

Sintomas depressivos e ansiosos em estudantes de medicina e seus fatores associados

Depressive and anxiety symptoms in medical students and their associated factors

Síntomas depresivos y ansiosos en estudiantes de medicina y sus factores asociados

Recebido: 21/10/2022 | Revisado: 30/10/2022 | Aceitado: 31/10/2022 | Publicado: 06/11/2022

Marina Ferreira Magalhães

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7369-0669>

Universidade Tiradentes, Brasil

E-mail: marina.magalhaes@souunit.com.br

Juliana Leal Freitas Maia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1751-4572>

Universidade Tiradentes, Brasil

E-mail: juliana.maia@souunit.com.br

Resumo

O presente estudo é uma pesquisa bibliográfica com o objetivo de analisar a incidência de sintomas ansiosos e depressivos em estudantes de medicina e os fatores associados ao seu desenvolvimento, por meio da revisão de 20 artigos científicos disponíveis na base de dados bireme e scielo, utilizando os descritores “depression”, “anxiety” e “medical students”, publicados no período de janeiro de 2012 a junho de 2022. A análise realizada com base na literatura estudada mostrou uma maior incidência de sintomas depressivos e ansiosos entre estudantes de medicina, em comparativo com ao público em geral. Diversos foram os fatores de risco associados a essa prevalência, como sexo feminino, distanciamento parental, distância entre moradia e instituição de ensino, menor disponibilidade para lazer e horas de sono, abuso de substâncias lícitas e ilícitas, autocobrança e insatisfação quanto ao curso. Portanto, faz-se necessária a promoção de políticas de incentivo ao cuidado com a saúde mental dos estudantes, com fomento à busca de ajuda profissional e o alerta referente aos sintomas que envolvem o estar ou não com Depressão ou Ansiedade, visando à prevenção e acompanhamento adequados.

Palavras-chave: Depressão; Ansiedade; Estudantes de medicina.

Abstract

The present study is a bibliographic research with the objective of analyzing the incidence of anxious and depressive symptoms in medical students and the factors associated with their development, through the review of 20 scientific articles available in the bireme and scielo databases, using the descriptors “depression”, “anxiety” and “medical students”, published from January 2012 to June 2022. The analysis performed based on the studied literature showed a higher incidence of depressive and anxious symptoms among medical students, compared to with the general public. There were several risk factors associated with this prevalence, such as female gender, parental distance, distance between home and educational institution, less availability for leisure and hours of sleep, abuse of licit and illicit substances, self-demand and dissatisfaction with the course. Therefore, it is necessary to promote policies to encourage the care of students' mental health, encouraging the search for professional help and the alert regarding the symptoms that involve being or not having Depression or Anxiety, aiming at prevention and monitoring.

Keywords: Depression; Anxiety; Medical students.

Resumen

El presente estudio es una investigación bibliográfica con el objetivo de analizar la incidencia de síntomas depresivos y ansiosos en estudiantes de medicina y los factores asociados a su desarrollo, a través de la revisión de 20 artículos científicos disponibles en las bases de datos bireme y scielo, utilizando los descriptores “depresión”, “ansiedad” y “estudiantes de medicina”, publicados de enero de 2012 a junio de 2022. El análisis realizado con base en la literatura estudiada mostró una mayor prevalencia de síntomas depresivos y ansiosos entre los estudiantes de medicina, en comparación con la población general. Varios factores se asociaron con esa prevalencia, como el sexo femenino, la distancia de los padres, la distancia entre el hogar y la institución educativa, menor disponibilidad para el ocio y horas de sueño, abuso de sustancias lícitas e ilícitas, autoexigencia e insatisfacción con el curso. Por lo tanto, es necesario promover políticas para incentivar el cuidado de la salud mental de los estudiantes, incentivando la búsqueda de ayuda profesional y la alerta sobre los síntomas que implican tener o no Depresión o Ansiedad, visando una adecuada prevención y seguimiento.

Palabras clave: Depresión; Ansiedad; Estudiantes de medicina.

1. Introdução

Transtornos psicológicos, como a depressão e a ansiedade, são questões de saúde pública mundial, pois podem causar incapacidade aos indivíduos e levar à um aumento no risco de suicídio, ou seja, morte (Ribeiro et al. 2020). Segundo a OMS, o índice de depressão nos brasileiros, em geral, é de 5,8%, além de que a depressão é mundialmente mais prevalente em mulheres (5,1%) do que em homens (3,6%). Ademais, diversas vezes estas patologias associam-se ao consumo de substâncias lícitas e ilícitas (Neres et al. 2021).

