervoso. É considerada patológica quando os sintomas passam a ser mais intensificados e desproporcionais ao estímulo provocador, interferindo dessa forma negativamente na qualidade de vida do paciente, sendo 2 a 3 vezes mais comum em estudantes do sexo feminino (SERRA; DINATO; CASEIRO, 2015).

O curso de medicina é reconhecido como um estressor que afeta negativamente o desempenho acadêmico, a saúde e o bem-estar psicológico de seus estudantes (LEAL et al., 2010). De acordo com Vasconcelos et al. 2014, um percentual de 15% a 25% dos estudantes universitários apresentam algum tipo de transtorno psiquiátrico durante a sua formação acadêmica, como depressão e ansiedade. Nos acadêmicos de medicina, há uma relação entre o surgimento de ansiedade com fatores que são inerentes ao próprio curso, dentre eles a grade curricular que é extensa, o grande volume de matérias, o maior contato com pacientes, incertezas sobre o futuro profissional, cobranças da sociedade e autocobrança pessoal.

Os acadêmicos de medicina particularmente estão sujeitos a estresses elevados, visto que a graduação que é considerada uma das mais difíceis e trabalhosas, exige bastante dedicação, sacrifícios e resistência tanto física quanto emocional. Somado a isso, há motivos que contribuem para esses níveis de estresse, como o contato do estudante com o paciente que possui diversas doenças, o fato de muitas vezes morar sozinho e longe de casa, a longa duração de curso e o receio de atuação quando formados (SANTOS et al., 2017).

Os fatores que mais causam ansiedade são a incerteza sobre o futuro, a necessidade de aprender, as interações do dia a dia com os novos colegas e a pressão das avaliações (BASSOLS et al., 2014). Há uma correlação negativa entre assertividade e o nível de ansiedade, na qual esta pode prejudicar o comportamento assertivo do estudante, afetando, dessa forma, o aprendizado médico, e que também poderia ter como consequência desde o abandono do curso até o suicídio (VASCONCELOS et al., 2014).

Dessa forma, considerando-se que os acadêmicos de medicina estão cercados de fatores que podem ser gatilhos para o desencadeamento de transtornos mentais, como a





Artigo

ansiedade patológica e que tal condição pode interferir negativamente na saúde emocional e física desses alunos, e ter consequências mais sérias se não for dada a atenção necessária para o problema, este trabalho visa a discorrer sobre as causas de ansiedade nos estudantes de medicina baseado na literatura.

A partir desse contexto, questiona-se: porque os estudantes de medicina são tão vulneráveis aos transtornos de ansiedade?

MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura sobre ansiedade nos estudantes de medicina, com a finalidade de analisar os estudos que falam sobre esse distúrbio psicológico que está cada vez mais comum e presente nos indivíduos e na sociedade moderna.

A busca foi realizada pela base de dados da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), utilizando, para a pesquisa dos artigos, os seguintes descritores devidamente cadastrados nos Descritores em Ciências da Saúde (DESC) e suas combinações: “ansiedade”, “estudantes” e “ansiedade *and* estudantes de medicina”, obtendo-se inicialmente 593 artigos.

Após a utilização dos filtros: Brasil como país de filiação, anos de publicação 2010 a 2019, e artigo como tipo de documento, sobraram 41 artigos. A partir daí, foram escolhidos os artigos que possuíam maior relevância de título com o tema do trabalho, sendo aptos 32 artigos e excluídos 9. Posteriormente, foi realizada uma leitura mais detalhada desses artigos, para identificar quais não atendiam à proposta do presente estudo e foram selecionados aqueles que forneciam o necessário para responder à problemática: porque os estudantes de medicina são tão vulneráveis aos transtornos de ansiedade? Mediante isso, restaram 14 artigos, que foram os escolhidos como base para essa revisão de literatura.





Artigo

RESULTADOS

Na pesquisa, foram escolhidos 23 (100%) estudos, sendo que 14 (60%) deles foram incluídos na revisão integrativa de literatura. Na tabela abaixo, encontramos os artigos utilizados para o desenvolvimento da pesquisa.

