

UMA REVISÃO DA LITERATURA: SAÚDE MENTAL E SEUS IMPACTOS NA FORMAÇÃO ACADÊMICA DOS ESTUDANTES DE MEDICINA

Data de aceite: 02/02/2025

Suellen Cardinali Castro

Natércia de Ávila Pessoa Silva

José Pedro Vieira Fernandes

Neandder Andrade Correia

Orientador

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

A graduação médica é caracterizada por uma intensa jornada, marcada por longas horas de estudo, exigência de alto desempenho acadêmico e demandas emocionais relacionadas ao contato com a dor e sofrimento humanos. A sobrecarga de trabalho é uma realidade comum enfrentada pelos estudantes, levando a uma carga horária excessiva e a privação de sono (Kam et al. 2019). Estudos indicam uma prevalência alarmante do burnout entre os estudantes de medicina, caracterizado por altas taxas de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal (Moreira et al. 2021; Mata et al., 2015). A relevância de investigar os impactos da saúde mental nesses estudantes é evidente diante da crescente preocupação com o bem-estar desses futuros profissionais da saúde (Moreira et al. 2021).

PALAVRAS CHAVES: Saúde mental, Estudantes de medicina, Fatores de risco, Síndrome de Burnout, Estresse Psicológico, Depressão

OBJETIVOS

Revisão da literatura sobre os impactos da saúde mental nos estudantes de medicina, abordando consequências, fatores de risco e apontando estratégias de intervenção.

MATERIAIS E MÉTODOS

Revisão de literatura por meio de artigos publicados nas bases de dados National Library of Medicine (PUBMED) e Biblioteca Virtual em Saúde Brasil, utilizando os descritores: “saúde mental”, “estudantes de medicina”, “ambiente universitário”, “síndrome de burnout”, “esgotamento profissional”, “estresse psicológico” e “depressão”. Estudos originais publicados em periódicos revisados por pares; disponibilidade do texto completo do artigo na língua portuguesa e inglesa; publicados nos últimos 10 anos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A excessiva carga de trabalho enfrentada pelos estudantes de medicina somada à pressão acadêmica e à competição por residências médicas de prestígio foram apontados como principais fatores de risco para a saúde mental dessa população, esses fatores são intensificados pela falta de apoio institucional. Como resultado desse cenário, tem-se alunos com altos níveis de estresse e exaustão emocional, o burnout se destaca como uma preocupação significativa. Além desse quadro de exaustão mental, percebe-se sentimentos de inadequação e autoexigência que, somados à sensação de desamparo (Conceição et al. 2019), afetam negativamente o bem-estar dos estudantes, mas também a qualidade da assistência médica prestada. Como intervenção apontou-se a necessidade de instigar o desenvolvimento de habilidades de enfrentamento, bem como o acesso a serviços de aconselhamento psicológico e apoio emocional, atividades cruciais para fornecer suporte emocional ao estudante. Destacou-se, a importância de políticas para reduzir a carga de trabalho excessiva e promover uma cultura de apoio entre os colegas e professores, objetivando criar um ambiente acadêmico saudável. A heterogeneidade dos estudos incluídos dificulta a generalização dos resultados e aponta a necessidade de mais pesquisas na área.

CONCLUSÃO

Os resultados destacam os diversos fatores de risco enfrentados pelos estudantes, como a sobrecarga de trabalho, a pressão acadêmica e a falta de apoio institucional e social. Esses fatores contribuem significativamente para o estresse, a ansiedade e a depressão entre os estudantes de medicina, resultando em consequências adversas para o bem-estar dos estudantes e para a qualidade da assistência médica prestada. O desenvolvimento

de habilidades de enfrentamento, o acesso a serviços de apoio psicológico e mudanças institucionais para reduzir a carga de trabalho excessiva e promover uma cultura de apoio são medidas essenciais nesse processo.