O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5 (2014), alega que o transtorno depressivo deve ser caracterizado por diferentes episódios de humor deprimido ou anedonia em um espaço de tempo de, pelo menos, duas semanas, preenchendo 5 de 9 critérios diagnósticos. Quanto à ansiedade, a literatura afirma que são necessários 3 de 6 critérios, abrangendo questões psicológicas e fisiológicas e com alguns dos sintomas presentes na maioria dos dias no decorrer de 6 meses.

Diferentes características definem estas enfermidades. A depressão é uma condição em que o indivíduo sente profunda tristeza, anedonia, sentimento de culpa e alterações no sono e no apetite, podendo causar prejuízos em suas relações interpessoais, laborais e acadêmicas, como vontade de abandonar o curso ou um maior risco para cometer erros médicos (Ribeiro et al. 2020). Já a ansiedade, pode ser considerada uma emoção fisiológica e inerente ao ser humano, responsável pela fuga em momentos de perigo. No entanto, quando envolve uma exacerbação da intensidade e da frequência dos sentimentos de angústia e medo, assim como atos e sintomas físicos, como abuso de substâncias e automutilação, torna-se patológica, causando prejuízos ao cidadão e necessitando de acompanhamento psicológico e/ou psiquiátrico (Leao et al. 2018).

Diversos estudos mostram que os índices de ansiedade e depressão em estudantes de medicina são de valores consideráveis. Inclusive, esse índice chega a ser mais prevalente neste grupo do que no público em geral (Tabalipa et al. 2015). Sendo que, muitos fatores predisponentes se associam ao desenvolvimento destas patologias, como baixa autoestima, autoconfiança diminuída, nível de exigência da própria graduação, menor tempo para práticas de lazer e exercício físico e distanciamento familiar (Costa et al. 2020).

De acordo com Sacramento e Colaboradores (2021), a prevalência de sintomas de ansiedade entre os graduandos de medicina foi de 30,8% e a de depressão de 36%. Sendo que, segundo a OMS, a depressão é mundialmente mais prevalente em mulheres (5,1%) do que em homens (3,6%). Todos esses índices associam-se a uma alta competitividade existente entre os colegas e a grande exigência acadêmica por parte do curso. A soma da exaustão física com a psicológica pode levar a um descuido com a própria saúde, aumentando o risco de desenvolvimento destas patologias.

Diversos são os fatores de risco relacionados ao surgimento de sintomas depressivos e ansiosos, como privação de sono, menor tempo para exercício físico, necessidade de lidar com sofrimento alheio e morte (Sacramento et al. 2021), e migração com distanciamento parental (Costa et al. 2020). Sendo que, profissionais com transtornos depressivos desenvolvem uma propensão maior para o erro médico (Ribeiro et al. 2020) e estudantes com transtornos ansiosos, uma maior predisposição para abandonar o curso (Nogueira et al. 2021).

Dando foco à necessidade de distanciamento familiar para a graduação, sabe-se que há uma grande correlação entre uma boa vivência acadêmica, com rede de apoio sólida, afeto e estímulo para superar as adversidades do curso, e uma família estruturada e próxima psicologicamente e fisicamente. Nesta perspectiva, quando há este distanciamento e a falta de suporte familiar, os acadêmicos tornam-se mais propensos ao desenvolvimento de patologias que interfiram em sua saúde mental, como a depressão (Leao et al. 2018).

Segundo Costa e colaboradores (2020), uma parcela dos acadêmicos precisa passar por uma mudança de moradia ao ingressar no curso, variando de cidade a Estado e lidar com essa separação parental, associada a necessidade de assumir novas responsabilidades, como cuidados domésticos, pode alterar aspectos psicológicos destes estudantes. Ademais, questiona-se que

muitos graduandos de Medicina não buscam auxílio psicológico por receio de expressar vulnerabilidade e outros entendem suas condições, mas optam pela automedicação, colocando a própria saúde em risco (Nogueira et al. 2021).

