

SAÚDE MENTAL DOS UNIVERSITÁRIOS EM MEDICINA: Um estudo com estudantes de faculdades privadas da região metropolitana de Belo Horizonte/MG

Ronan Junio Rodrigues Silva¹
Vanina Costa Dias²

RESUMO

Os estudantes de Medicina em relação aos demais, apresentam maiores índices de transtornos psicológicos, por diversos fatores ao longo da formação acadêmica. O presente estudo apresenta os impactos psicológicos decorrentes do referido curso para a saúde mental dos seus estudantes. Levou-se em consideração as longas horas de estudo e as demais atividades acadêmicas que geram ansiedade, depressão e até mesmo ideação suicida nesses estudantes. Tomou-se como questão norteadora: Quais os prejuízos físicos e psicológicos provocados pela pressão acadêmica aos estudantes durante o curso de Medicina? Para responder a essa questão o estudo teve como objetivo geral, analisar os prejuízos físicos e psicológicos que provocam danos à saúde mental dos acadêmicos de Medicina de faculdades privadas da região metropolitana de Belo Horizonte/MG e como objetivos específicos: levantar os possíveis transtornos desenvolvidos ao longo do curso de Medicina, os fatores causadores desses transtornos e como a Psicologia pode auxiliar na manutenção do bem-estar mental e físico desses acadêmicos. Foi realizado um estudo de caso de natureza exploratória com 20(vinte) estudantes de Medicina, através de um questionário semiestruturado, contendo questões referentes à vida pessoal e acadêmica dos estudantes. A análise dos dados foi realizada a partir da Análise de Conteúdo conforme proposta de Bardin (1977). Percebeu-se que os estudantes apresentam desgaste físico e emocional, transtornos de ansiedade, depressão e também ideação suicida. No entanto, a identificação destes transtornos pode amenizar os impactos na saúde mental e auxiliar o estudante e o profissional de Psicologia pode contribuir para o acolhimento emocional dos estudantes, através da terapia e apoio psicológico.

Palavras-chave: Saúde Mental. Estudantes de Medicina. Apoio Psicológico.

ABSTRACT

Medical students in relation to the others, have higher rates of psychological disorders, due to several factors throughout their academic training. The present study presents the psychological impacts resulting from the referred course for the mental health of its students. It took into account the long hours of study and other academic activities that generate anxiety, depression and even suicidal ideation in these students. It was taken as a guiding question: What are the physical and psychological damages caused by academic pressure to students during the medical course? To answer this question, the study aimed to analyze the physical and psychological damages that cause damage to the mental health of medical students from private colleges in the metropolitan region of Belo Horizonte / MG and as specific objectives: to raise the possible disorders developed during the medical course, the factors causes of these disorders and how Psychology can help maintain the mental and physical well-being of these students. An exploratory case study was carried out with 20 (twenty) medical students, through a semi-structured questionnaire, containing questions related to the students' personal and academic life. Data analysis was performed based on Content Analysis as proposed by Bardin (1977). It was

¹ Discente do curso de Psicologia na Faculdade Ciências da Vida, Sete Lagoas, MG. E-mail: ronanjrs@live.com

² Psicóloga, Doutora em Psicologia; Coordenadora e docente do Curso de Psicologia da Faculdade Ciências da Vida, Sete Lagoas, MG. E-mail: vaninadias@gmail.com

noticed that students have physical and emotional stress, anxiety disorders, depression and also suicidal ideation. However, the identification of these disorders can mitigate the impacts on mental health and help the student and the Psychology professional can contribute to the emotional reception of students, through therapy and psychological support.

Keywords: Mental health. Medical students. Psychological Support.

1. INTRODUÇÃO

A saúde mental refere-se ao bem-estar psicológico, de acordo com os padrões aceitos pela sociedade, caracterizadas como: autoconfiança, capacidade de trabalhar, conseguir assumir responsabilidades, ter confiabilidade, capacidade de relacionar-se com outras pessoas em diversas áreas sociais, cooperação, independência e outros. Já com relação ao adoecimento mental, diversas síndromes e transtornos mentais podem ser encontrados em variados níveis, dos menos severos aos mais graves. Esse adoecimento promove consequências a diversas áreas na vida do indivíduo: baixa autoestima, dificuldade de concentração, distúrbios do sono, absenteísmo e presenteísmo e dificuldades na interação social (SILVA *et al*, 2020).

Em se tratando do curso de Medicina, os estudantes passam frequentemente por situações onde são expostos a estressores, que podem contribuir para o surgimento de vários transtornos mentais e prejuízos físicos. Estudos indicam a ocorrência de sintomas depressivos nesses universitários evidenciando uma alta prevalência desses sintomas quando comparados à população em geral. Essa prevalência estaria associada a fatores inerentes ao curso de Medicina e ao próprio aluno (AMARAL *et al*, 2008).

O tema da saúde mental do estudante de Medicina já foi abordado por Aquino *et al* (2019), Costa *et al* (2020), bem como Ariño e Bardagi (2018). Entretanto foram encontrados poucos estudos que indicam como a Psicologia pode colaborar no processo de manutenção do bem-estar mental do acadêmico de Medicina, dessa forma o estudo se justifica, pois buscará apontar como o profissional de psicologia poderá contribuir de forma mais efetiva nesse processo.

