

# OS IMPACTOS DA SAÚDE MENTAL NA FORMAÇÃO ACADÊMICA DOS ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Natércia de Ávila Pessoa Silva; Suellen Cardinali Castro

**Universidade Anhembi Morumbi**

Medicina, campus Mooca

professorneandder@gmail.com



## Introdução

A formação em medicina é uma jornada desafiadora, com muitas horas dedicadas aos estudos teóricos e práticos, exigência de elevado rendimento acadêmico e pressões emocionais decorrentes do contato direto com a dor e o sofrimento dos pacientes. Tal realidade acarreta em uma demanda excessiva, privação de sono e gera sobrecarga de trabalho exaustiva aos estudantes de medicina (Das et al., 2024). A grande prevalência de burnout entre estudantes de medicina é apontada em estudos, sendo ele definido como um distúrbio psicológico que apresenta taxas alarmantes de exaustão emocional, despersonalização e reduzida taxa de realização pessoal (Mata et al., 2015; Hancock et al. 2019). Em contrapartida, os índices de busca por ajuda por parte desses estudantes são baixos por conta do medo do julgamento e do impacto em sua carreira médica (Das et al., 2024). Os impactos negativos dos problemas de saúde mental entre os estudantes de medicina vão além do bem-estar individual e afetam a qualidade da assistência médica prestada. Esses problemas reforçam a necessidade de revisão dos currículos médicos e dos serviços de apoio atuais, além da necessidade de melhorar e inovar a educação para o autocuidado, situação que não contempla a maioria das escolas médicas (Wan et al, 2024).

## Objetivos

Este estudo teve como objetivo revisar a literatura atual acerca da saúde mental nos estudantes de medicina, abordando fatores de risco, consequências e discutindo estratégias de intervenção.

## Metodologia

Trata-se de uma revisão da literatura do tipo integrativa. O levantamento dos artigos foi realizado a partir de buscas eletrônicas na plataforma PUBMED, nas seguintes bases de dados: Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE). As buscas dos dados ocorreram até o dia 20 de novembro de 2024. Foi elaborada a seguinte estratégia de busca: (((("Students, Medical"[Mesh]) AND "Education, Medical"[Mesh]) AND "Depression"[Mesh]) AND "Burnout, Professional"[Mesh]) AND "Stress. Aplicou-se o filtro de artigos publicados nos últimos 10 anos, texto completo, idioma em inglês, português e, para avaliação dos artigos científicos levantados, foram estabelecidos critérios contemplando os seguintes aspectos: ano de publicação, tipo de estudo, objetivo, resultados e conclusão. Foram encontrados um total de 25 artigos, dos quais 9 foram excluídos pelo ano de publicação, 7 após a leitura e somente 9 artigos foram selecionados para o estudo.

## Resultados

Inicialmente, a carga excessiva de trabalho foi identificada como um dos principais fatores de risco para os problemas de saúde mental dos estudantes de medicina (Grow; McPhillips; Batra, 2019). No estudo de Keiner e colaboradores (2023), 21% dos estudantes de medicina e 24,7% afirmaram que na maior parte do tempo sentem-se solitários, o que contribui para o esgotamento profissional e emocional. . Combate ao estigma voltado à busca pelo cuidado da saúde mental por parte dos estudantes de medicina, aumentando os sentimentos de isolamento e desamparo entre os estudantes (Das et al., 2024). Entre as consequências dos problemas de saúde mental, o burnout se destaca. Farrel e colaboradores (2019), constataram que a taxa de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal é alta entre os estudantes de medicina, afetando a qualidade de vida, assim como a assistência médica prestada, pois aumenta o risco de erros e compromete o cuidado (Lapinski J et al., 2015, Grow et al. 2019).

Segundo Backer (2016), o desenvolvimento de habilidades de enfrentamento, como técnicas de gerenciamento de estresse e promoção do autocuidado, contribuem para a administração do estresse gerado pelas altas demandas dos estudantes. A diminuição da carga de trabalho excessiva, bem como a oferta de recursos e programas de apoio específicos para lidar com problemas de saúde mental são intervenções importantes e necessárias para manter o bem-estar mental dos estudantes (Das et al., 2024).

## Conclusões

Diante dessa revisão de literatura, constatou-se inúmeros fatores de risco presentes na vida do estudante de medicina, dentre eles cita-se a carga excessiva de trabalho, ausência de um ambiente de bem-estar e o estigma envolto na busca por ajuda ao perceberem os sinais de esgotamento. A partir desses fatores, desencadeia-se ansiedade, depressão, burnout, solidão, colocando em risco a saúde dos estudantes e a qualidade da assistência médica prestada. Portanto, são necessárias intervenções como o respeito, por parte das instituições de ensino, do regulamento das horas de atividades curriculares, bem como o incentivo a um ambiente de bem-estar. Além disso, é importante que as instituições e autoridades públicas trabalhem para findar o estigma envolto à busca por ajuda por parte dos estudantes de medicina.

## Bibliografia

- BAKER K, Sen S. Healing Medicine's Future: Prioritizing Physician Trainee Mental Health. *AMA J Ethics*. 2016 Jun 1;18(6):604-13. doi: 10.1001/journalofethics.2016.18.6.medu1-1606. PMID: 27322994; PMCID: PMC5503146.
- DAS S, Lepcha SM, Pundhir A, Amudhan S. Mental Illnesses and Stigma among Medical Undergraduates in India. *Ann Glob Health*. 2024 Oct 29;90(1):63. doi: 10.5334/aogh.4523. PMID: 39479479; PMCID: PMC11523854.
- FARRELL SM, Kadhum M, Lewis T, Singh G, Penzenstadler L, Molodynski A. Bem-estar e esgotamento entre estudantes de medicina na Inglaterra. *Int Rev Psychiatry*. 2019 Nov-Dec;31(7-8):579-583. doi: 10.1080/09540261.2019.1675960. Epub 2019 Nov 6. PMID: 31692396.
- GROW HM, McPhillips HA, Batra M. Understanding physician burnout. *Curr Probl Pediatr Adolesc Health Care*. 2019 Nov;49(11):100656. doi: 10.1016/j.cppeds.2019.100656. Epub 2019 Oct 23. PMID: 31668397.
- HANCOCK J, Mattick K. Tolerance of ambiguity and psychological well-being in medical training: A systematic review. *Med Educ*. 2020 Feb;54(2):125-137. doi: 10.1111/medu.14031. Epub 2019 Dec 22. PMID: 31867801; PMCID: PMC7003828.
- KEINER C, Nestsiarovich A, Celebi J, Zisook S. Loneliness Among Medical Students, Physician Trainees and Faculty Physicians. *Acad Psychiatry*. 2024 Aug;48(4):339-345. doi: 10.1007/s40596-023-01780-y. Epub 2023 Apr 10. PMID: 37038044; PMCID: PMC10088703.
- LAPINSKI J, Yost M, Sexton P, LaBaere RJ 2nd. Factors Modifying Burnout in Osteopathic Medical Students. *Acad Psychiatry*. 2016 Feb;40(1):55-62. doi: 10.1007/s40596-015-0375-0. Epub 2015 Jun 25. PMID: 26108394.
- 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.
- 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).

## Agradecimentos

Agradecemos ao nosso orientador Neandder pelos ensinamentos e pela oportunidade que nos foi concedida.