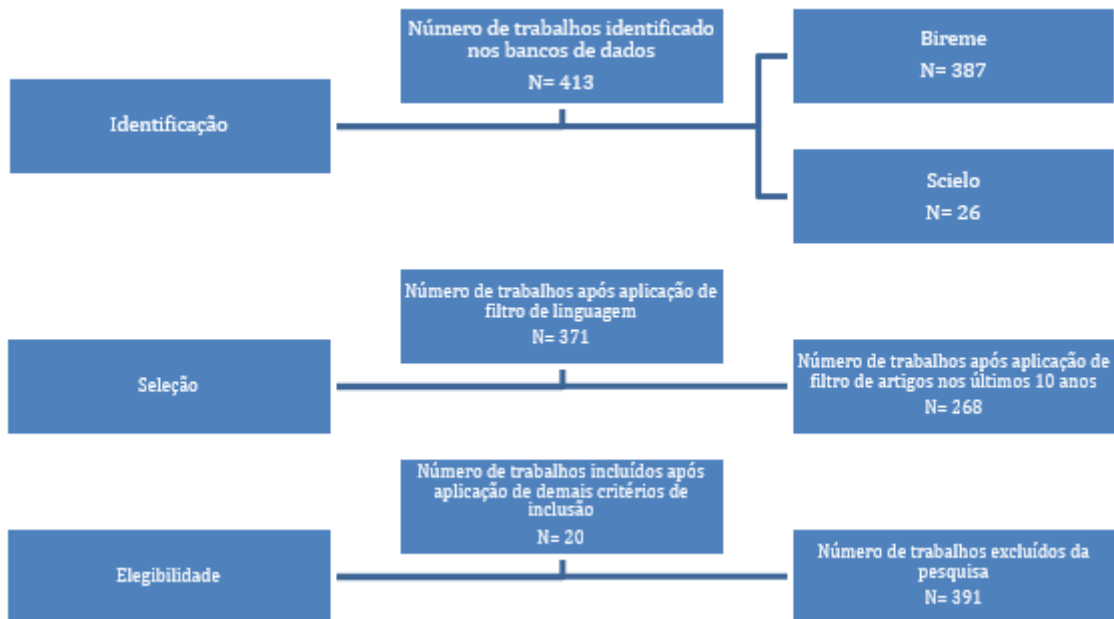
É nítido que saúde mental, trabalho/estudo e qualidade de vida estão inerentemente ligados. Ou seja, quando um é afetado negativamente, os outros também são, levando a quadros de desmotivação, irritação e o próprio abalo na saúde mental do indivíduo (Moutinho et al. 2017). Dessa forma, ao notar que o curso de medicina é um período de intenso sentimento de angústia e sofrimento psíquico, com alta taxa de ansiedade e depressão (Serra et al. 2015), associando-se a diversos fatores de risco, observa-se a necessidade de um estímulo à manutenção da saúde mental, visto que muitos estudantes ansiosos nunca chegaram a fazer um acompanhamento psicológico ou psiquiátrico no decorrer de sua vida (Santiago et al. 2021). Este estudo tem como objetivo explorar a prevalência, os fatores associados, sejam de risco ou protetivos, e as consequências do desenvolvimento de sintomas depressivos e ansiosos em graduandos de medicina, visando estimular a prática de políticas de cuidado mental e a promoção de um maior conhecimento frente a essas desordens psíquicas.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo baseado na análise, por meio de revisão bibliográfica, de artigos disponíveis nas bases de dados Bireme e Scielo, publicados no período de janeiro de 2012 a junho de 2022, nos idiomas português e inglês. Este levantamento de artigos foi realizado através dos descritores em inglês, consultados previamente através dos Descritores em Ciências da Saúde (DeSCS): Depression, Anxiety e Medical Students. A busca pelos materiais voltados para a temática ocorreu em seis etapas e resultou em um total de 411 artigos potencialmente elegíveis e posteriormente filtrados, por meio da aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, reduzindo para 20 artigos, que compuseram a escrita deste trabalho. As etapas utilizadas foram: formulação da pergunta norteadora, pesquisa na literatura disponível, coleta de dados, análise dos estudos selecionados, discussão dos resultados obtidos e apresentação da revisão bibliográfica.

O questionamento responsável por nortear a pesquisa foi “Qual a incidência de Depressão e Ansiedade em acadêmicos de medicina e os fatores de risco associados?” e os critérios de inclusão foram estudos publicados no período de janeiro de 2012 a junho de 2022, que abordassem ansiedade e depressão em estudantes de medicina, que fossem textos completos, que não dessem foco às patologias associadas ao COVID-19 e que estivessem no idioma inglês ou português. Foram excluídos: os estudos duplicados, os que fugiam da temática proposta, os que foram publicados há mais de 10 anos, os relatos de caso e os textos que não fossem disponibilizados gratuitamente. A seleção dos artigos é melhor esclarecida pelo Fluxograma 1 abaixo.

Fluxograma 1 – Identificação, Seleção e Elegibilidade.



Fonte: Autores.

A presente pesquisa dispõe de uma abordagem qualitativa, de acordo com Pereira et al. (2018), tratando-se de um compilado e análise de dados científicos relacionados ao tema principal, não havendo a necessidade de um estudo estatístico de maneira integral. Os dados levantados foram considerados para a revisão por meio de uma pré-análise dos artigos, selecionando os que cumprissem os critérios de inclusão, a posterior extração das informações e dados relevantes para a pesquisa, a análise de conteúdo, de acordo com Pereira et al. (2018), por ser tratar de uma quantificação de prevalência e dos fatores de risco associados ao tema proposto e a interpretação dos resultados alcançados.