Quadro 1 – Principais achados nos artigos selecionados.

| AUTOR(ES)/ANO | METODOLOGIA | OBJETIVOS | RESULTADOS ENCONTRADOS |
|-------------------------------|-----------------------------------|---|--|
| BASSOLS, A. M. et al., 2014. | Estudo transversal. | Avaliar a prevalência e intensidade de sintomas depressivos em estudantes de medicina e comparar amostras de alunos do primeiro e do sexto ano. | Os sintomas de ansiedade foram relatados por 30,8% dos alunos do primeiro ano e 9,4% dos alunos do sexto ano. Entre os alunos que exibiram sintomas de ansiedade no primeiro ano, 19,2% apresentavam sintomas leves, 8,7% moderado e 2,9% apresentaram sintomas graves. A análise de gênero revelou maior prevalência em mulheres. |
| MOUTINHO, I.L.D et al., 2017. | Estudo transversal e comparativo. | Comparar a prevalência de ansiedade, depressão e estresse em estudantes de medicina de todos os semestres de uma escola de | Foram evidenciados altos níveis de sintomas de depressão, ansiedade e estresse nos acadêmicos de medicina, com diferenças significativas entre os semestres do curso. Em relação à ansiedade as diferenças entre o primeiro |



Temas em Saúde

Edição especial



ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2020

Artigo

| | | | |
|------------------------------|-------------------------------------|---|--|
| | | medicina brasileira e avaliar seus respectivos fatores associados. | e o décimo período foram maiores em comparação entre o primeiro e o décimo primeiro período. |
| PACHECO, J.P.G et al., 2017. | Revisão sistemática e meta-análise. | Fornecer uma imagem abrangente dos problemas de saúde mental (PSM) em estudantes de medicina brasileiros, documentando sua prevalência e associação com co-fatores. | Identificou-se a prevalência dos diferentes PSM, incluindo depressão (25 estudos, prevalência de 30,6%), transtornos mentais comuns (13 estudos, prevalência de 31,5%), burnout (três estudos, prevalência 13,1%), uso de álcool (três estudos, prevalência 32,9%), estresse (seis estudos, prevalência 49,9%), baixo sono qualidade (quatro estudos, prevalência 51,5%), sonolência diurna excessiva (quatro estudos, prevalência 46,1%) e ansiedade (seis estudos, prevalência 32,9%). Sinais de falta de motivação, apoio emocional e sobrecarga acadêmica correlacionam-se com os PSM. |



ANSIEDADE NOS ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

DOI: 10.29327/216797.1.1-12

Páginas 241 a 257

Temas em Saúde

Edição especial



ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2020

Artigo

| | | | |
|------------------------------|-----------------------------------|---|--|
| BASSOLS, A.M.S et al., 2017. | Estudo observacional transversal. | Avaliar a associação entre a presença de sintomas de ansiedade e o estilo defensivo em alunos de uma escola médica pública federal. | Responderam aos questionários 232 alunos, 110 do primeiro ano e 122 do sexto, representando 67,4% do total de alunos matriculados. A prevalência de ansiedade nessa amostra de estudantes de medicina foi de 19,5%. Em relação aos subgrupos, a ansiedade apareceu em 30,8% dos alunos do primeiro ano e 9,4% no sexto ano, com uma diferença significativa entre ambos os grupos ($p < 0,001$). |
| TABALIPA, F.O. et al., 2015. | Estudo transversal. | Estimar a prevalência de ansiedade e depressão entre acadêmicos de Medicina. | A prevalência de ansiedade foi de 35,5%, e a de depressão, 32,8%. Mulheres apresentaram prevalência 14% maior de ansiedade e 16% maior de depressão. Estudantes com pais não médicos apresentaram prevalência de ansiedade 23% maior, e aqueles com pais médicos, prevalência de depressão 29% maior. Aqueles que se sentiam sempre ou frequentemente cobrados pelos pais apresentaram |



