

## **Análise da qualidade de vida em estudantes de medicina: revisão sistemática**

**Analysis of medical student's life quality: a systematic review**

**Análisis de la calidad de vida en estudiantes de medicina: revisión sistemática**

Recebido: 18/05/2022 | Revisado: 31/05/2022 | Aceito: 02/06/2022 | Publicado: 06/06/2022

### **Ana Mozer Vieira de Jesus**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3103-9584>  
Universidade Tiradentes, Brasil  
E-mail: [anamozerv@gmail.com](mailto:anamozerv@gmail.com)

### **Halley Ferraro Oliveira**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0123-7395>  
Faculdade de Medicina do ABC, Brasil  
E-mail: [halleyoliveira62@gmail.com](mailto:halleyoliveira62@gmail.com)

### **Maria Regina Domingues de Azevedo**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6484-2229>  
Faculdade de Medicina do ABC, Brasil  
E-mail: [mrdomingues@gmail.com](mailto:mrdomingues@gmail.com)

### **Ramilly Guimarães Andrade Santos**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8432-2805>  
Universidade Tiradentes, Brasil  
E-mail: [ramillyunit@gmail.com](mailto:ramillyunit@gmail.com)

### **Hortência Garcia Nogueira**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1043-5599>  
Universidade Tiradentes, Brasil  
E-mail: [hortenciagnogueira@gmail.com](mailto:hortenciagnogueira@gmail.com)

### **Resumo**

**Introdução:** A saúde mental e a qualidade de vida dos estudantes de medicina podem afetar de maneira direta e indiretamente o seu desempenho acadêmico, suas habilidades e até mesmo suas atitudes com pacientes. Estudos comprovam cada vez mais a importância do ambiente educacional como um dos determinantes da saúde mental e física. Esta revisão sistemática teve como finalidade avaliar inúmeros aspectos da qualidade de vida dos estudantes de medicina e as consequências do mesmo. **Métodos:** O cenário de estudo compreendeu as bases de dados: Nacional Library of Medicine (PUBMED), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Google Scholar, utilizando-se dos descritores STUDENTS, MEDICAL x QUALITY OF LIFE x ANXIETY x DEPRESSION. **Resultados:** Foram encontrados 5.492, 45 foram lidos na íntegra na última etapa e 16 estavam qualificados. **Conclusão:** A qualidade de vida dos estudantes de Medicina, quando avaliada percebe-se o desgaste no domínio psicológico durante o curso médico. Novos estudos, são necessários para identificar os fatores determinantes para essas alterações na qualidade de vida e como influenciam na formação de novos profissionais.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida; Estudantes de medicina; Ensino em Saúde; Ansiedade; Depressão.

### **Abstract**

**Introduction:** The mental health and life quality of medical students can directly and indirectly affect in their academic performance, skills and even their approach towards patients. Studies increasingly reveal the importance of the educational environment as one of the determinants factors of mental and physical health. This systematic review aimed to assess numerous aspects of medical students' life quality and its consequences. **Methods:** This study included the following databases: Nacional Library of Medicine (PUBMED), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Latin American and Caribbean Health Sciences Literature (LILACS) and Google Scholar, using the descriptors "STUDENTS, MEDICAL x QUALITY OF LIFE x ANXIETY x DEPRESSION" **Results:** Of the 5.492 studies found, 45 were read in full text, and 14 were qualified for the systematic review. **Conclusion:** When quality of life of medical students is assessed, it becomes evident that psychological wear is present during the medical graduation degree. New studies are needed to identify the determining factors for these changes in the quality of life and how they influence the academic education of new professionals.

**Keywords:** Quality of life; Students, medical; Health teaching; Anxiety; Depression.

### **Resumen**

**Introducción:** La salud mental y la calidad de vida de los estudiantes de medicina pueden afectar directa e indirectamente su rendimiento académico, sus habilidades e incluso sus actitudes hacia los pacientes. Los estudios demuestran cada vez más la importancia del entorno educativo como uno de los determinantes de la salud mental y física. Esta revisión

sistemática tuvo como objetivo evaluar numerosos aspectos de la calidad de vida de los estudiantes de medicina y sus consecuencias. Métodos: El escenario de estudio comprendió las siguientes bases de datos: Biblioteca Nacional de Medicina (PUBMED), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Latin Literatura Americana y del Caribe en Ciencias de la Salud (LILACS) y Google Scholar, utilizando los descriptores STUDENTS, MEDICALx QUALITY OF LIFExANXIETYxDEPRESSION. Resultados: se encontraron 5.492, 45 se leyeron completos en el último paso y 16 se calificaron. Conclusión: La calidad de vida de los estudiantes de medicina, cuando evaluada, muestra el desgaste en el dominio psicológico durante la carrera de medicina. Se necesitan nuevos estudios para identificar los factores determinantes de estos cambios en la calidad de vida y cómo influyen en la formación de nuevos profesionales.