Através da leitura dos estudos incluídos, foram avaliadas questões voltadas para a incidência de depressão e ansiedade entre os graduandos do curso de medicina, os fatores associados ao aparecimento das sintomatologias e a necessidade de medidas de intervenção para profilaxia e tratamento pós-diagnóstico.

3. Resultados

Ao aplicar os critérios de inclusão e exclusão determinados anteriormente, foram selecionados 20 artigos, organizados no Quadro 1 abaixo, seguindo a distribuição por autor, ano e país de publicação, objetivos, metodologia e resultados/conclusão.

Verificou-se que o Brasil foi o que produziu mais publicações associadas ao tema, com 50% dos trabalhos. Outros fatores a serem ressaltados são a prevalência de estudos publicados no ano de 2021 (35%), seguido de 2020 (25%), e as escalas mais utilizadas para avaliação de sintomas depressivos e ansiosos, que foram o Inventário de Depressão de Beck e a Escala de Ansiedade de Beck.

Quadro 1 - Resultados, Objetivos e Metodologias dos Trabalhos Estudados.

AUTOR/ANO	PAÍS	OBJETIVOS	METODOLOGIA	RESULTADOS
Bassols et al. (2014)	Brasil	Verificar o predomínio e a intensidade de sintomas depressivos e ansiosos em acadêmicos do curso de Medicina, comparado os dados coletados do primeiro e do último ano da graduação.	É uma pesquisa de caráter transversal, realizada com graduandos do primeiro e sexto ano do curso de medicina. O questionário utilizado abrangeu dados sociodemográficos, o inventário de depressão de beck e o inventário de ansiedade de beck.	30,8% dos alunos do primeiro ano do curso e 9,4% do último ano, reportaram sintomas ansiosos. Os estudantes mais afetados pelos sintomas ansiosos eram do sexo feminino.
Bertani et al. (2020)	Itália	Avaliar o predomínio de ansiedade e sintomas depressivos em acadêmicos do curso de medicina da Universidade de Modena e Reggio Emilia, na Itália.	Estudo que utilizou a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS). Também foi aplicado o Inventário de Personalidade para o DSM-5 e o PID-5-BF. O questionário abrangeu itens relacionados aos afazeres da vida cotidiana.	Foi verificado um alto índice de ansiedade (20%), depressão (7%) e sintomas comórbidos (47%) entre os estudantes. Esse índice mostrou estar associado a traços de personalidade, como afeto negativo, distanciamento e uso de potenciadores cognitivos. Como fatores protetivos, foram encontradas as atividades esportivas, as sociais e os meios de distração.
Capdevila-Gaudens et al. (2021)	Espanha	Verificar a predominância de problemáticas voltadas para a saúde mental em acadêmicos do curso de medicina.	A pesquisa foi realizada em 43 escolas médicas da Espanha e verificou a predominância de depressão ansiedade, burnout e empatia entre acadêmicos de medicina. A coleta de dados foi feita por meio do inventário de depressão de beck, inventário maslach de burnout para estudantes, escala de ansiedade e escala de empatia de Jefferson.	41% dos estudantes analisados apresentaram depressão, sendo que, desses, 10% possuíam experiência de ideação suicida. Quanto a ansiedade, 25% dos estudantes a apresentaram, sendo que a prevalência foi maior no sexo feminino.
Costa et al. (2020)	Brasil	Analisar a incidência dos sintomas de estresse, depressão e ansiedade em graduandos de medicina da UFRN, associando-os a outras variáveis.	Estudo transversal, em que 288 questionários foram distribuídos à estudantes de medicina. 279 questionários foram validados. Foram utilizados dados sociodemográficos, o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de LIPP e os Inventários de Depressão e Ansiedade de Beck.	Dos estudantes analisados, 28% possuíam sintomas depressivos. Dentre os ansiosos, 66,3% possuíam em grau mínimo e 33,7% em grau moderado a severo. Foi verificada a necessidade das instituições desenvolverem estratégias de enfrentamento para os seus estudantes.
Elsawy et al. (2020)	Egito	Analisar o índice de depressão entre acadêmicos de medicina em Alexandria.	O estudo realizado foi de caráter transversal, utilizando a versão árabe do BDI-II e um questionário autoaplicável entre graduandos de medicina do 4º, 5º e 6º ano letivos da Faculdade de Medicina da Universidade de Alexandria.	27,9% dos acadêmicos analisados apresentaram depressão moderada e 17,2% grave. A predominância foi no sexo feminino. Fatores associados foram algum transtorno mental, não ter com quem desabafar quando em estresse, vivências estressantes nos últimos 6 meses, insatisfação com seu nível socioeconômico, ambiente de estudo prejudicado e insatisfação acadêmica.
Kumar et al. (2019)	Paquistão	Elucidar a incidência de depressão, ansiedade e estresse durante o último ano da graduação de medicina.	Estudo observacional realizado em uma instituição pública e uma privada. Foi utilizada a escala de depressão, ansiedade e estresse (DASS-21). Fatores de risco também foram analisados.	Foi verificado que mais da metade (57,6%) dos estudantes sofria de moderada a grave intensidade de depressão, 74% de ansiedade e 57,7% de estresse. As variáveis associadas à ansiedade e ao estresse foram pressão para ser aprovado nas avaliações, pressão para viver de acordo com expectativa dos familiares, angústia quanto a realidade da medicina e insatisfação quanto a administração do curso.
Leao et al. (2018)	Brasil	Fazer uma estimativa da prevalência e das variáveis associadas à ansiedade e depressão em acadêmicos da área de saúde.	Estudo transversal com estudantes do primeiro ano dos cursos de saúde, verificando dados sociodemográficos e utilizando os inventários de ansiedade e depressão de Beck.	Os questionários foram respondidos por 476 estudantes, em que houve uma predileção pelo sexo feminino (71,6%). A depressão e a ansiedade foram vistas em 28,6% e 36,1% dos estudantes, respectivamente. E uma das variáveis de risco que mais chamou atenção foi o relacionamento familiar insatisfatório. Verificou-se, também, que a prevalência destas patologias foi maior entre os estudantes do que