ANSIEDADE NOS ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

DOI: 10.29327/216797.1.1-12

Páginas 241 a 257

Temas em Saúde

Edição especial



ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2020

Artigo

| | | | |
|--------------------------------|--|--|--|
| | | | ansiedade 22% maior e depressão 19% maior. |
| BAMPI, L.N.S et al., 2013. | Estudo observacional de corte transversal. | Conhecer a percepção sobre qualidade de vida dos estudantes de graduação da Faculdade de Medicina da Universidade de Brasília (UnB). | A percepção sobre qualidade de vida demonstrou que o domínio mais bem avaliado diz respeito às relações sociais e que o domínio com pior escore de avaliação foi o psicológico. |
| MACHADO, L. et al., 2018. | Estudo transversal, observacional e analítico. | Avaliar associações entre bem-estar subjetivo (BES), religiosidade, ansiedade e outros fatores em uma amostra de estudantes brasileiros de medicina de uma universidade pública do nordeste do Brasil. | Os estudantes avaliados apresentaram nível médio de satisfação com a vida, baixos níveis de emoções positivas e altos níveis de ansiedade/preocupação. Menor ansiedade e escores de religiosidade intrínseca (IR) foram associados com maiores pontuações nos dois parâmetros de BES (emoções positivas e satisfação com a vida). Além disso, os fatores atividades de lazer, boa qualidade do sono, apoio financeiro, idade e sexo foram associados aos maiores escores do BES. |
| RODRIGUES, M.D.S et al., 2019. | Estudo transversal. | Investigar os sintomas de transtorno de | Utilizando-se a LSAS-SR como instrumento de triagem para casos de TAS, |



ANSIEDADE NOS ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

DOI: 10.29327/216797.1.1-12

Páginas 241 a 257

Temas em Saúde

Edição especial



ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2020

Artigo

| | | | |
|------------------------------|-----------------------------|--|---|
| | | <p>ansiedade social (TAS) entre os estudantes de Medicina do Centro Universitário Christus (Unichristus), instituição que adota o método de Aprendizagem Baseada em Problemas (ABP).</p> | <p>encontraram-se escores sugestivos do transtorno em 59,2% (255) dos estudantes. Em relação ao nível de ansiedade, o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI) evidenciou que 59,3% (258) dos estudantes apresentaram nível de ansiedade mínimo; 26,6% (115), nível leve; 9,7% (42), nível moderado; e 4,4% (19), nível grave. Observou-se uma correlação significativa entre os escores obtidos nas escalas BAI e LSAS-SR: estudantes com sintomas sugestivos de ansiedade social apresentaram maior grau de ansiedade.</p> |
| <p>MARTINS et al., 2011.</p> | <p>Estudo exploratório.</p> | <p>Investigar a relação entre bem-estar, percepção de necessidades e busca de ajuda entre alunos do último ano do curso médico.</p> | <p>Os alunos relataram boa qualidade de vida (68%), mas apresentaram sintomas de ansiedade (27%), depressão (20%) e prejuízo na vida social. Cinquenta e um por cento deles reconheceram necessidades acadêmicas e 25% necessidades psicológicas. Apenas parte dos alunos com sintomas</p> |



ANSIEDADE NOS ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

DOI: 10.29327/216797.1.1-12

Páginas 241 a 257



Artigo

| | | | |
|------------------------------|---------------------|--|---|
| | | | de ansiedade e depressão, ou qualidade de vida ruim, usou os recursos institucionais de suporte. Ser mulher, reconhecer necessidades psicológicas e sintomas de ansiedade mostrou-se associado ao uso do Serviço de Saúde Mental da escola. |
| LEAL, R. A. et al., 2010. | Estudo transversal. | Avaliar a incidência e frequência de traços de depressão e ansiedade entre estudantes de medicina da Universidade Estadual do Pará (UEPA). | Verificou-se que 70% dos estudantes pesquisados apresentavam algum grau de depressão. Além disso, aproximadamente 77% dos entrevistados apresentaram ansiedade moderada ou grave. Os resultados da 2ª, 3ª e 4ª séries do curso mostraram diferença marcante no escore do BDI, de forma que o nível da 4ª série ficou mais alto que nas demais séries. |
| PEREIRA, G. A. et al., 2015. | Estudo transversal. | Verificar a prevalência de síndrome funcional em estudantes e residentes de Medicina. | Oitenta e sete indivíduos (38,3%) tiveram o diagnóstico de síndrome somática e funcional (SSF), sendo prevalente nos residentes (48,1%) e nos alunos do quinto ano (43%) e menor nos alunos do terceiro ano (30%). |