**Palabras clave:** Calidad de vida; Estudiantes de medicina; Enseñanza en salud; Ansiedad; Depresión.

## 1. Introdução

O curso de Medicina é uma das áreas mais almeçadas e procuradas dentre os processos seletivos universitários, a dedicação é grande para aqueles com o desejo de seguir essa carreira tão concorrida, entretanto, precisa começar cedo, antes mesmo do início da faculdade. Ao bater de frente com inúmeras dificuldades, o estudante é afetado pela insegurança, cansaço físico e mental, ambos assegurados pela tristeza. No entanto, ainda assim, não pode se deixar abater. Além de todos os obstáculos, desafios e rotinas a serem transpassados, o futuro médico necessita aprender a se portar de modo a corresponder às demandas dos professores, dos colegas e da sociedade. Existe a exigência por um profissional totalmente comprometido, capaz de manter a calma e a sanidade em situações adversas, além de, muitas vezes, sacrificar a própria condição de vida com o objetivo de se dedicar à de outros.

O ensino e o tempo de estudos nas faculdades de medicina demanda do estudante um esforço e dedicação exclusiva em período integral, levando-se inúmeras vezes ao um envolvimento do bem-estar físico e social desses alunos. Esse compromisso é, como fator principal, a pressão para apreender grande quantidade de informação; a falta de tempo; a opção por não participação em atividades sociais; o confronto com as patologias dos doentes e, por vezes, a morte em seus plantões. Confirmação dessa dura realidade e em taxativo crivo dativo, ampara-se dentro dos estudos pontuais, substancialmente ao apontar a existência de um maior predomínio de sintomas e transtornos depressivos bem maior em estudantes de medicina em relação à população geral.

De forma geral, a faculdade de Medicina se caracteriza pela sobrecarga de estudos, hostilidade, carga horária exaustiva, a competitividade anterior e posterior à entrada no curso (referentes aos processos seletivos do vestibular e residência), o contato com doentes graves, com a morte e o sofrimento, entre outros. Tais fatores podem gerar em campo de resultado manifestação de quadros psicopatológicos, ansiedade, depressão e suicídio. Dessa maneira, não é incomum aos universitários, de maneira geral, demonstrarem ou desenvolverem algum transtorno mental ao longo do processo da sua formação, principalmente por estarem submetidos a diversos estressores.

Com base nesta revisão e tendo como objetivo analisar qualidade de vida dos estudantes de medicina e sua associação negativa com o estresse sofrido no decorrer do curso, foi realizada uma pesquisa em outros artigos científicos, cujos resultados são apresentados neste campo discursivo. Assim, pretende-se contribuir para refletir sobre como as exigências dos cursos de Medicina podem influenciar na cultura acadêmica e na qualidade de vida destes alunos, entendendo neste estudo como cultura acadêmica: a competição, o individualismo, a priorização desmesurada do tempo para o estudo em detrimento de espaços para atividades de lazer e repouso. Desta forma, apresenta uma vida e cultura acadêmica capaz de comprometer a qualidade de vida e contribuir de maneira negativa com a sua saúde mental.

Quanto à finalidade dos estudos, nota-se em sua essência e, de maneira geral, a busca de se investigar a prevalência de sintomas depressivos e ansiosos; apresentar dados relativos à associação de fatores estressores aos estudantes, bem como descrever tais fatores com base no entendimento da qualidade de vida dos estudantes.

## 2. Metodologia

O presente estudo trata-se de uma revisão sistemática, referente à produção científica sobre a "Análise da qualidade de vida em Estudantes de Medicina". Por se tratar de uma pesquisa de revisão sistemática, o cenário de estudo compreendeu as bases de dados: Google Scholar, *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e PubMed.

Classificado como um método específico em saúde, capaz concentrar em síntese de pesquisas científicas e de modo sistemático, baseado em um padrão, ao promover a caracterização e a divulgação do conhecimento produzido sobre determinado tema abordado. Este método, visa abordar lacunas do conhecimento que por vezes podem ser atestadas com a realização de novos estudos (Moreira et al. 2015).

