

# **OS IMPACTOS DA SAÚDE MENTAL NA FORMAÇÃO ACADÊMICA DE ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA ANÁLISE BIBLIOGRÁFICA**

Natércia de Ávila Pessoa Silva - Universidade Anhembi Morumbi  
[silvanatercia.22@gmail.com](mailto:silvanatercia.22@gmail.com); Suellen Cardinali Castro - Universidade Anhembi Morumbi [suellen.cardinali@yahoo.com.br](mailto:suellen.cardinali@yahoo.com.br); Neandder Andrade Correia (Dr) - Universidade Anhembi Morumbi [professorneandder@gmail.com](mailto:professorneandder@gmail.com)

## **RESUMO**

A formação em medicina é uma jornada desafiadora, exigindo elevado rendimento acadêmico, com pressões emocionais decorrentes do contato direto com a dor e o sofrimento dos pacientes. O risco do esgotamento profissional apresenta-se em toda a trajetória da vida médica, comprometendo habilidades fundamentais para o sucesso de sua formação e prejudicando sua capacidade de aprender continuamente. Diante disso, foi feita uma revisão integrativa da literatura, onde procuramos entender a saúde mental dos estudantes de medicina, abordando fatores de risco, consequências e discutindo estratégias de intervenção. Foi identificado fatores de risco presentes na vida do estudante de medicina, dentre eles 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. Esses fatores, são desencadeantes de ansiedade, depressão, burnout, solidão, colocando em risco a saúde dos estudantes e a qualidade da assistência médica prestada.

**PALAVRAS-CHAVES:** Estudantes de Medicina, Burnout, Estresse Psicológico

## **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). Embora o risco do esgotamento profissional esteja presente em toda a trajetória da vida médica, ele tende a surgir com mais frequência com o passar dos

anos no curso médico, comprometendo habilidades fundamentais para o sucesso de sua formação e prejudicando sua capacidade de aprender continuamente (Driesman et al., 2020; Elkins et al., 2017). Esse contexto pode gerar sentimentos de inadequação e autoexigência, aumentando os níveis de ansiedade, depressão, burnout e ideação suicida entre os estudantes (Elkins et al. 2017). 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. O distúrbio emocional está associado a taxas mais altas de erros médicos e a diminuição da capacidade de estabelecer relações terapêuticas com o paciente, comprometendo a segurança e eficácia do cuidado ao assistido (De Oliveira et al., 2019; Mata et al., 2015). 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). Diante desses desafios, torna-se imperativo implementar estratégias eficazes de intervenção para promover o bem-estar dos estudantes de medicina. Diante desse cenário, 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.

## MÉTODOS

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. A estratégia de busca foi realizada através do levantamento dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e do Medical Subject Headings (Mesh). Os descritores utilizados para localização dos estudos foram "Medical Students", "Medical

Education", "Depression", "Professional Burnout" e "Stress". Visando identificar os artigos pertinentes com a questão proposta, 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. Como critérios de exclusão, citam-se teses, dissertações, biografias, documentários, revisões e artigos que fogem dos objetivos do escopo de revisão. A seleção dos artigos encontrados foi realizada em duas etapas. Na primeira etapa, realizou-se a triagem dos artigos quanto ao ano de publicação, leitura dos títulos e resumos nas diferentes bases eletrônicas de dados, sendo excluídos aqueles que claramente não se enquadram a qualquer um dos critérios e elegibilidade deste estudo. Na segunda etapa, após a leitura dos títulos e resumos, todos os estudos que se enquadram nos critérios de inclusão e exclusão foram lidos na íntegra para seleção dos que fariam parte o escopo desta revisão. 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 E DISCUSSÃO**

Os resultados desta revisão sobre os impactos da saúde mental nos estudantes de medicina destacam a complexidade e a gravidade deste desafio, foram identificados aspectos relevantes. 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). Esse fenômeno é agravado pela necessidade de conciliar as exigências acadêmicas com atividades extracurriculares e compromissos pessoais, podendo levar a altos níveis de estresse, exaustão emocional e sentimento de solidão, afetando negativamente o bem-estar mental dos estudantes. 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. Apontou-se a falta de apoio institucional e social como uma preocupação, sobretudo em relação ao 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). É importante abordar os problemas de saúde mental entre os estudantes de medicina, bem como cessar o estigma que permeia a busca por ajuda relacionada à saúde mental.

## **CONCLUSÃO**

Dante 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 não só a saúde dos estudantes, mas também 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.

## REFERÊNCIAS

BAKER K, Sen S. Healing Medicine's Future: Prioritizing Physician Trainee Mental Health. *AMA J Ethics.* 2016 Jun;118(6):604-13. doi: 10.1001/journalofethics.2016.18.6.medu1-1606. PMID: 27322994; PMCID: PMC5503146. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27322994/>

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. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39479479/>

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](https://doi.org/10.1213/ANE.0b013e3182917da9)

DRIESMAN AS, Strauss EJ, Konda SR, Egol KA. Factors Associated With Orthopaedic Resident Burnout: A Pilot Study. *J Am Acad Orthop Surg.* 2020 Nov 1;28(21):900-906. doi: 10.5435/JAAOS-D-19-00648. PMID: 32039922. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32039922/>

ELKINS C, Plante KP, Germain LJ, Morley CP. Burnout and Depression in MS1 and MS3 Years: A Comparison of Cohorts at One Medical School. *Fam Med.* 2017 Jun;49(6):456-459. PMID: 28633172. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28633172/>

FARRELL SM, Kadhum M, Lewis T, Singh G, Penzenstadler L, Molodynki 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. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/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.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/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.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31867801/>

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. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37038044/>

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.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/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. DOI: [10.1001/jama.2015.15845](https://doi.org/10.1001/jama.2015.15845)

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>