Artigo

| | | | |
|---|---|--|--|
| SANTOS, F. S. et al., 2017. | Estudo analítico, transversal, de caráter quantitativo. | Avaliar a presença de sintomas de estresse entre pré-vestibulandos e acadêmicos de Medicina na cidade de Montes Claros (MG). | Nos estudantes do curso médico, apenas a associação significativa entre presença de transtornos de humor e níveis de exaustão foi observada ($p=0,023$). |
| SERRA, R.D.; DINATO, S. L. M.; CASEIRO, M. M. 2015. | Estudo transversal descritivo. | Verificar a prevalência de sintomas depressivos e ansiosos em acadêmicos de Medicina. | 30% apresentaram sintomas depressivos e 21%, sintomas ansiosos. O gênero feminino obteve escores mais elevados tanto para depressão (34,8%) quanto para ansiedade (26,8%). Em relação ao ano cursado, índices mais elevados para depressão foram constatados no 5º ano (40,7%) e para ansiedade no 2º ano (28,8%). |
| VASCONCELOS, T. C. et al., 2015 | Estudo de corte transversal. | Determinar a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de Medicina e avaliar fatores associados. | Em relação à ansiedade 34,3% (80) apresentaram sintomas falso-positivos de ansiedade e 19,7% (46) manifestaram sintomas sugestivos do transtorno. Quanto à depressão, 19,3% (45) com sintomas falso-positivos para depressão e 5,6% (13) manifestando sintomas sugestivos do |



Temas em Saúde

Edição especial



ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2020

Artigo

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | | transtorno. Na análise univariada, o uso de drogas psicoativas associou-se à presença de sintomas de ansiedade. |
|--|--|--|---|

FONTE: Dados da pesquisa, 2020.

DISCUSSÃO

A presença de ansiedade e depressão é bastante comum em situações conflitantes ou altamente exigentes, como a formação médica. A ansiedade pode ser benéfica até certo nível, visto que prepara os indivíduos para situações de perigo reais ou imaginárias. Contudo, a partir de determinado ponto, pode virar uma condição patológica, causando um sentimento doloroso e paralisante, que bloqueia pensamentos e comportamentos (BASSOLS et al., 2014).

A dedicação integral ao curso de medicina por um período médio de seis anos e após a graduação, o desejo de entrar na residência médica, acabam restringindo o tempo dos estudantes, reduzindo, na maioria das vezes, as atividades de prazer e comprometendo sua qualidade de vida. Em vários estudos, percebe-se que o lazer é afetado negativamente pelo excesso de cobranças no meio acadêmico e pela elevada carga horária do curso (BAMPI et al., 2013).

Ainda segundo Bampi et al. 2013, em termos profissionais, culturalmente a medicina é considerada uma profissão de múltiplas cobranças e responsabilidades devido a sua própria natureza que é lidar com a vida e a morte humana em sua plenitude, de modo que as pessoas que procuram essa profissão, geralmente estão seguras de sua opção. Os estudantes de medicina são conhecidos por apresentar uma maior prevalência de ansiedade sintomas em comparação com a população em geral (BASSOLS et al., 2014).

Questiona-se o que acontece com esta população de estudantes, que é tão intelectualmente capaz de alcançar sucesso em exames de admissão bastante competitivos para faculdades de Medicina, porém de alguma forma são mais vulneráveis ao estresse e, consequentemente, ao aparecimento de distúrbios psicológicos. Fatores estressantes que



ANSIEDADE NOS ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

DOI: 10.29327/216797.1.1-12

Páginas 241 a 257

Temas em Saúde

Edição especial



ISSN 2447-2131

João Pessoa, 2020

Artigo

são inerentes ao processo acadêmico são apontados como possíveis causas da origem desses problemas (SERRA; DINATO; CASEIRO, 2015).