Para a elaboração desta revisão, prosseguiu-se com o método sequencial de seis etapas, na concepção de manter padrões e rigor metodológicos, onde procedeu-se com: Identificação do tema e seleção da questão temática; coleta de dados pela busca na literatura nas bases de dados eletrônicas; utilização de critérios de inclusão e exclusão; elaboração de um instrumento de coleta de dados; Análise crítica da amostra e Interpretação dos dados e apresentação dos resultados (KUABARA et al. 2014).

A população e amostra foi composta por artigos encontrados após criterioso refinamento utilizando os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), sendo eles: "students, medical", "quality of life", "anxiety" and "depression", a coleta foi realizada durante o período de novembro 2021 até fevereiro de 2022. As bases de dados utilizados foram Google Scholar; SciELO; LILACS e PubMed, sendo encontrados na primeira um total de 5.492 artigos.

Os critérios de inclusão selecionados especificamente para segunda etapa, determinou-se trabalhos disponíveis nos bancos de dados online; em idioma português, inglês e espanhol; com acesso gratuito; indexados nas referidas bases de dados citadas em formato de artigo científico e publicados nos últimos 10 anos (2011-2021), com a temática retratada em estudo, restando 2.936. Na terceira etapa, realizou-se uma análise interpretativa e síntese dos artigos de modo a captar a essência do tema e a real ideia dos autores de forma a atingir o objetivo previsto, através do título; 2.425 foram excluídos e restou 511.

A partir dos resultados encontrados a quarta etapa se deu através da busca dos autores; área de atuação; metodologia; objetivo de estudo; amostra; resultados e conclusões; 466 foram excluídos. Em uma última etapa foram apresentados os resultados através de uma análise de 45 artigos na íntegra e 16 estavam qualificados. A caracterização do adoecimento é o foco da maior parte dos artigos estudados, ao descrever quadros e índices de risco de transtornos associados, os principais questionários utilizados nos estudos quantitativos foram SRQ 20, Whoqol-bref e BDI.

### 3. Resultados e Discussão

**Tabela 1.** Distribuição dos estudos segundo ano de publicação, base de dados, método abordado e número de autores. (Aracaju, 2022).

Ano de Publicação	N	
2012	1	
2015	1	
2016	2	
2017	2	
2018	1	
2019	2	
2020	4	
2021	3	
Base de Dados		%
Google Scholar	0	0%
SciELO	6	37,5%
LILACS	5	31,25%
PubMed	5	31,25%
Método abordado		
Qualitativo	9	
Quantitativo	7	
Outros		
N de Autores		
1	1	0
2	4	
3	1	0
Mais de 3	10	

Fonte: Base de Dados (2022).

Após criterioso refinamento e contemplando os critérios de inclusão delineados, chegou-se a 16 artigos, dos quais como expõem a Tabela 1, verificou-se maiores números de publicações no período de 2020 e 2021, com 4 e 3 artigos, as bases de dados mais utilizadas para publicação foram SciELO, LILACS e PubMed.

Ao que se diz respeito aos principais aspectos metodológicos das pesquisas analisadas, observou-se através da Tabela 2:

**Tabela 2.** Classificação dos aspectos metodológicos subdividindo sujeitos da pesquisa e local da pesquisa. (Aracaju, 2022)

Sujeitos da Pesquisa		%
Estudantes de Medicina	16	100
Local da Pesquisa		
Hospitais e Faculdades	16	100

Fonte: Base de Dados (2022).

