



Artigo de Revisão

DOI: <http://dx.doi.org/10.5935/2447-8539.20170008>

## Nível de ansiedade em estudantes do Curso de Medicina.

### *Anxiety Level in Medical Students*

Lucivânia Marques Pacheco<sup>1\*</sup>, Brathener Paulo Moura Araujo<sup>1</sup>, Daniel Dantas<sup>1</sup>, Déborah Helena Kichese Silva Santos<sup>1</sup>, Guilherme Reis de Souza<sup>1</sup>, Hatús Flávio Fernandes e Souza<sup>1</sup>, Káliston de Moura Tôrres<sup>1</sup>, Márcio Antônio de Pádua Guimarães Neto<sup>1</sup>, Neide Alves Almeida Alvarenga<sup>1</sup>, Pabline Vanin Claudino<sup>1</sup>, Paula Fleury Jubé Leal<sup>1</sup>, Rayssa Carneiro Ferreira<sup>1</sup>, Renata da Silva Moraes<sup>1</sup>, Renatha Miranda Chaves Teles<sup>1</sup>, Ricardo Pedrosa Ribeiro<sup>1</sup>, Ricardo Resende Freitas<sup>1</sup>, Rodrigo Lima Nakao<sup>1</sup>, Sabrina Caixeta Andrade<sup>1</sup>, Victor Costa Monteiro<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Instituto Master de Ensino Presidente Antônio Carlos – IMEPAC. Araguari, MG.

\* Autor para correspondência (e-mail): [lucivania@imepac.edu.br](mailto:lucivania@imepac.edu.br)

### RESUMO

Estudos apontam que um percentual relevante de estudantes universitários (15 a 25%) possuem algum transtorno psiquiátrico, notadamente depressão e ansiedade. Entre os estudantes de Medicina esses percentuais sobem para 30 e 60%. A própria dinâmica do curso, com carga horária elevada e alta exigência de rendimentos, coopera para o surgimento de quadros de ansiedade e mesmo de depressão. Assim, o objetivo deste trabalho é analisar artigos indexados nas bases de dados e apresentar uma discussão acerca da ansiedade nos estudantes de Medicina, bem como das principais causas que a desencadeiam e as alternativas de tratamento. Os resultados encontrados apontam que os sintomas de ansiedade, na sua maioria, são subdiagnosticados o que impacta negativamente no rendimento escolar do discente, aumenta o risco de abandono do curso, podendo evoluir para uma depressão, e até suicídio. Além disso, os graus de ansiedade variam entre estudantes do sexo masculino e do sexo feminino, bem como de um semestre letivo para outro.

**Palavras-Chave:** Ansiedade. Depressão, estudantes de medicina.

### ABSTRACT

Studies show a relevant percental of college students (15-25%) have some psychiatric disorder, such as depression and anxiety. Among the medical students, this percental raises to 30-60%. The dynamics of the program itself, with high workloads and requirement of great income, cooperate to the emergence of anxiety and even depression. Therefore, this work's goal is to analyze indexed articles in the database and present a discussion about anxiety in medical students, such as major causes and treatment alternatives. The results found point that the anxiety symptoms, in its majority, are underdiagnosed, which negatively impacts the student's school performance, and increases the risk of dropping out. The symptoms can evolve to depression, or even suicide. Besides that, the degree of anxiety varies between the male and female students, as well as from one semester to the other.

**Key Words:** Anxiety, depression, medical students.

### Introdução

A ansiedade, embora seja ainda de conceituação difícil, é entendida como uma emoção normal da existência humana. Delimitá-la entre normal e patológica também, ainda é um desafio.

A projeção de futuro, muitas vezes negativo, leva a uma mudança do estado físico e psíquico. É a condição característica do indivíduo em estado ansioso. Nos cursos de

medicina, as características de estado ansioso são exacerbadas em comparação com outros cursos. Tal fato deve-se às exigências constantes de performances nos exames próprios do curso. Os exames de admissão, extremamente competitivos; a metodologia de ensino diferenciada em relação ao curso colegial; o curso de graduação longo que, posterga o contato com a profissão propriamente dita e que não raro ocasiona frustração ao aluno; o suceder dos plantões e a definição da especialidade evidenciam-se

como causas de estresse e ansiedade quando vinculados com preocupações futuras.