Qualidade de vida é definida como “a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. Mediante isso, entende-se que o estresse e a ansiedade podem afetar diretamente a qualidade de vida dos futuros médicos. A partir desse conhecimento, são necessários mecanismos de suporte que visem ajudar os acadêmicos no enfrentamento das inúmeras situações difíceis que vivenciarão no decorrer de seu processo de formação (BAMPI et al., 2013).

A rotina acadêmica durante a formação médica implica em tempo integral, com compromisso e responsabilidade dos alunos da graduação nas tarefas acadêmicas. Os cuidados prestados aos pacientes e longas horas de estudo, privação de sono, bem como fatores que interferem na vida pessoal cotidiana são comuns durante este período. Esses aspectos, associados à falta de fatores que promovam qualidade de vida, podem levar a níveis de estresse que podem impactar efetivamente a saúde física, mental e emocional desses alunos, prejudicando seu desempenho acadêmico (MOUTINHO et al., 2017).

Pode haver grande dificuldade em se adaptar ao ambiente das escolas de medicina, devido à distância da família e amigos, carga horária elevada do aluno e considerável quantidade de conteúdo para ser estudado. Somado a isso, frequente exposição à morte e ao sofrimento humano, e até mesmo dificuldades financeiras. Estes fatores, por sua vez, acabam contribuindo para o número relativamente elevado de casos de transtornos psiquiátricos, especialmente depressão e ansiedade nos estudantes de medicina (TABALIPA et al., 2015).

A alta prevalência de sintomas ansiosos em estudantes de medicina está provavelmente relacionada com os fatores estressantes inerentes à formação acadêmica e também às características psicodinâmicas de cada um. Alguns dos alunos, como consequência de seus próprios traços de personalidade, demonstram mais sofrimento emocional agudo e maiores dificuldades para enfrentar conflitos do que outros, tornando-se dessa forma mais vulneráveis a transtornos emocionais e, conseqüentemente, a situações de risco (SERRA; DINATO; CASEIRO, 2015).

Dependendo da suscetibilidade de cada indivíduo, podem surgir o estresse e o sofrimento, muitas vezes relacionados à necessidade de conhecimento amplo para diagnóstico e tratamento corretos. Logo, diante de situações que eles não conseguem



ANSIEDADE NOS ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

DOI: 10.29327/216797.1.1-12

Páginas 241 a 257

Temas em Saúde

Edição especial



ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2020

Artigo

resolver, tornam-se frustrados, culminando com sentimentos de angústia e sensação de incompetência. Na maioria das vezes, para não demonstrar fraqueza, ocorre dificuldade para admitir que necessitam de auxílio e buscá-lo (PEREIRA et al., 2015).

Segundo Vasconcelos et al. 2014, os estudantes de Medicina tendem a não procurar ajuda médica para seus problemas, o que dificulta os cuidados psicológicos nessa população. Estudos demonstraram que, apesar do alto nível de aflição que acomete os estudantes de medicina, apenas 8% a 15% deles procuram tratamento psiquiátrico durante a sua formação.

Entre os motivos para os acadêmicos de medicina não buscarem ajuda profissional, estão: falta de tempo, estigma associado à utilização de serviços de saúde mental, os custos e o medo das consequências em nível curricular. A ocorrência de distúrbios de humor e ansiedade ainda na graduação, quando não detectada e adequadamente tratada, pode se perpetuar ou agravar durante a residência médica e na atividade profissional (VASCONCELOS et al., 2014).

CONCLUSÃO

Os transtornos de ansiedade estão bastante prevalentes nos dias atuais e afetam desde crianças até adultos e idosos. A autocobrança excessiva e os altos níveis de estresse contribuem para que a ansiedade se torne patológica. Os estudantes de medicina, por sua vez, estão sujeitos a rotinas que podem prejudicar a sua saúde emocional, deixando-os vulneráveis ao surgimento de ansiedade patológica.