**Tabela 3-** Estudos avaliativos sobre a qualidade de vida dos estudantes de medicina. (Aracaju, 2022)

AUTORES	ANO	OBJETIVO	RESULTADOS
Olmo et.al.	2012	Comparar a percepção sobre a qualidade de vida individual/pessoal dos estudantes de medicina do primeiro e sextos anos.	Quanto ao domínio físico e meio ambiente, não houve diferença significativa entre o primeiro e o sexto anos, mas quanto ao psicológico e relações sociais, há diferença significativa ( $P < 0,05$ ).
Medeiros et. al.	2015	Avaliar globalmente a saúde mental dos acadêmicos ingressantes no curso médico, com ênfase em qualidade de vida, Transtornos Mentais Comuns, sintomas depressivos, nível de sonolência diurna e Burnout, segundo o sexo.	Foi possível encontrar parcelas significativas do grupo observado níveis patológicos de sonolência diurna, sintomas de estresse (TMC), sintomas depressivos de graus variados, exaustão emocional e despersonalização.
Tenório et.al.	2016	Avaliar a saúde mental dos estudantes, estratégias defensivas, fontes de estresse e alívio associadas a diferentes processos educacionais	Responderam ao questionário 38 alunos da escola tradicional e 40 da ABP. Revelaram motivações, fontes de estresse e de alívio semelhantes entre os alunos, porém o sofrimento psíquico menor nos alunos da ABP. Esses referiram maior aproximação de seus professores e pactuação das tarefas.
Vilchez-Cornejo et. al	2016	Como a perda de sono é um dos problemas mais marcantes da sociedade moderna, especialmente em estudantes de medicina.	Alta frequência de maus dormidores em estudantes de medicina. A má qualidade do sono foi associada à ansiedade, depressão e estresse em estudantes do segundo e terceiro ano, respectivamente.
Corrêa et. al.	2017	Avaliar a percepção subjetiva de qualidade de sono em estudantes de medicina, comparando as diferentes fases do curso.	Qualidade de sono ruim ou muito ruim, demoram mais de 30 min para conseguir dormir, fazer uso de medicamentos para dormir, dormem de 6-7h por noite e outros relataram ter eficiência do sono adequada, não indicavam ter distúrbios do sono. Os alunos do ciclo básico apresentaram uma pior percepção da qualidade subjetiva do sono e de disfunção diurna comparado aos outros alunos.
Yorks et.al.	2017	Investigar a relação entre exercício físico e estresse e qualidade de vida (QV) em uma população de estudantes de medicina.	A participação em aulas regulares de condicionamento físico em grupo levou a uma diminuição estatisticamente significativa no estresse percebido e a um aumento na QV física, mental e emocional em comparação com o exercício regular por conta própria ou não se envolver em exercícios regulares.
Boni et.al.	2018	Avaliar a prevalência e os possíveis fatores associados ao desenvolvimento de burnout entre estudantes de medicina nos primeiros anos de graduação.	265 alunos responderam ao questionário. 187 apresentaram altos níveis de exaustão emocional, 140 alto cinismo e 129 tiveram baixa eficácia acadêmica. O critério bidimensional indicou que 119 alunos experimentaram burnout. Com base no critério tridimensional, 70 alunos apresentaram burnout. O ano com maior número para ambos os critérios foi o primeiro ano.
Meyer et. al.	2019	Analisar o perfil de qualidade de vida de formandos do curso de Medicina e a sua associação com a dificuldade em conciliar o internato e os estudos.	Os scores de qualidade de vida geral (63,52) e domínios Psicológico (73,17) e físico (73,19) foram os indicadores de qualidade de vida. Os domínios Físico ( $p=0,004$ ), Psicológico ( $p=0,008$ ) e Meio ambiente ( $p=0,026$ ) apresentaram poder preditivo de 15,8% da qualidade de vida geral. Além disso, os estudantes que possuíam dificuldades em conciliar o internato com o estudo tiveram menor qualidade de vida geral ( $p=0,026$ ) e física ( $p=0,010$ ).
Bermudez et. al	2019	Testou o impacto deste Protocolo Unificado para Tratamento Transdiagnóstico de Transtornos Emocionais (UP), nos sintomas psiquiátricos e na qualidade de vida de estudantes de medicina brasileiros.	Noventa dias após a intervenção, houve reduções significativas no número dos alunos apresentando os critérios de transtorno de ansiedade social ( $p = 0,013$ ) ou transtorno de pânico ( $p = 0,001$ ). Também houve melhorias significativas nos sintomas depressivos (Inventário de Depressão de Beck, $p < 0,001$ ) e na qualidade de vida (Questionário de Prazer e Satisfação da Qualidade de Vida, $p < 0,001$ ).