REFERÊNCIAS

AHERNE D, Farrant K, Hickey L, Hickey E, McGrath L, McGrath D. Mindfulness based stress reduction for medical students: optimizing student satisfaction and engagement. *BMC Med Educ.* 2016;16(1):209. DOI: 10.1186/s12909-016-0728-8

CONCEIÇÃO, Ludmila de Souza; BATISTA, Cássia Beatriz; DÂMASO, Juliana Gomes Bergo; PEREIRA, Bruna Schipmann; CARNIELE, Rafael Cevolani; PEREIRA, Gabriel dos Santos. Saúde mental dos estudantes de medicina brasileiros: uma revisão sistemática da literatura. *Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade*, v. 14, n. 3, p. 1-12, set.-nov. 2019. DOI: 10.1590/S1414-40772019000300012

DE OLIVEIRA, G. S., Chang, R., Fitzgerald, P. C., Almeida, M. D., Castro-Alves, L. S., Ahmad, S., ... & McCarthy, R. J. (2019). The prevalence of burnout and depression and their association with adherence to safety and practice standards: A survey of United States anesthesiology trainees. *Anesthesia & Analgesia*, 128(2), 366-374. - DOI: 10.1213/ANE.0b013e3182917da9

KAM, Suzana Xui Liu; TOLEDO, Ana Luiza Siqueira de; PACHECO, Carla Colombo; SOUZA, Giovanna Fernandes Borges de; SANTANA, Victória Linhares Maia; BONFÁ-ARAUJO, Bruno; CUSTÓDIO, Cássia Regina da Silva Neves. *Estresse em Estudantes ao longo da Graduação Médica. Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 43, n. 1 supl. 1, p. 1-12, 2019. DOI: 10.1590/1981-5271v43suplemento1-20180192

LIMA, Juliana Coelho; MOTTA, Davi da Silva; ANDRADE, Isadora Garcia F. P. de; TAVARES, Albert Ferrari; SOARES, Raquel Juliana de Oliveira. Síndrome de Burnout em estudantes de Medicina. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 5, p. 530, 2021. DOI: <https://doi.org/10.34117/bjdv7n5-530>

MATA, D. A., Ramos, M. A., Bansal, N., Khan, R., Guille, C., Di Angelantonio, E., & Sen, S. (2015). Prevalence of depression and depressive symptoms among resident physicians: A systematic review and meta-analysis. *JAMA*, 314(22), 2373-2383. DOI: 10.1001/jama.2015.15845

MOREIRA, Hyan de Alvarenga; SOUZA, Karen Nattana de; YAMAGUCHI, Mirian Ueda. Burnout syndrome in physicians: a systematic review. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, v. X, n. Y, 2021. ISSN: 2317-6369. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/2317-6369000013316>

PAIS, Inês Raposo Alexandre. **A influência da inteligência emocional no bem-estar dos estudantes de medicina: um estudo longitudinal**. 2015. Dissertação Mestrado em Psicologia – Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, 2015.

RAMOS, Fabiana Pinheiro; Andrade, Alexsandro Luiz De; Jardim, Adriano Pereira; Ramallete, Juliana Nascimento Lucas; Pirola, Gustavo Pfister; Egert, Caroline. Intervenções psicológicas com universitários em serviços de apoio ao estudante. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, v. 19, n. 2, p. 221-234, jul./dez. 2018. DOI: <http://dx.doi.org/1026707/1984-7270/2019v19n2p221>

SACRAMENTO, Bartira Oliveira; ANJOS, Tassiana Lima dos; Barbosa, Ana Gabriela Lopes; Tavares, Camila Fagundes; Dias, Juarez Pereira. Symptoms of anxiety and depression among medical students: study of prevalence and associated factors. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 45, n. 1, p. 1-10, 2021. DOI: 10.1590/1981-5271v45.1-20200394.ING.

SILVA, Jéssica Abreu; Lima, Maria Adriely Cunha; Cestari, Yasmim Laila Fragoso; Oliveira, Halley Ferraro. Ansiedade em estudantes de medicina no Brasil: uma revisão sistemática. *Nome do Periódico*, v. X, n. Y, p. Z-Z, 9 set. 2021.. <https://doi.org/10.54018/shsv1n1-001>

STAFFARONI A, Rush CL, Graves KD, Hendrix K, Haramati A, Harazduk N. Long-term follow-up of mind-body medicine practices among medical school graduates. *Med Teach*. 2017;39(12):1275–83. DOI: 10.1080/0142159X.2017.1372562

WAN, D.W.J., Goh, L.S.H., Teo, M.Y.K. et al. Enhancing self-care education amongst medical students: a systematic scoping review. *BMC Med Educ* 24, 37 (2024). <https://doi.org/10.1186/s12909-023-04965-z>