				na população em geral.
Liasi et al. (2021)	Iran	Analisar o índice de esgotamento, o índice de depressão, ansiedade e estresse e os fatores relacionados a essas sintomatologias entre graduandos do curso de medicina da Universidade Islâmica Azad de Ciências Médicas do Teerã.	Foi realizada uma pesquisa transversal descritiva com acadêmicos de medicina. O estudo foi dividido em fase 1, em que foi utilizado o questionário Maslach Burnout, em fase 2, cujo questionário utilizado foi o DASS-42 e, por fim, um questionário abrangendo questões socioeconômicas e demográficas, estilo de alimentação, deficiência de vitamina D, horas de estudos semanais, eficácia no trabalho e distância entre moradia e hospital universitário.	16,3% dos estudantes da fase 1 apresentaram burnout acadêmico. Na fase 2, o índice de depressão, ansiedade e estresse foi de 37,5%, 41,1% e 30,3%, respectivamente. Foi mostrado que há uma correlação direta entre local de moradia e distância ao hospital universitário.
Moutinho et al. (2017)	Brasil	Comparar a incidência de depressão, ansiedade e estresse em acadêmicos do curso de medicina de todos os semestres de uma escola médica do Brasil, além de verificar suas variáveis associadas.	Estudo transversal entre estudantes de uma escola de medicina do Brasil. Foi ofertado um questionário incluindo sociodemografia, religiosidade e saúde mental (DASS-21 scale).	75,4% dos estudantes foram entrevistados. Quanto aos sintomas depressivos e os ansiosos, foi reportado 34,6% e 37,2%, respectivamente. As variáveis associadas à depressão foram gênero feminino, religião, ansiedade e estresse. Já as associadas à ansiedade foram o semestre cursado, depressão e estresse.
Neres et al. (2021)	Brasil	Verificar o índice de depressão e comportamento suicida entre os acadêmicos de medicina de uma instituição. Analisar, também, os fatores associados.	Estudo transversal, realizado através de um questionário envolvendo o inventário de depressão de Beck e a escala de intenção suicida de Beck. O diagnóstico de depressão foi baseado em uma adaptação do DSM-V e do CID-10.	27,6% dos 381 estudantes entrevistados possuíam depressão. A ideação suicida moderada a severa foi vista em 10,5%. Consumo de drogas lícitas e ilícitas também foram frequentes e o sexo feminino, proximidade reduzida com os amigos e diminuição da atividade física foram alguns dos fatores de risco.
Nogueira et al. (2021)	Brasil	Analisar as variáveis associadas aos níveis de ansiedade em acadêmicos internos de medicina	Estudo transversal por meio da aplicação de dois questionários com dados sociodemográficos, pessoais, clínicos e o inventário de ansiedade de Beck.	Dos 140 estudantes entrevistados, a ansiedade estava mais prevalente no sexo feminino e naqueles que relataram já ter feito terapia psiquiátrica ou psicológica antes. Insônia foi um fator de risco para ansiedade moderada a grave. Mostrou-se importante a prevenção de sintomas ansiosos.
Ramadianto et al. (2022)	Indonésia	Realizar uma estimativa do índice de sintomas ansiosos e depressivos em acadêmicos de medicina da Indonésia, relacionando com estratégias de resiliência e enfrentamento.	Foi utilizado um questionário que incluiu características sociodemográficas, a escala de depressão, ansiedade e estresse (DASS), o Brief COPE para analisar as estratégias de enfrentamento e a Escala de Resiliência de Connor-Davidson.	Dos 532 entrevistados, 22,2% apresentaram sintomas depressivos e 48,1% apresentaram sintomas ansiosos. Os alunos que não moravam com familiares mostraram um maior índice de depressão e os acadêmicos do 1º ano clínico e do gênero feminino apresentaram índice de ansiedade mais elevado.
Sacramento et al. (2021)	Brasil	Fazer uma estimativa do índice e dos fatores relacionados ao aparecimento de sintomas depressivos e ansiosos em estudantes de medicina de uma capital do Nordeste Brasileiro.	Amostra probabilística de 1339 estudantes do curso de medicina, que estavam regulares quanto à frequência. Os dados foram coletados por meio de um questionário envolvendo socioeconomia, comportamento, demografia e inventários de ansiedade e depressão de Beck.	Houve uma prevalência de 30,8% para ansiedade e 36% para depressão. Os sintomas ansiosos estavam relacionados em alto índice com sexo, idade e orientação sexual. Já os depressivos se associavam a sexo, raça/cor de pele e orientação sexual.
Santiago et al. (2021)	Brasil	Analisar a prevalência de depressão, ansiedade e estresse entre acadêmicos do curso de enfermagem e medicina de um centro universitário do Acre.	Estudo transversal, realizado com o auxílio de 80 estudantes dos cursos de enfermagem e medicina.	O maior número de estudantes era do sexo feminino, não moravam sozinhos e não haviam passado por tratamento psicológico anteriormente. Os estudantes de medicina acabaram apresentando mais sintomas no oitavo semestre do curso. Foi evidenciada a necessidade de um projeto implementado pela instituição com estratégias para enfrentamento da realidade.
Serra et al. (2015)	Brasil	Analisar o índice de sintomas depressivos e ansiosos em	Estudo do tipo transversal descritivo, por meio de uma	Verificou-se que a maior predominância dos sintomas depressivos e ansiosos encontrava-se