Aziz et.al	2020	Determinar a qualidade de vida dos estudantes de uma faculdade de medicina particular em Karachi, no Paquistão.	A educação médica influencia negativamente a qualidade de vida (QV) dos alunos. As relações sociais e o domínio ambiental foram satisfatórios em institutos médicos privados, enquanto o progresso físico e psicológico foi baixo devido à carga acadêmica. Para apresentar melhora do quadro é necessário atividades físicas, como aulas de condicionamento físico, ioga ou outras atividades extracurriculares.
Costa et.al	2020	Estimar a prevalência de sintomas de estresse, depressão e ansiedade dos estudantes de Medicina.	Dos entrevistados, 66,3% tinham estresse, com predominância de sintomas psicológicos (42,3%). Em relação à sintomatologia depressiva, 28% dos estudantes apresentavam sintomas. Ao se referir à sintomatologia ansiosa, 66,3% dos estudantes apresentavam sinais de ansiedade em seu grau mínimo; 33,7%, sinais de ansiedade leve, moderada ou severa e 1%, sinais de ansiedade severa.
Alfayez et. al	2020	Investigar a associação entre estigma percebido e sofrimento psíquico, estimar a prevalência de cada nível de sofrimento entre estudantes de medicina e determinar os fatores de risco significativos	Verificou-se que os estudantes de medicina, em particular, experimentam grandes níveis de estresse durante seus anos letivos. Esse sofrimento pode influenciar sua concentração, aprendizado e capacidade de memorizar bem as informações, posteriormente pode afetar seu desempenho educacional e carreiras posteriores.
Rodriguez et. al	2020	Identificar a prevalência da Síndrome de Burnout (SB), os fatores de risco para o desenvolvimento e os sintomas associados a ela em estudantes de Medicina, e estabelecer um perfil de discentes com maior risco de apresentar o diagnóstico.	Os fatores sociodemográficos associados ao risco de desenvolvimento de SB foram: idade, com quem reside, possuir filhos e realizar trabalho remunerado. Já o fator preditor com maior relevância estatística foi o autogerenciamento de tarefas propostas pela faculdade.
Sacramento et.al.	2021	Estimar a prevalência e os fatores associados a sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de Medicina de uma capital do Nordeste brasileiro	Quanto à prevalência de sintomas, constatou-se o seguinte: 30,8% para ansiedade e 36,0% para depressão. A RP bruta e ajustada para sintomas de ansiedade teve associação estatisticamente significativa para sexo, idade e orientação sexual. As análises de correlação entre os semestres do curso e a presença de sintomas de ansiedade e depressão indicaram fraco coeficiente de determinação.
Brito et.al	2021	Avaliar o impacto da maternidade/paternidade no rendimento acadêmico de estudantes de Medicina, e analisar as principais percepções, motivações e desafios deles durante a formação médica	Ao serem questionados quanto ao rendimento acadêmico, expressaram limitação na compatibilidade dos afazeres e responsabilidades pessoais e profissionais (42%), outros relataram o comprometimento no rendimento no curso de Medicina (53%). Apontando para um rendimento acadêmico de mães e pais similar aos de estudantes sem filhos.
Tovani et.al	2021	Realizar um estudo epidemiológico descritivo do perfil de consumo de drogas por acadêmicos da área da saúde, bem como analisar o significado subjetivo do uso de drogas para os universitários.	Percebeu-se o uso de drogas como meio de fuga em relação ao sofrimento psíquico, bem como forma de maximização do prazer. Para os universitários, o uso se deve também pelo desejo de melhora no desempenho acadêmico

Fonte: Base de Dados (2022).

Segundo os estudos de Meyer et.al, 2019, os piores indicadores de qualidade de vida foram os domínios psicológico, físico e a qualidade de vida de maneira geral. Uma parcela da amostra relatou percepção neutra ou negativa de sua qualidade de vida, outros relataram dificuldade em conciliar o internato e os estudos, demonstrando percepção mais negativa no domínio físico e na qualidade de vida geral. Já Olmo et.al, 2012, realizou um estudo do primeiro e sexto ano e como resultado, notou-se diferenças estatisticamente significantes, no domínio psicológico e nas relações sociais, são em razão do entusiasmo dos estudantes do primeiro ano e não mais presente nos estudantes do sexto ano.

Nos estudos de Costa et.al., 2020, foi encontrado a prevalência de estresse em 60,9% dos estudantes de Medicina. Através da busca em diversas faculdades nos estados de Tocantins e Paraíba, com predomínio de 52 e 78,98%, respectivamente, sendo maior em faculdades privadas. Desta forma, confirmou-se a notoriedade e a debilitação da saúde mental nos mesmos.

Nas investigações de Sacramento et.al, 2021, referiu alguns aspectos como influenciadores na veracidade das respostas dos estudantes. Por tratar-se de um estudo de prevalência, esta investigação não possibilita conclusões sobre causalidade, já os resultados representam um panorama da magnitude dos sintomas de ansiedade e depressão e sua associação com fatores demográficos, sociais, econômicos e comportamentais. Estudos de acompanhamento adicionais são necessários para elucidar o curso da ansiedade e depressão nesse grupo populacional. Entretanto, Medeiros et.al, 2015, comprovou uma prevalência de sintomas de estresse, depressivos, de sonolência diurna e esgotamento profissional em estudantes ingressantes no curso médico

é significativa. Houve diferença no componente mental da qualidade de vida e na presença de Transtornos Mentais Comuns em relação ao sexo, sendo as mulheres mais prevalentes.