Diante desse contexto, o presente estudo buscou responder a seguinte questão norteadora: Quais os prejuízos físicos e psicológicos provocados pela pressão acadêmica aos estudantes durante o curso de Medicina? Para responder essa questão levantou-se a hipótese de que os acadêmicos de Medicina apresentam transtornos psicológicos advindos de diversos fatores inerentes a esse curso, como a pressão acadêmica, as longas horas de estudo e a cobrança familiar. O estudo teve como objetivo geral, analisar os prejuízos físicos e

psicológicos que provocam danos à saúde mental dos acadêmicos de Medicina de faculdades privadas da região metropolitana de Belo Horizonte/MG. Como objetivos específicos buscou-se levantar os possíveis transtornos desenvolvidos ao longo do curso de Medicina, os fatores causadores desses transtornos e como a Psicologia pode auxiliar na manutenção do bem-estar mental e físico desses acadêmicos

Para responder aos objetivos da pesquisa, foi realizado um estudo de caso de natureza exploratória com 20 (vinte) estudantes de Medicina, através de um questionário semiestruturado, contendo 27 (vinte e sete) questões referentes à vida pessoal e acadêmica e assim levantar possíveis transtornos psicológicos desenvolvidos pelos estudantes ao longo do curso de Medicina. A análise dos dados foi realizada a partir da Análise de Conteúdo conforme proposta de Bardin (1977). Percebeu-se que os estudantes apresentam desgaste físico e emocional, transtornos de ansiedade, depressão e também ideação suicida. No entanto, a identificação destes transtornos pode amenizar os impactos na saúde mental e auxiliar o estudante e o profissional de Psicologia pode contribuir para o acolhimento emocional dos estudantes, através da terapia e apoio psicológico.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 O processo desgastante de estudos do acadêmico de medicina

A pessoa quando almeja ingressar em um curso, seja técnico ou superior, muitas das vezes precisa estudar para conseguir passar na prova de seleção/vestibular. No caso do ensino superior, os futuros universitários acabam dedicando horas diárias para o estudo, seja por conta própria ou passando por pré-vestibulares ou pré-ENEM. A duração desses estudos pode variar de acordo com o curso de interesse (SCHONHOFEN, 2017). E nesse processo de estudo na busca da aprovação e conquista da sonhada vaga, pode ser por vezes um estressor e impactante diretamente na saúde mental do estudante (ARIÑO; BARDAGI, 2018).

Após o ingresso na universidade, os alunos continuam enfrentando mais prejuízos fisiológicos e psicológicos, longa carga horária de estudos, provas e trabalhos, aumentando os índices de desconforto físico e mental. A literatura indica que os transtornos psicológicos mais frequentes em estudantes são: estresse, ansiedade e depressão. Apontam que cerca de 15 a 25% dos universitários em algum momento do curso irão apresentar esses transtornos psicológicos (ARIÑO; BARDAGI, 2018).

Algumas pesquisas mostram que os estudantes universitários apresentam um maior índice de problemas psicológicos que as demais pessoas não universitárias da mesma idade, apontando uma alta prevalência desses transtornos durante a formação acadêmica e para a carreira como profissional (ARIÑO; BARDAGI, 2018). Assim concorda Aquino *et al* (2019) quando diz que no curso de medicina a quantidade de alunos que apresentam depressão é superior ao da população em geral.

Se tratando então do tema deste trabalho, o curso de medicina e todo seu processo, que leva o aluno a ingressar e continuar na universidade, torna-se em muitas das vezes, algo gerador de inúmeras complicações que interferem na saúde mental do indivíduo. Os alunos se deparam com vários estressores, associados às exigências acadêmicas, altas cargas de estudo e trabalho, até privação de sono, propiciando o surgimento de patologias e transtornos, tais como a ansiedade e depressão (AQUINO; CARDOSO; PINHO, 2019).

Tornar-se profissional em medicina não é fácil e o curso em alguns casos poderá ser ruim para a saúde mental do universitário, com cada vez mais exigências e responsabilidades, além dos sacrifícios de atividades da vida pessoal em prol dos estudos, agregando tensões e desgastes que dificultam o equilíbrio psicológico (SILVA; PEREIRA; MOURA, 2019).

Outros estudos indicam que em alunos de medicina há uma alta ocorrência de Transtornos Mentais Menores (TMM), pela exposição a inúmeras condições, causadoras dos mesmos. Exemplo disso é que durante o curso que prepara o aluno para o contato com o paciente e familiares, nem sempre é fácil adquirir a habilidade em ter que dar notícias do quadro do enfermo, contato com o óbito e lidar com possíveis hostilidades das pessoas (SILVA; PEREIRA; MOURA, 2019).