		estudantes do curso de Medicina, embasando-se em dados da literatura.	amostra de 657 estudantes da cidade de Santos, SP. A coleta de dados foi feita por meio de um questionário englobando questões socioeconômicas e demográficas, o inventário de depressão de Beck e o de ansiedade de Beck.	no sexo feminino, na faixa etária de 17 a 30 anos, em pessoas procedentes da cidade de São Paulo e que se declaravam católicas. Dos dados coletados, 30% apresentavam sintomas depressivos e 21% sintomas ansiosos, sendo que os sintomas depressivos estavam mais presentes no penúltimo ano da graduação.
Shao et al. (2020)	China	Analisar o índice de sintomas ansiosos e depressivos entre acadêmicos de medicina da China, relação essa sintomatologia com questões familiares, suporte social e formas de enfrentamento.	Foi utilizada uma amostra de 2057 acadêmicos do curso de medicina da Chongqing Medical and Pharmaceutical College na China. A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário autoaplicável que abrangia questões sociodemográficas, a escala de depressão de Zung, a escala de ansiedade de Zung, o índice familiar de APGAR, o questionário de estilo de enfrentamento e a escala de suporte social.	57,5% e 30,8% foram os achados para sintomas depressivos e ansiosos entre acadêmicos de medicina, respectivamente. Os alunos com idades > 20 anos eram os que apresentavam índices mais altos de ansiedade e depressão. Os sintomas estavam mais presentes em estudantes com uma carga alta de estresse causado pelos estudos, com baixa qualidade de sono, que moram sozinhos ou que possuem uma relação ruim com parceiros, amigos ou colegas de turma.
Shawahna et al. (2020)	Palestina	Avaliar o predomínio de sintomas ansiosos e depressivos entre acadêmicos do curso de medicina da Palestina e analisar os fatores sociodemográficos associados a essas sintomatologias.	Pesquisa feita por meio de um estudo observacional transversal realizado através de um questionário englobando o Inventário de Depressão de Beck e o Inventário de Ansiedade de Beck. Também foram coletadas as características sociodemográficas dos estudantes.	56,6% dos estudantes analisados apresentaram depressão mínima, 14% moderada e 9,1% grave. 29,7% apresentaram ansiedade leve a moderada, 25,5% moderada a severa e 21,3% severa.
Silva et al. (2017)	Portugal	Elucidar o índice de depressão entre acadêmicos de medicina, sua variação durante o curso, a persistência em alunos afetados e quais as variáveis associadas e como modificam no decorrer do tempo.	Estudo longitudinal efetuado em estudantes de medicina da Universidade de Minho, em Portugal. Foi utilizado um questionário com o Inventário de Depressão de Beck (BDI). A ansiedade e o Burnout foram analisados utilizando o State Trait Anxiety Inventory e o Inventário de Burnout de Maslach. Além de dados sociodemográficos.	Quanto à depressão, a incidência variou de 21,5 a 12% entre os anos de 2009 a 2013. 19,7% sustentaram o nível do BDI e estavam mais propensos a níveis de ansiedade. Não houve diferença entre o gênero masculino e o feminino quanto a escala BDI.
Tabalipa et al. (2015)	Brasil	Analisar o índice de ansiedade e depressão em acadêmicos de Medicina.	Estudo transversal com 346 acadêmicos de medicina de uma universidade do Brasil. A prevalência de ansiedade e depressão foi verificada através dos inventários de depressão e ansiedade de Beck.	Foi analisado que o índice de ansiedade foi de 35,5% e o de depressão de 32,8%. O sexo feminino mostrou uma prevalência 14% maior para ansiedade e 16% maior para depressão. Os estudantes com pais médicos apresentaram depressão 29% maior e os com pais não médicos uma ansiedade 22% maior. Os que sofriam cobrança frequente dos pais mostraram ansiedade 22% maior e depressão 19% maior. Por fim, os acadêmicos com angústias quanto ao futuro evidenciaram um índice de depressão 25% maior. Os dados encontrados superaram os da população em geral.
Zafar et al. (2021)	Paquistão	Analisar o índice de ansiedade e depressão em acadêmicos de medicina e as formas de enfrentamento adotados por eles.	Pesquisa realizada por meio de um estudo observacional e transversal, através de um questionário incluindo o instrumento Escala de Ansiedade e Depressão da Universidade Aga Khan (AKUADS) e o Inventário Breve de Enfrentamento. O questionário era autoaplicável e seu preenchimento foi realizado por estudantes da Faculdade Federal de Medicina e Faculdade Federal de Odontologia de Islamabad.	O índice de acadêmicos com depressão e ansiedade foi de 57,57% e os mecanismos de enfrentamento mais utilizados foram religião (5,55%), aceitação (5,28%), planejamento (5,27%) e o ativo (4,85%).