Evidenciou-se nos estudos de Tenório et.al, 2016, o sofrimento psíquico e tensão emocional importante nos cursos de Medicina - tradicional e aprendizado baseado em problemas (ABP), com fatores associados semelhantes aos de estudos da literatura sobre o tema. Sintomas psíquicos foram identificados nos dois grupos e relacionados pelos estudantes à formação médica. Os estudantes demonstraram insatisfação com as estratégias de ensino e relataram como principal fator estressor a falta de tempo para o lazer, sendo mencionado pelos alunos do método ABP a insegurança com o método pedagógico, e os do método tradicional, o conflito com professores.

Bermudez et.al., 2020, aplicou o Protocolo Unificado (UP) e notou a melhora da ansiedade, sintomas depressivos, transtorno de pânico, ansiedade social em estudantes de medicina. O formato de grupo de sessão única é realizado através de um único workshop e-mail semanal para ser acessível a um maior número de alunos, e lembrar dos exercícios práticos. Através dos scores foi observado a redução dos sintomas, principalmente naqueles leves. E apresentou como principal intenção da busca a prevenção desses transtornos. Concluindo-se a necessidade no futuro de estudos para ter uma confirmação desses achados.

Tovani et.al., 2021, destacou em sua pesquisa que alguns dados revelaram um alto consumo de psicotrópicos entre universitários da saúde, condição atrelada a sofrimento psíquico e revela uma demanda por aporte e auxílio em termos de dependência a substâncias. É importante realizar novas pesquisas a respeito do tema, para efetivar políticas públicas possam ser implementadas. Ainda, Siebra et.al., demonstrou um índice aumentado na ingestão do álcool, entre todas as drogas utilizadas, seguido de medicamentos ansiolíticos, sedativos, hipnóticos, *Cannabis* e tabaco. E os principais motivos apontados são a carga horária extenuante e a privação do lazer. A preocupação está principalmente sobre as consequências do consumo abusivo, pois predispõe a acidentes, comportamentos de risco, distúrbios do sono e até mesmo dependência física e psicológica.

Em seus estudos, Corrêa et.al, 2017, e Cornejo et. al,2016, referiram e concluíram uma má qualidade do sono elevada para todos os anos do curso de graduação de medicina e se tornou também um predisponente importante. Em relação à comparação das fases do curso, os alunos dos anos iniciais (grupo CB) relataram pior qualidade do sono e maior disfunção diurna. Sendo apresentado como principal fator a demanda exaustiva acadêmica para problemas de saúde mental e altos níveis de estresse.

Conforme os estudos Brito et.al, 2021, constatou-se que os estudantes de Medicina com filhos, apesar de relatarem limitação na capacidade de associar satisfatoriamente os afazeres e as responsabilidades pessoais e acadêmicas, sentem-se orgulhosos por exercerem essa dupla função. Além disso, eles apresentam rendimento acadêmico semelhante ao de estudantes sem filhos, apesar de acreditarem em um comprometimento em seu rendimento acadêmico devido às obrigações da maternidade/paternidade.

Yorks et.al., 2017, afirma uma correlação entre o exercício como escape para saúde mental, apresenta influência positiva como um todo, desde a mudança emocional (depressão, ansiedade, outros) até na melhora da capacidade de enfrentar o estresse diário e elevar o humor. Mas também, foi verificado um grande número de estudantes sedentários, os principais motivos para isso são as aulas e os estudos de forma intensa, limitando as horas diárias.

Uma das alterações mais preocupantes para o futuro e a qualidade de vida dos estudantes foi apontada por Boni et.al., 2018, e Calcides et.a., 2019, ambos demonstraram a alta prevalência da Síndrome de Burnout em escolas particulares de metodologia ativa - cuja taxa é maior quando comparada a outros métodos-, e através do estudo tentou-se buscar os fatores para o desenvolvimento ou agravamento. As principais causas citadas são rotina de baixo repouso, dificuldades organizacionais e privação de sono. O burnout se manifesta preferencialmente por meio da exaustão emocional, despersonalização e logo em seguida começa a resistir às demandas do trabalho, resultando em sentimentos de angústia e baixa produtividade. Rodriguez et. al, 2020, também compactua com as manifestações supracitadas e correlaciona alguns sintomas autorreferidos pelos alunos que



apresentam, entre eles: perda do desejo sexual, disfunção sexual, pequenas infecções, cefaleia e dores nos ombros ou na nuca, presentes principalmente nas mulheres.