2.2 Transtornos mentais menores em estudantes de medicina

Os Transtornos Mentais Menores (TMM), são síndromes psicológicas que afligem o indivíduo causando sofrimento, alterando o modo de funcionamento da mente, perturbando as interações sociais. São assim, alterações do estado mental não-psicóticas insuficientes para categorizar uma patologia. Essas disfunções da mente e comportamento estão associadas a uma angústia pessoal e/ou para a pessoa um funcionamento incorreto de sua psique. Podem ser caracterizados como: falta de concentração, irritabilidade, fadiga, insônia, dificuldade de memorização, dificuldade em tomadas de decisão, quadros depressivos, além de algumas queixas somáticas, sendo essas as mais comuns entre as pessoas, dificultando as interações sociais, acadêmicas e profissionais (SANTOS *et al*, 2020).

Outros estudos mostram que os TMMs, são em 90% morbidades psicológicas não-psicóticas em forma de distúrbios, referidos a ansiedade e a depressão. Sintomas estes, relacionados também com distúrbios somatoformes (sintomas físicos) acompanhado por níveis desproporcionais de angústia, dificuldades de executar atividades diárias e preocupações exacerbadas (SANTOS *et al*, 2020).

Os TMMs, que são considerados como transtornos psiquiátricos do tipo não-psicótico, aparecem com maior frequência na vida acadêmica, mas não suficiente para um diagnóstico de patologia, mas atrapalhando o dia a dia estudantil. Aragão *et al* (2017) concorda com Silva, Pereira e Moura (2019) que os TMMs são quadros apresentados pelos alunos, de forma menos graves que patologias, assim sendo, mais frequentes. Esses quadros podem então dificultar na memória, concentração, insônia, irritabilidade, até mesmo em tomadas de decisões, fazendo com que o aluno tenha um sofrimento da psique e influenciando de forma direta na sua qualidade de vida e saúde mental.

Além dos Transtornos Mentais Menores, os universitários em medicina podem sofrer de ansiedade, depressão, podendo até mesmo terem ideação suicida. Os estudantes adoecem com maior frequência do que a população de modo geral, eles estariam mais propensos a esses transtornos, pois, estariam passando por drásticas mudanças emocionais ao longo do curso, levando assim a quadros ansiosos e depressivos (FERREIRA; SANTOS; RIBEIRO, 2018).

2.3 Outros transtornos psicológicos comuns em acadêmicos de medicina

Como já apontado anteriormente, um dos transtornos mais comuns em estudantes em geral e principalmente nos estudantes de Medicina é a ansiedade. Ela está caracterizada no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (5^a edição, American Psychiatric Association, 2014) como transtornos que compartilham medo, ansiedade em excesso e perturbações de comportamento. O medo seria uma resposta de forma emocional a eventos que ameacem o indivíduo ou alguém próximo. Já a ansiedade seria a resposta do organismo de antecipar algum evento seja bom ou ruim. O medo apresenta-se de forma mais frequente no caso para preparar a pessoa para luta ou fuga e quanto há pensamentos de algum perigo imediato. Na ansiedade, ela se apresenta associada a vigilância e tensões musculares preparando para um perigo futuro, apresentando comportamentos de esquiva ou cautela. Esse comportamento de esquiva pode ser utilizado pela pessoa para diminuir os níveis de medo ou ansiedade. Alguns transtornos associados a ansiedade podem apresentar-se de algumas formas:

- a) Mutismo seletivo – caracteriza-se quanto a pessoa precisa falar em público e ela utiliza da esquivas ou fuga para não se expor ou quando tem medo de fracassar na fala. Esse estado pode acontecer quando espera-se que a pessoa fale em contexto acadêmico, profissional ou em interações sociais diversas.
- b) Fobia específica – apresenta-se quando o indivíduo se demonstra apreensivo, ansioso ou utiliza da esquivas para evitar contato com algum objeto ou situação específica. Algumas fobias específicas são: animais, situação, ambiente, sangue-injeção-ferimento e outros.
- c) Fobia social – a pessoa apresenta-se temerosa e usa da esquivas para evitar situações nas quais poderão ser avaliados por outros nas interações sociais. Essas situações podem ser: encontros, ser observado comendo ou bebendo, demonstrar desempenho diante de outros, apresentações acadêmicas, falar em público, interação com figura de autoridade. A ideia associada é de achar que os outros irão avaliá-lo negativamente, ser humilhado, rejeitado ou que poderá de alguma forma ofender os demais.
- d) Transtorno de pânico – o sujeito passa por ataques de pânico repentino, de medo ou desconforto intensos, acompanhados de sintomas físicos. Esses ataques podem ocorrer por esquivas de alguma atividade ou encontro com alguém que não é da família.
- e) Agorafobia – indivíduos ansiosos que evitam lugares onde não poderiam escapar ou que seja constrangedor ou até mesmo onde poderiam sofrer ataques de pânico sem que alguém conhecido pudesse auxiliar. Para se caracterizar agorafobia precisa estar em duas ou mais dessas situações: estar em uma fila ou multidão, ficar sozinho fora de casa. O agorafóbico quase sempre evita essas situações quando não há alguém o acompanhando.
- f) Transtorno de ansiedade generalizada – caracteriza-se por ansiedades e preocupações excessivas que persistem por diversas situações, tais como: desempenho acadêmico e profissional onde não consegue ter controle. Sintomas físicos comuns: nervosismo, inquietação, irritabilidade, tensão muscular, falta de sono e esquecimentos.