Fonte: Autores.

4. Discussão

Ser acadêmico de Medicina é o sonho de muitos jovens que se deslocam, ou não, de sua cidade natal para ingressarem na universidade. Este sonho vem acompanhado de longas jornadas diárias de atividades curriculares e extracurriculares, deslocamento entre a moradia e instituições de ensino (Liasi et al. 2021), diminuição das horas de sono e lazer (Shao et al. 2020), autoexigência e insatisfação com o curso (Kumar et al. 2019), que podem culminar em alterações psíquicas, levando ao desenvolvimento de sintomas depressivos e ansiosos (Elsawy et al. 2020).

Neste presente trabalho, conforme já mencionado, foram analisados 20 artigos, dos quais 15 artigos (Bassols et al. 2014; Bertani et al. 2020; Costa et al. 2020; Kumar et al. 2019; Leão et al. 2018; Liasi et al. 2021; Moutinho et al. 2017; Ramadianto et al. 2022; Sacramento et al. 2021; Santiago et al. 2021; Serra et al. 2015; Shao et al. 2020; Shawahna et al. 2020; Tabalipa et al. 2015; Zafar et al. 2017) trouxeram estudos que abrangeram o índice de depressão e ansiedade entre graduandos do curso de medicina, 3 artigos (Elsawy et al. 2020; Neres et al. 2021; Silva et al. 2017) focaram nos sintomas depressivos, 1 artigo (Nogueira et al. 2021) coletou dados apenas quanto ao desenvolvimento de ansiedade entre os estudantes e 1 artigo (Capdevila-Gaudens et al. 2021) apresentou uma coleta de dados referente a problemáticas voltadas para a saúde mental em geral.

Dos estudos supracitados, deve ser ressaltado que todos apresentaram um maior índice de depressão e ansiedade em graduandos do curso de medicina frente a problemáticas enfrentadas durante a graduação. E como justificado por Tabalipa e Colaboradores (2015), e Leão e Colaboradores (2018), os dados foram ainda maiores na população acadêmica em comparativo com o público em geral.

Segundo Sacramento et al. 2021, 30,8% dos estudantes apresentaram ansiedade e 36% depressão, sendo que, no estudo de Elsayw e Colaboradores (2020), os dados coletados mostraram-se ainda maiores, sendo 27,9% dos estudantes apresentando depressão moderada e 17,2% grave. Já em Shawahna et al. 2020, o desenvolvimento de depressão mínima representou 56,6% e o de ansiedade leve a moderada, 29,7%. Por fim, Bertani e Colaboradores (2020), nos mostraram que 47% dos acadêmicos apresentaram sintomas comórbidos.