Apesar de ter sido reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e incluída na Classificação Internacional de Doenças (CID) apenas no início de 2022, já é possível deparar um alto índice de estudantes com critérios inclusivos na síndrome, tornando-se preocupante e necessário estudos explicativos sobre o tema, pois antes sua presença era reclusa a profissionais ativos. Os resultados precisam ser levados em consideração devido ao fato do ensino da Medicina seguir diferentes padrões em cada país ou até mesmo em diferentes regiões de um só país, como no caso do Brasil.

#### **4. Conclusão**

Em relação a conclusão das pesquisas analisadas, observou-se uma predominância maior de depressão em estudantes de Medicina sob laço comparativo a população geral, medida essa de compreensão devido à vivência e proximidade dessa população com a morte, adoecimento e situações de crise, bem como o envolvimento dos estudantes com a responsabilidade diante da vida. Os estudos também apontaram um sentido alarmante e de merecimento de destaque, o estudante de medicina está sujeito a uma vulnerabilidade maior e significativa devido aos fatores e características próprias e específicas do curso, alertando para o comprometimento de sua qualidade de vida e saúde.

O presente trabalho reforçou a preocupação existente na comunidade acadêmica acerca da maior incidência de sintomas depressivos, ansiosos, de estresse, burnout e da má qualidade de vida em estudantes de Medicina. Além disso, indicou fatores potenciais, capazes de alargar ainda mais a vulnerabilidade dos alunos. No entanto, esses sintomas, quando percebidos, podem ser manejados por meio de apoio e intervenções contributivas aos discentes no lidar com os desafios da formação, tais como: projetos terapêuticos únicos, atividades físicas, sono qualificado, troca de experiências e preparação do projeto pedagógico - acadêmico entre professores, alunos e a própria instituição.

Outrossim, em linhas claras o tema qualidade de vida, fundamentalmente no grupo dos estudantes de Medicina, ganha linhas largas de relevância e destaque. Não é mais aceitável o mero descuido da faculdade médica em não usá-la como uma variável a ser levada em tamanha consideração, pontualmente quando deve e se tem uma proposta de um currículo adequado e flexível no bojo de toda formação acadêmica. Os artigos incluídos nesta revisão sistêmica apresentam uma ponte firme diante da qualidade de vida, firmada por influenciar e manter ligação direta no comportamento pessoal e profissional do estudante.

Ter o conhecimento acerca da qualidade de vida do estudante de Medicina possibilita entender as frustrações deste tecido social, suas angústias e percepções do mundo. Tal bagagem será carregada pelo indivíduo por toda a vida, refletindo-se em sua prática médica e como consequência, nas ações de saúde experimentadas pela sociedade e os reflexos “sentidos” diariamente na relação paciente-médico.

Nesse trilhar, o presente trabalho questionou qual tem sido o perfil dos estudantes de Medicina e a necessidade urgente de estudos mais aprofundados sobre esses adoecimentos psíquicos e seus atenuantes. O avanço do entendimento sobre a questão pode estimular e possibilitar propostas de melhorias para os currículos médicos, ao formar profissionais capazes de entender e agir tomando por base as diferentes dificuldades vivenciadas no decorrer dos estudos e o sentido esperançoso da verdadeira e salubre formação profissional ética - humana.

Em arremate, esse campo de pesquisa ganha esfera singular para as próximas dissertações, espaços de discussões e luz científica, ambos amparados como fonte de segurança para uma verdadeira qualidade de vida ao estudante de medicina – esse é o fruto -. O número alarmante atual de transtornos mentais e o possível aumento entre os acadêmicos, nos faz querer buscar nas futuras pesquisas medidas efetivas para melhorar a qualidade de vida e, outros fatores que interferem e desencadeiam esse quadro.