Outro transtorno comum nos acadêmicos de medicina é a depressão. Essa é entendida como um transtorno que acomete o indivíduo de qualquer idade ou sexo, sendo de origem multifatorial, marcado por episódios de desânimo e falta de interesse, impossibilitando-o de realizar tarefas corriqueiras. Os precedentes podem ser por: experiências adversas ao longo da vida, infância conturbada, eventos estressantes, condições médicas crônicas, afetividade negativa, histórico de depressão na família. Suas características podem ser: tristeza profunda, irritabilidade, falta de prazer em atividades diárias, baixa autoestima, sentimento de culpa,

falta ou aumento de sono, cansaço, falta de apetite, desinteresse por coisas que antes eram interessantes, ideias suicidas (LEÃO *et al*, 2018).

De acordo com o DSM-5 a depressão se caracteriza como um transtorno mental marcado por alterações significativas de humor, sendo comum o indivíduo associar-se como sendo incapaz e a qualidade de vida que possui, fazendo com que os níveis de depressão se elevem. Seus sintomas comuns, referem-se à diminuição de motivação, apatia, anedonia, letargia, agitação. Tal transtorno é responsável pelos altos níveis de suicídio no mundo, sendo necessário maior atenção para intervenções.

O suicídio é a forma consciente de autoextermínio, onde o indivíduo decide que será a melhor maneira ou última tentativa de eliminar um sofrimento psíquico insuportável (RIBEIRO *et al*, 2018). Os motivos podem ser mais complexos do que apenas um término de relacionamento ou o desemprego, onde na maioria dos casos algum transtorno psicológico está presente. Alguns deles podem ser: uso de bebidas alcólicas, dependência de drogas psicoativas, transtorno bipolar e a depressão (RAMOS, 2019).

Além de outros eventos que podem aumentar os níveis a tentativa de suicídio, como: doenças, falta de apoio social, estresse do dia a dia, pobreza, desemprego, histórico de suicídio na família entre outros. Assim o suicídio pode se dividir em etapas: a ideiação suicida (quando a pessoa pensa em se suicidar), planejamento (como e onde será o suicídio), a tentativa (o ato da tentativa do suicídio, mas que pode não ocorrer) e pôr fim a realização (óbito).

Segundo a OMS, por ano, cerca de 800 mil pessoas se suicidam e o número de tentativas é ainda maior. O efeito do suicídio é intenso e duradouro sobre os familiares e a comunidade. O suicídio é a segunda maior causa de morte entre pessoas de 15 a 29 anos, dados de 2016.

Soeiro *et al* (2021) concorda ao dizer que as extensas horas de estudos, além das experiências no contato com enfermos e óbitos, propiciam um ambiente de grande estresse emocional e a crises constantes, fazendo com que o estudante de medicina, possa ter ideiação suicida e a concretizar o suicídio.

O suicídio deve receber uma atenção especial, pois, estima-se que essa seria a segunda maior causa de morte entre jovens na idade de 15 a 29 anos segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) no ano de 2016. No Brasil, esse quadro é intensificado entre jovens acadêmicos por passarem por intensas transformações mentais e pessoais (SOEIRO *et al*, 2021).

3. METODOLOGIA

O presente trabalho, tratou-se de um estudo de caso, sua natureza é exploratória e quanto ao tipo, utilizou a pesquisa quali-quantitativa. O estudo de caso é um método de pesquisa utilizado quando pretende-se aprofundar o estudo sobre o indivíduo, grupo, eventos ou fenômenos, podendo se caracterizar como intrínseco, quando se estuda um caso em particular; instrumental, quando o estudo é mais amplo que um caso específico; e por fim, pode ser caracterizado como específico coletivo, quando a pesquisa necessita de análise de diferentes casos, sendo intrínsecos ou instrumentais (BARTLETT, VAVRUS, 2017).

O estudo foi realizado com 20 estudantes de variados períodos de um curso de Medicina de faculdades da região metropolitana de Belo Horizonte/MG, e teve como instrumento para coleta de dados, um questionário semiestruturado, contendo questões abertas e fechadas, possibilitando a análise qualitativa e quantitativa sobre as informações obtidas. As questões foram elaboradas de acordo com os estudos desenvolvidos no referencial teórico, buscando verificar quais eram os prejuízos enfrentados pelos discentes de Medicina a partir de uma visão psicológica. O questionário foi respondido através de tecnologia digital de comunicação e coleta de dados, Google Forms, tendo em vista o período de distanciamento social provocado pela pandemia da Covid-19. Tal ferramenta possibilita a coleta de dados de vários participantes, além de gerar gráficos e tabelas das questões respondidas. O uso dos dados foi devidamente autorizado pelos participantes pelo Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE).

As respostas recebidas foram analisadas com o método de análise de conteúdo de Bardin (1977), utilizando das informações obtidas com base nos objetivos desta pesquisa, tornando possível alcançar o objetivo geral proposto.

4. ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DOS DADOS

Numa primeira etapa, foram analisados os dados sociais obtidos através do questionário realizado com acadêmicos de variados períodos de um curso de Medicina de faculdades da região metropolitana de Belo Horizonte/MG. O questionário foi respondido por 20 acadêmicos. Suas características são descritas abaixo:

- a) Quanto à idade: As idades dos estudantes variam de 21 anos a 33 anos, com uma concentração maior na faixa etária de 23 e 24 anos com 45% dos respondentes.