Além disso, somam-se situações de solidão nos casos em que o aluno reside sozinho e longe de casa, o período longo e o curso em tempo integral, a quantidade aumentada de informações curriculares, as atividades de lazer e relacionamentos sociais prejudicados e ainda a qualidade da relação professor-aluno potencialmente conflituosa.

Ademais, concluído o curso, o ex-aluno de graduação, agora médico, enfrentará um exame de concorrência cada vez mais competitivo queira ele ingressar em um programa de residência ou no mercado de trabalho.

Dessa forma, é relevante apresentar um estudo que possibilite aferir o nível de ansiedade em estudantes de medicina, por meio de Revisão Literária, discorrendo sobre estudos que convergem para o mesmo objeto da presente pesquisa.

A fim de atingir o objetivo proposto neste estudo foi empreendida uma busca de artigos acadêmicos produzidos nos últimos anos em bases de dados eletrônicas, e em referências bibliográficas de trabalhos acadêmicos. Por se tratar de uma revisão de cunho narrativa, foi feita uma análise qualitativa da literatura encontrada com intuito de ampliar os conhecimentos sobre a temática abordada. Foram usados como descritores: Ansiedade. Depressão, estudantes de medicina.

## Discussão

Sintomas de ansiedade e de depressão são comuns no decorrer de qualquer curso superior, porém esses sintomas acentuam-se quando se trata do curso de medicina. Essa graduação, por sua dinâmica extenuante, desencadeia, nos universitários, estresse, ansiedade e depressão, o que afeta drasticamente sua qualidade de vida.

É comprovado por estudos como os de Junior et.al (2015) que os sintomas de abatimento apresentam maior prevalência nos estudantes de medicina, quando comparados aos graduandos de outros cursos, visto que essa graduação possui carga horária excessiva, gera, pelo alto custo dessa escola superior, grande cobrança familiar e social, o que impede os estudantes de desfrutar de momentos de lazer.

O índice de ansiedade, na escola de Medicina, é maior em mulheres, em discentes do quinto ano e naqueles que têm filhos. Além disso, também foi observado pelos autores que estudantes com melhor rendimento escolar possuem alto risco de suicídio.

Esse quadro representa um alerta para as faculdades de medicina que ainda tratam esse tema de maneira tímida. É de suma importância o rastreamento da depressão em tais alunos, uma vez que os estudos revelam que mais de 60% desses acadêmicos são subtratados e/ou não buscam tratamento.

Junior et.al (2015) asseveram que grande parte dos graduandos com transtorno de ansiedade preferem lidar com a situação problema por conta própria em vez de buscar ajuda. Tal fato se deve ao medo que o estudante tem de se expor, gerado por uma insegurança de que isso poderia prejudicá-lo não só em sua vida acadêmica, mas também profissionalmente, pois dependendo do quadro desenvolvido – se a ansiedade evoluir para depressão – os reflexos

atingirão o profissional médico, interferindo significativamente no modo como atenderá seus pacientes, acarretando em uma despersonalização do profissional de saúde, fazendo com que se mostre mais distante e tendencioso a criar uma barreira entre si e o paciente, tornando-se menos empático e receptivo.

Vascelos et al. (2014) realizaram uma pesquisa com alunos de uma faculdade de Medicina de Pernambuco e constataram, por meio de um estudo de cunho observacional transversal, cuja análise de dados foi feita pela escala de Ehad que 34,3% dos estudantes entrevistados apresentavam sintomas falso-positivos para ansiedade e 19,3% para depressão e 19,7% apresentaram sintomas sugestivos de ansiedade e 5,6% manifestaram sintomas depressivos.