## Referências

- Alfayez, D. I., & AlShehri, N. A. (2020). Perceived stigma towards psychological illness in relation to psychological distress among medical students in Riyadh, Saudi Arabia. *Academic Psychiatry*, 44(5), 538-544.
- Aziz, Y., Khan, A. Y., Shahid, I., & Khan, M. A. (2020). Quality of life of students of a private medical college. *Pakistan journal of medical sciences*, 36(2), 255.
- Bermudez, M. B., Costanzi, M., Macedo, M. J. A., Tatton-Ramos, T., Xavier, A., Ferrão, Y. A., & Dreher, C. B. (2019). Improved quality of life and reduced depressive symptoms in medical students after a single-session intervention. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42, 145-152.
- Boni, R. A. D. S., Paiva, C. E., De Oliveira, M. A., Lucchetti, G., Fregnani, J. H. T. G., & Paiva, B. S. R. (2018). Burnout among medical students during the first years of undergraduate school: Prevalence and associated factors. *PLoS one*, 13(3), e0191746.
- Brito, Q. H. F., Avena, K. D. M., Portilho, E. M. L., Pereira, M. A., & Quintanilha, L. F. (2021). Maternidade, paternidade e vida acadêmica: impactos e percepções de mães e pais estudantes de medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 45.
- Calcides, D. A. P., Didou, R. D. N., Melo, E. V. D., & Oliva-Costa, E. F. D. (2019). Burnout Syndrome in medical internship students and its prevention with Balint Group. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 65, 1362-1367.
- Costa, D. S. D., Medeiros, N. D. S. B., Cordeiro, R. A., Frutuoso, E. D. S., Lopes, J. M., & Moreira, S. D. N. T. (2020). Sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes de Medicina e estratégias institucionais de enfrentamento. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 44.
- Kuabara, C. T. D. M., Sales, P. R. D. S., Marin, M. J. S., & Tonhom, S. F. D. R. (2014). Integração ensino e serviços de saúde: uma revisão integrativa da literatura. *Revista Mineira de Enfermagem*, 18(1), 195-207.
- Medeiros, M. R. B., Camargo, J. F., Barbosa, L. A. R., & Caldeira, A. P. (2018). Saúde mental de ingressantes no curso médico: uma abordagem segundo o sexo. *Revista brasileira de educação médica*, 42, 214-221.
- Meyer, C., Barbosa, D. G., Andrade, R. D., Junior, G. J. F., Neto, M. G. F., Guimarães, A. C., & Felden, É. P. G. (2019). Qualidade de vida de estudantes de medicina e a dificuldade de conciliação do internato com os estudos. *ABCS Health Sciences*, 44(2).
- Moreira, L. M., & Marandino, M. (2015). Teatro de temática científica: conceituação, conflitos, papel pedagógico e contexto brasileiro. *Ciência & Educação (Bauru)*, 21, 511-523.
- Olmo, N. R. S., Ferreira, L. F., Prado, A. D., Martins, L. C., & Dedivitis, R. A. (2012). Percepção dos estudantes de medicina do primeiro e sexto anos quanto à qualidade de vida. *Diagn tratamento*, 17(4), 157-61.
- Prodanov, C. C., & De Freitas, E. C. (2013). *Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico-2ª Edição*. Editora Feevale.
- Rodrigues, C. S., Deus, M. L. A. D., Andrade, F. T. D., Rezende, G. B., Mariano, L. D. Á., & Sé, A. B. (2020). Evaluation of Burnout Syndrome Prevalence in Medical Students. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 44.
- Sacramento, B. O., Anjos, T. L. D., Barbosa, A. G. L., Tavares, C. F., & Dias, J. P. (2021). Symptoms of anxiety and depression among medical students: study of prevalence and associated factors. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 45.
- Siebra, S. M. D. S., Queiroz, T. D. R. D., Lucena, E. E. D. S., Maia, A. M. L. R., Nogueira Junior, U. C. L., & Lima, Á. M. P. (2021). Prevalence of consumption of psychoactive substances among medicine students in the interior of Northeastern Brazil. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 45.
- Vilchez-Cornejo, J., Quiñones-Laveriano, D., Failoc-Rojas, V., Acevedo-Villar, T., Larico-Calla, G., Mucching-Toscano, S., & Díaz-Vélez, C. (2016). Salud mental y calidad de sueño en estudiantes de ocho facultades de medicina humana del Perú. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 54(4), 272-281.
- Tenório, L. P., Argolo, V. A., Sá, H. P. D., Melo, E. V. D., & Costa, E. F. D. O. (2016). Saúde mental de estudantes de escolas médicas com diferentes modelos de ensino. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 40, 574-582.
- Tovani, J. B. E., Santi, L. J., & Trindade, E. V. (2021). Uso de psicotrópicos por acadêmicos da área da saúde: uma análise comparativa e qualitativa. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 45.
- Yorks, D. M., Frothingham, C. A., & Schuenke, M. D. (2017). Effects of group fitness classes on stress and quality of life of medical students. *Journal of Osteopathic Medicine*, 117(11), e17-e25.