- b) Quanto ao sexo: os respondentes são preponderantemente do sexo feminino (85%) sendo 15% do sexo masculino.
- c) Quanto ao estado civil e condição familiar: Em sua maioria, os estudantes são solteiros (90%) e 95% deles não possuem filhos.

Os dados obtidos nessa pesquisa estão de acordo com a afirmação de Silva *et al* (2020), quando diz que, a maior concentração de idade média dos discentes de Medicina, concentra-se dos 19 aos 24 anos, e predominantemente são do sexo feminino, solteiras (os) e sem filhos. São estudantes jovens e que, desde os anos 2000 conforme outra pesquisa realizada por Guariente e Moraes (2017) tem-se observado um crescente ingresso de estudantes do sexo feminino.

4.1 Fatores estressores presentes no curso de Medicina:

A entrada para o curso de Medicina já é, em si, um processo que faz com que os futuros estudantes se preparem para a entrada na universidade de forma tensa e ansiosa, tendo em vista as dificuldades que marcam esse processo. Nessa pesquisa, buscamos analisar os fatores estressores presentes nesse preparo, devido às longas horas de estudo e que podem gerar desconforto físico e mental. Os entrevistados foram questionados sobre o processo de estudo e as horas dedicadas diariamente para passar no vestibular e/ou ENEM. 60% deles responderam que estudaram mais de 6 horas diárias, e alguns deles afirmaram que:

“estudava todos os dias, 8 horas durante a semana e 5 horas nos finais de semana, via aula, lia livro e fazia exercício e simulados”(Estudante 1).

“meu foco sempre foi particulares. No 1º ano de cursinho eu só estudava o que gostava (história, geografia, literatura, química, biologia e redação), pouquíssimas horas por dia, nem todo dia. Fiz vestibular e fiquei longe de passar, então percebi que precisava estudar, então estudei as matérias certas por 6 meses e passei.” (Estudante 2).

Além do tempo de preparo e do esforço para o aprendizado, os estudantes afirmam que a concorrência e altos preços das faculdades particulares, faz com que também se torne difícil a entrada para o curso. Ao serem perguntados sobre quantas vezes tentaram ingressar no curso de Medicina, 35% responderam que tentaram mais de 4 vezes e 20% dos participantes, perderam a conta de quantas vezes tentaram a entrada para o curso. Olhando

para esses dados Santos *et al* (2017), também discorre sobre o período antecedente ao ingresso da faculdade, afirmando que, para o estudante, pode ser um momento causador de estresse, ansiedade e depressão, gerados pela pressão para conseguir a vaga no curso desejado, a ampla concorrência e por vezes interferências da família.

Ao serem perguntados sobre quais foram as maiores dificuldades para ingressar no curso de Medicina, os entrevistados afirmaram:

“o curso é muito concorrido então você precisa ir bem nas provas”(Estudante 3).

“concorrência e tive que abdicar de algumas coisas que gostava para dedicar aos estudos”(Estudante 2).

“emocional, insegurança, ansiedade e depressão”(Estudante 4).

“grande número de concorrentes”(Estudante 5).

Para Schonhofen *et al* (2020) o ambiente preparatório, por vezes, pode ser palco de quadros ansiógenos, pois perpassa um contexto de incertezas e competições.

Outro aspecto que faz com que o período antes e durante o curso de Medicina se torne estressante é a mudança na rotina pessoal e social dos estudantes. O tempo de dedicação ao curso, faz com que tenham que se abdicar horas de lazer para se dedicar aos estudos. 35% dos estudantes entrevistados para essa pesquisa dizem que os estudos demandam muito tempo diário e 10% responderam que toma todo o tempo que têm e acabam deixando outras coisas de lado, inclusive o convívio social, momentos para descanso ou diversão.

Esses dados estão de acordo com o que diz de Ariño e Bardagi (2018), que afirma que os estudantes, ao dedicarem várias horas de estudo para conseguir a sonhada vaga, acabam iniciando um processo que servirá de base para futuros transtornos, além, de continuarem essa rotina, após o ingresso na faculdade. Dentre os entrevistados, o Estudante 3, relata que as dificuldades no processo para conseguir a vaga no curso de medicina, foram de cunho emocional, com insegurança, ansiedade e depressão. Também os autores supracitados afirmam que os períodos iniciais, exigem alto desempenho dos alunos e o alto volume de informações e carga horária de estudo vem a tornar adoecimento mental. Respondendo então a um dos objetivos desse estudo sobre os fatores que resultam no surgimento dos problemas físico-mentais dos discentes de Medicina.

4.2 Transtornos Mentais adquiridos pelos estudantes de medicina ao longo do curso:

Outro aspecto importante tratado nessa pesquisa diz respeito aos possíveis transtornos que o aluno adquire ao longo do curso de Medicina. Diversos estudos realizados com estudantes desse curso revelam que a maioria deles se sentem sobrecarregados nas tarefas acadêmicas tendo pouco tempo para lazer. Além disso, para melhorar o currículo profissional esses estudantes procuram adquirir novas habilidades para sua prática futura, ocupando mais ainda seu tempo o que reduz a qualidade de vida do estudante ocasionando repercussões emocionais diretas.