Corroborando os dados apresentados, o estudo de Bassols (2014), realizado em uma faculdade de Medicina de Porto Alegre, analisou por meio de uma abordagem transversal, o nível da ansiedade e depressão nos estudantes no início e final da vida acadêmica.

De acordo com esse estudo são várias as formas de estresse que acometem os estudantes de Medicina. Logo nos primeiros anos de curso, vivenciam situações de conflitos como contato com pacientes no leito de morte, pacientes depressivos, etc. o que gera um estresse maior para esses estudantes do primeiro ano do curso quando comparados aos do último ano. O estudo confirmou, também, a prevalência maior de ansiedade no sexo feminino, e constatou, também que, frequentemente, esse estresse está associado ao tabagismo.

Bassols (2014) afirma que a evitação/fuga é a principal maneira que os estudantes de Medicina usam para lidar com o estresse. A autora acredita ser impossível que a educação médica ocorra sem estresse, porém assevera que os programas de graduação médica devem ser avaliados de maneira crítica de forma a garantir que o estresse, nos discentes, se mantenha em um nível manejável.

É importante, segundo a autora, cuidar das relações aluno/aluno, aluno/professor e, mais ainda, da saúde mental de alunos que escolheram dedicar suas vidas a cuidar da vida de outrem.

À luz do que fora discutido fica evidente que o estresse, no curso de Medicina, existe e quando presente em pequenos níveis pode até estimular a produção acadêmica. Em excesso, o estresse e a ansiedade são prejudiciais.

Faz-se mister, como preconiza Bassols (2014), uma análise integral dos cursos de Medicina para que planos de prevenção da ansiedade e estratégias de apoio psicológico sejam implementados, permitindo a aprendizagem de forma completa, de maneira que esses futuros profissionais de saúde possam manter sua própria saúde íntegra.

## Considerações Finais

Bassols (2014), considera a necessidade de uma análise integral dos cursos de medicina, visando a implementação de planos de prevenção da ansiedade e estratégias de apoio psicológico.

Também consideramos tal necessidade, porém, acrescentamos a necessidade de trabalhar as grades curriculares, priorizando conteúdos essenciais, visando a preservação da saúde dos futuros médicos.

Muitas são as medidas possíveis de serem implementadas, objetivando a diminuição da sobrecarga curricular. Porém, aquela que apresenta potencial de maior eficácia, é o direcionamento do aluno de medicina para sua futura especialidade, em tempo abreviado em relação ao término do curso. Desta forma, seus estudos, serão, durante o período de formação, direcionados ao seu futuro exercício profissional.

Outra medida viável para diminuir o nível de ansiedade que acomete os estudantes de medicina, constitui-se no estabelecimento de grades curriculares personalizadas, para cada período do curso, porém em conformidade com

as grades obrigatórias determinadas pelo MEC, de forma a adaptar o curso às necessidades individuais de cada acadêmico. Neste modelo, o aluno será o gestor de seu próprio tempo.

Cada ser humano tem suas necessidades particulares, sonhos específicos e necessidade de desenvolver projetos de vida, enfim, sonhar com horizontes diferentes.

O aluno de medicina não é diferente. Os cursos de medicina, na estruturação atual, roubam todo o tempo disponível, e não raro ocasionam frustração pela renúncia forçada que provocam nos futuros médicos.

## Referências

AGUIAR, S.M et al. Prevalência de sintomas de estresse nos estudantes de medicina. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 58, n. 1, p. 34-8, 2009.

ALVES, T. C. de T. Depressão e ansiedade entre estudantes da área de saúde. **Revista Medicina** (São Paulo). 93(3):101-5. 2014.

BASSOLS, A.M.S. **Estresse, ansiedade, depressão, mecanismos de defesa e coping dos estudantes no início e no término do curso de medicina da Universidade federal do Rio Grande de Sul**. Tese de doutoramento (Psiquiatria). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2014.

JUNIOR, M. A. G. N. et al. Depressão em estudantes de medicina. **Revista Médica Minas Gerais**, 5(4): 562-567; 2015;.

VASCONCELOS, T. C. Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**. 135 39 (1) : 135-142; 2015.