Visando a proteger a saúde mental desses estudantes, o desenvolvimento de estratégias de suporte e apoio psicológico é fundamental, tanto para a prevenção quanto para a redução desse transtorno, e deve ser promovido pelas instituições de ensino com o intuito de favorecer o melhor aprendizado e formação profissional.

Dessa forma, é necessário que seja dada uma atenção especial para esse problema, que pode ser responsável pela diminuição da qualidade de vida e bem-estar desses acadêmicos, e ocasionar sintomas físicos e psicológicos, prejuízo no sono e no aprendizado. Esses sintomas podem ser gatilho para o abandono do curso pelos estudantes e até mesmo pensamentos suicidas.



ANSIEDADE NOS ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

DOI: 10.29327/216797.1.1-12

Páginas 241 a 257



Artigo

REFERÊNCIAS

BAMPI, Luciana Neves da Silva et al. Qualidade de vida de estudantes de medicina da Universidade de Brasília. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro, v. 37, n. 2, p. 217-225, June 2013.

BASSOLS, Ana 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.**, São Paulo, v. 36, n. 3, p. 233-240, Sept. 2014.

BASSOLS, Ana Margareth Siqueira et al. How do medical students defend themselves against anxiety?. **Revista brasileira de psicoterapia. Porto Alegre. Vol. 19, no. 1 (abr. 2017), p. 31-42**, 2017.

LEAL, Rafael Aquino et al. Depression and anxiety traits among medical students. **Revista Paraense de Medicina. Pará**, v. 24, n. 2, p. 13-21, Jun. 2010.

MACHADO, Leonardo et al. Subjective well-being, religiosity and anxiety: a cross-sectional study applied to a sample of Brazilian medical students. **Trends in psychiatry and psychotherapy**, v. 40, n. 3, p. 185-192, 2018.

MARTINS, Luiz Antonio Nogueira et al. Well-being and help-seeking: an exploratory study among final-year medical students. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 57, n. 4, p. 379-386, 2011.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVAO, Cristina Maria. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, Dec. 2008.

MOUTINHO, Ivana Lúcia Damásio et al. Depression, stress and anxiety in medical students: A cross-sectional comparison between students from different semesters. **Rev. Assoc. Med. Bras.**, São Paulo, v. 63, n. 1, p. 21-28, Jan. 2017.



Temas em Saúde

Edição especial



ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2020

Artigo

PACHECO, João P. et al. Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 39, n. 4, p. 369-378, 2017.

PEREIRA, Gisele Araújo et al. Prevalência de Síndromes Funcionais em Estudantes e Residentes de Medicina. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro, v. 39, n. 3, p. 395-400, Sept. 2015.

RODRIGUES, Maria Dilene da Silva et al. Transtorno de Ansiedade Social no Contexto da Aprendizagem Baseada em Problemas. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 43, n. 1, p. 65-71, 2019.

SANTOS, Fernando Silva et al. Estresse em Estudantes de Cursos Preparatórios e de Graduação em Medicina. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro, v. 41, n. 2, p. 194-200, jun. 2017.

SERRA, Rosana Denobile; DINATO, Sandra Lopes Mattos e; CASEIRO, Marcos Montani. Prevalence of depressive and anxiety symptoms in medical students in the city of Santos. **J. bras. psiquiatr.**, Rio de Janeiro, v. 64, n. 3, p. 213-220, Sept. 2015.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, São Paulo, v.8, n. 1, p. 102-106, Mar. 2010.

TABALIPA, Fábio de Oliveira et al. Prevalence of Anxiety and Depression among Medical Students. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro, v. 39, n. 3, p. 388-394, Sept. 2015.

VASCONCELOS, Tatheane Couto de et al. Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro, v. 39, n. 1, p. 135-142, Mar. 2015.



ANSIEDADE NOS ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

DOI: [10.29327/216797.1.1-12](https://doi.org/10.29327/216797.1.1-12)

Páginas 241 a 257