Ao serem perguntados sobre a presença de sintomas de Transtornos Mentais Menores (TMM), os acadêmicos relatam que apresentam: memória afetada (40%), concentração afetada (80%), insônia (65%), irritabilidade (55%), dificuldade em tomada de decisão (45%), ansiedade (80%), fadiga (45%), angústia (65%), preocupações (65%).

Costa *et al* (2020) elucida sobre os transtornos adquiridos durante a formação médica, em tarefas como a realização de exames em enfermos, a pressão sobre o risco de cometer erros, a possibilidade de adoecer, além de aproximar o estudante da dor, do sofrimento e de situações de óbito, que são também fatores para o desgaste mental.

Sobre quadros de ansiedade apresentados no decorrer do curso, 70% dos entrevistados dizem ter ansiedade e preocupação excessivas no acadêmico ou profissional, com sintomas físicos e/ou mentais: nervosismo, inquietação, tensões musculares, irritabilidade, esquecimentos. Já 60% dos alunos responderam que, quando espera-se que fale em público, usa de fuga ou esquiva para não se expor ou fracassar na fala. Outros 35% demonstram ansiedade e apreensão ou utiliza de fuga ou esquiva para evitar alguma situação ou objeto específico e apresentam medo ou desconforto intenso repentinamente em uma determinada situação e 20% apresentam temor ou usam de fuga ou esquiva para evitar interações sociais, pensando que serão avaliados negativamente, humilhados, rejeitados ou que dirão algo que ofenderá alguém. Esses comportamentos geralmente estão presentes em quadros de ansiedade.

Para Leão *et al* (2018) a ansiedade é a forma benéfica que o organismo encontra para a autopreservação do indivíduo, mesmo gerando algumas sensações físicas e emocionais desagradáveis. Porém, a ansiedade de forma patológica, apresentada de forma mais intensa e recorrente, pode causar grande sofrimento, podendo fazer com que a pessoa tenha prejuízos na vida, como por exemplo a evasão do meio escolar e profissional, além do uso de substâncias nocivas.

Sobre sintomas depressivos, foi perguntado aos estudantes como se sentiam nas últimas duas semanas e obteve-se o seguinte quadro: humor triste ou deprimido (60%), sentimento de culpa (70%), humor irritado (55%), apresenta menos interesse ou prazer em atividades diárias (50%), afastando ou evitando pessoas (40%), achando mais difícil fazer as coisas como de costume (55%), se vendo como inútil (30%), dificuldade de concentração (60%), dificuldade em tomada de decisões (40%), pensamento suicida (5%), baixa autoestima (45%), sem esperança do futuro (10%), pensamentos de autocrítica (55%), cansaço ou perda de energia (65%), perda ou aumento de peso excessivo (25%), alteração no padrão de sono (50%), diminuição no desejo sexual (15%).

Para Cybulski e Mansani (2017), a depressão é tida como uma patologia mais penosa e incapacitante que acomete o indivíduo. No meio acadêmico da Medicina, esse quadro pode influenciar diretamente no rendimento estudantil e na relação médico-paciente. Tal condição, é extremamente preocupante porque tem-se percebido nesse grupo índices elevados de tentativas de suicídio. Como citado acima, apesar de ser um percentual baixo, 5% dos alunos responderam que tem ideação suicida e pensa em se matar para acabar com seu sofrimento, e outros 20% dos participantes conheceram alguém de um curso de medicina que suicidou.

Soeiro (2021), afirma que o período universitário é marcado para os estudantes por diversas transformações pessoais e de identidade, mostrando que o curso de Medicina e suas exigências acarretam alterações do bem-estar físico-emocional de seus discentes. Em se tratando do ensino em saúde, o suicídio vem apresentando maiores índices no curso de Medicina, advindo das mudanças pessoais enfrentadas pelos alunos nessa ocasião da vida.

Mesmo se tratando de um curso marcado pelas dificuldades e pelas pressões acadêmicas e pessoais, como foi percebido ao longo da pesquisa, os participantes desse estudo afirmam em sua totalidade que não pretendem abandonar o curso e veem a carreira como desafiadora, difícil, mas intensa, gratificante e estável, na qual poderão ajudar outras pessoas.

Como afirmam:

“Uma visão de ter bom fluxo de trabalho, poder ajudar o próximo através do mesmo. Ter rentabilidade satisfatória pelo trabalho realizado.” (Estudante 7)

“Quero fazer minha residência com muita dedicação. Hoje em dia aprendi a estudar e amo medicina, então acredito que não terei problemas. Depois de formada quero trabalhar só em hospital, tirando 1 dia por semana para atender de graça em regiões carentes. Quero me juntar a alguma instituição, como Médicos sem Fronteiras para ajudar ao redor do mundo algumas vezes na minha vida”(Estudante 9)

4.3 O Apoio Psicológico como prática preventiva aos transtornos mentais menores adquiridos ao longo do curso de medicina

Diante dos resultados obtidos nesta pesquisa, percebe-se a necessidade da intervenção do Psicólogo como prevenção e acompanhamento do quadro emocional dos estudantes, a fim de diminuir os riscos do adoecimento psíquico ou auxiliar na melhora do estado agravado dos transtornos mentais.

Percebemos hoje que os estudantes universitários em geral, e especialmente os estudantes de Medicina, como visto nesta pesquisa, apresentam sintomas diversos que acabam interferindo no seu desempenho acadêmico, refletindo na sua formação e conseqüentemente no seu futuro profissional.

Todo universitário busca no diploma a ascensão social, a pressão e o excesso de atividades e dedicação durante a formação médica faz com que não lhe dê tempo para se dedicar a atividades de descanso e lazer, podendo reforçar os sentimentos de ansiedade, angústia e depressão. Esses sintomas fazem com que não consigam conciliar subjetivamente seus diversos afazeres, sentindo-se cansados, confusos, com um elevado grau de ansiedade. Esses comportamentos refletem não apenas no âmbito universitário, mas também nos diversos espaços que o mesmo convive.

Em conexão com esses e outros diversos problemas que surgem no contexto do ensino superior, que surgem associadas a circunstâncias educacionais, deflagradas por agravantes da realidade universitária, seja na sala de aula, seja na relação do aluno com o professor e/ou com os colegas, seja na própria relação deste com o estudo e até mesmos conflitos advindos de seus contextos familiares, íntimos, irá interferir diretamente na sua vida acadêmica e no futuro profissional, ainda mais numa profissão que demanda foco e habilidades para lidar com a vida de outras pessoas.

Sendo assim, diante da realidade descrita neste estudo, é importante reforçar a inserção, nas instituições de ensino, de programas de apoio de um profissional da Psicologia ou Psiquiatria, que seria de grande valia para os estudantes, buscando acompanhar e prevenir a instalação do TMM e ainda aqueles casos mais graves que tem feito parte da realidade dos acadêmicos de Medicina.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através dos estudos realizados e apresentados neste trabalho, foi possível responder à questão que norteou essa pesquisa, constatando que estudantes de faculdades privadas da região metropolitana de Belo Horizonte/MG apresentam transtornos devido ao curso de Medicina. Os estudantes, devido a longas cargas horárias de estudo, trabalhos, avaliações, cobranças e pressões durante o curso, apresentam, transtornos como: ansiedade, quadros depressivos e até mesmo ideação suicida.

As informações adquiridas na pesquisa comprovam a hipótese formulada na etapa de construção do projeto e os objetivos específicos foram satisfatoriamente respondidos a partir da metodologia adotada para a realização da mesma, proporcionando a compreensão de como o curso de Medicina afeta a vida dos universitários, o que é também confirmado pela literatura pesquisada sobre o assunto.

Por fim, é de extrema importância a oferta de apoio psicológico e psiquiátrico aos alunos do curso médico, objetivando proporcionar melhor condução às situações de sofrimento psíquico, além das ações que podem ser tomadas pelas instituições de ensino superior no intuito de promover adaptações no meio acadêmico para uma melhor condução a formação médica sem comprometer a saúde física e psicológica dos discentes. Para isso é fundamental que as IES tenham conhecimento dos problemas que o curso de Medicina pode causar aos estudantes, para assim, poderem elaborar programas de apoio aos discentes em conjunto com a Psicologia e/ou Psiquiatria, o que já é previsto em legislação do Ministério da Educação pelo Decreto nº 7234 de 19 jul. 2010 que dispõe sobre o Programa Nacional de Assistência Estudantil.

Esta pesquisa foi realizada durante o período de distanciamento social durante a pandemia da Covid-19, o que restringiu um acesso direto a um número maior de estudantes que pudessem fazer com que se aprofundasse no alcance dos objetivos propostos. Assim sugere-se que outras pesquisas sejam realizadas para aprofundar os estudos nesse campo, principalmente aqueles que dizem respeito à processos depressivos que levam à números preocupantes de casos de suicídio nesse meio acadêmico.

REFERÊNCIAS

AMARAL, Geraldo Francisco do et al. Sintomas depressivos em acadêmicos de medicina da Universidade Federal de Goiás: um estudo de prevalência. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul* [online]. 2008, v. 30, n. 2 [Acessado 25 Maio 2021], pp. 124-130. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0101-81082008000300008>>. Epub 06 Jan 2009.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais*. Porto Alegre: Editora; 2014.

ARAGÃO, Júlio, CASIRAGHI, Bruna, MOTA, Érica, ABRAHÃO, Mariana, ALMEIDA, Tiago, BAYLÃO, Ana, ARAÚJO, Pedro. Saúde Mental em Estudantes de Medicina. *Revista de estudios e investigación em psicología y educación* eISSN: 2386-7418, 2017, Vol. Extr., No. 14. Disponível em <https://revistas.udc.es/index.php/reipe/article/view/reipe.2017.0.14.2267/pdf>. Acesso em 11 de abr. 2021.

ARIÑO, Daniella Ornellas e BARDAGI, Marúcia Patta. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. *Rev. Psi. em Pesquisa. Juiz de Fora* | 12(3) | 44-52 | Setembro-Dezembro de 2018. Disponível em <https://periodicos.ufjf.br/index.php/psicologiaempesquisa/article/view/23791>. Acesso em 10 abril 2021.

AQUINO, Daniele Ramos de; CARDOSO, Rodrigo Alves; PINHO, Lucinéia de. Sintomas de depressão em universitários de medicina. *Bol. - Acad. Paul. Psicol., São Paulo*, v. 39, n. 96, p. 81-95, jun. 2019. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2019000100009&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 10 abr. 2021.

BARDIN, Laurence. *Análise de Conteúdo*. 1. ed. Lisboa: Edições 70, 1977.

BARTLETT, Lesley; VAVRUS, Frances. Estudos de Caso Comparado. *Educ. Real., Porto Alegre*, v. 42, n. 3, p. 899-920, July 2017. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-62362017000300899&lng=en&nrm=iso>. access on 03 May 2021.

COSTA, Deyvison Soares da et al. Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento. *Rev. bras. educ. med., Brasília*, v. 44, n. 1, e040, 2020. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022020000100223&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 05 Mai 2021

CYBULSKI, Cynthia Ajus; MANSANI, Fabiana Postiglione. Análise da Depressão, dos Fatores de Risco para Sintomas Depressivos e do Uso de Antidepressivos entre Acadêmicos do Curso de Medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa. *Rev. bras. educ. med., Rio de Janeiro*, v. 41, n. 1, p. 92-101, Jan. 2017. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022017000100092&lng=en&nrm=iso>. Acesso 06 maio 2021.

FERREIRA, Samuel, SANTOS, Tatiane, RIBEIRO, Patrícia, O suicídio em universitários de medicina. *Interdisciplinary Scientific Journal*. ISSN: 2358-8411 N° 5, volume 3, article nº 12, October/December 2016 D.O.I: <http://dx.doi.org/10.17115/2358-8411/v3n5a12>. Disponível em: <http://revista.srvroot.com/linkscienceplace/index.php/linkscienceplace/article/view/463>. Acesso em 11 abr. 2021.

LEÃO, Andrea Mendes et al . Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. *Rev. bras. educ. med.*, Brasília , v. 42, n. 4, p. 55-65, Dec. 2018. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022018000400055&lng=en&nrm=iso>. Acesso 14 abr.. 2021.

OPAS/OMS | Organização Pan-Americana da Saúde. Suicídio - Paho.org. 2016. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/topicos/suicidio>>. Acesso em: 29 May 2021.

RAMOS, Kelly *et al.* Revista Eletrônica Acervo Saúde / Electronic Journal Collection Health. Prevalência de suicídio e tentativa de suicídio no Brasil. Teresina, 2019. Acesso em 16 abr. 2021.

RIBEIRO, Nilva Maria et al . Análise da tendência temporal do suicídio e de sistemas de informações em saúde em relação às tentativas de suicídio. *Texto contexto - enferm.*, Florianópolis , v. 27, n. 2, e2110016, 2018 Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072018000200310&lng=en&nrm=iso>. Acesso 15 abr 2021.

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, June 2017 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022017000200194&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 05/ Mai 2021.

SANTOS, Emerson, BERTOLIN, Daniela, POMPEO, Daniele, ALVES, Isadora, ROQUE, Cleber, FUCUTA, Patrícia, ANDRÉ, Júlio. Scientific Electronic Library. Resiliência como fator de proteção aos transtornos mentais menores na equipe de enfermagem. 2020. Disponível em <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/1467/version/1565>. Acesso em 11 abr. 2021.

SCHONHOFEN, Frederico de Lima et al . Transtorno de ansiedade generalizada entre estudantes de cursos de pré-vestibular. *J. bras. psiquiatr.*, Rio de Janeiro , v. 69, n. 3, p. 179-186, July 2020 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852020000300179&lng=en&nrm=iso>. Acesso 10 abr. 2021.

SILVA, Carlos Emanuel Chaves da et al. Saúde Mental de Alunos de Medicina Submetidos à Aprendizagem Baseada em Problemas: Revisão Sistemática da Literatura. *Revista Brasileira de Educação Médica [online]*. 2020, v. 44, n. 04 [Acessado 25 Maio 2021] , e115. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.4-20200052>>. Acesso 21 Ago 2020.

SILVA, Raily Crisóstomo; PEREIRA, Alexandre de Araújo; MOURA, Eliane Perlatto. Qualidade de Vida e Transtornos Mentais Menores dos Estudantes de Medicina do Centro Universitário de Caratinga (UNEC) - Minas Gerais. *Rev. bras. educ. med.*, Brasília , v. 44, n. 2, e064, 2020 . Disponível em

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022020000200211&lng=en&nrm=iso>. Acesso 10 Abr. 2021

SOEIRO, Ana Cristina Vidigal et al . Abordagem do suicídio na educação médica: analisando o tema na perspectiva dos acadêmicos de medicina. Rev. bras. educ. med., Brasília , v. 45, n. 1, e030, 2021 . Disponível em:

<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022021000100216&lng=en&nrm=iso>. Acesso 11 abr. 2021.