O desenvolvimento das sintomatologias acima abordadas está cercado de fatores predisponentes trazidos por autores de 17 dos artigos selecionados. Conhecer estes fatores de risco pode ser um facilitador na promoção de medidas preventivas quanto ao desenvolvimento de desordens psíquicas. Alguns dos fatores citados foram: sexo feminino, com maior incidência para ansiedade, mas também presente na depressão (Bassols et al. 2014; Capdevila-Gaudens et al. 2021; Elsayw et al. 2020; Moutinho et al. 2017; Neres, et al. 2021; Nogueira et al. 2021; Ramadianto et al. 2022; Serra et al. 2015; Tabalipa et al. 2015), vivências estressantes nos últimos 6 meses, ambiente de estudo prejudicado, insatisfação acadêmica, nível socioeconômico mais baixo (Elsawy et al. 2020), distância entre local de moradia e hospital universitário (Liasi et al. 2021), não morar com os pais (Ramadianto et al. 2022), idade >20 anos (Shao et al. 2020), estresse causado pelos estudos, baixa qualidade de sono, morar sozinho e relacionamento de baixa qualidade com parceiros, colegas e amigos (Shao et al. 2020), possuir pais médicos como indicador de risco para a depressão e pais não médicos para a ansiedade (Tabalipa et al. 2015), viver de acordo com as expectativas dos familiares, insatisfação quanto a administração do curso (Kumar et al. 2019), insônia predispondo à ansiedade moderada a grave (Nogueira et al. 2021), relacionamento familiar insatisfatório (Leao et al. 2018), consumo de drogas lícitas e ilícitas e proximidade reduzida com os amigos (Neres et al. 2021).

Porém, pontos controversos vistos em outros estudos já abordados no presente trabalho foram a não distinção entre os índices de depressão entre gêneros masculino e feminino pela escala BDI (Silva et al. 2017) e uma predominância maior de sintomas depressivos e ansiosos em indivíduos com idade entre 17 e 30 anos (Serra et al. 2015).

Segundo Zafar e Colaboradores (2017), alguns fatores podem ser protetivos e auxiliar na confrontação frente a sintomas depressivos e ansiosos na comunidade estudada, como religião, aceitação, planejamento e enfrentamento ativo. Outros fatores que podem ser considerados são: prática de atividades esportivas, atividades sociais e meios de distração (Bertani, et al. 2020).

Em contrapartida, no artigo de Serra e Colaboradores (2015), pertencer à religião católica apresentou um maior índice de depressão e ansiedade. E, em Moutinho e Colaboradores (2017), a religião mostrou-se como fator de risco para o desenvolvimento de sintomas depressivos.

Paralelamente, alguns estudos foram responsáveis por mostrar em que período da graduação o desenvolvimento de sintomas depressivos e ansiosos apresentou-se mais frequente. Segundo Santiago e Colaboradores (2021), os estudantes de medicina entrevistados apresentaram mais sintomas depressivos e ansiosos no oitavo semestre do curso. Já no estudo de Serra et al. 2015, sintomas depressivos estavam mais presentes no penúltimo ano da graduação. Por fim, segundo Ramadanto e Colaboradores (2022), o índice de depressão apresentou-se maior entre os acadêmicos do primeiro ano clínico.

Em suma, é possível notar que a depressão e a ansiedade não se apresentam sozinhas. Algumas consequências podem ser vistas em relação a essas sintomatologias, principalmente quando se diz respeito aos sintomas depressivos. Uma desordem psíquica grave que pode estar associada às problemáticas trazidas é a ideação suicida, que pode culminar no ato, de fato. Segundo, Capdevila-Gaudens e Colaboradores (2021), 10% dos estudantes que apresentaram depressão possuíam experiência de ideação suicida e, de acordo com Neres e Colaboradores (2021), o número subiu para 10,5% de estudantes com ideação suicida de moderada a severa intensidade.

Corroborando com os dados supracitados, Costa et al. 2020; Nogueira et al. 2021; Santiago et al. 2021, trouxeram a necessidade do desenvolvimento de estratégias de enfrentamento e promoção da manutenção da saúde mental para os acadêmicos do curso de Medicina, a fim de evitar o desenvolvimento de sintomas depressivos e ansiosos entre esta população.

5. Considerações Finais

Depressão e Ansiedade fazem parte do cenário das desordens psíquicas que assolam a humanidade e ser acadêmico de medicina mostrou uma propensão natural ao desenvolvimento dessas sintomatologias. Através dessa revisão de literatura, concluiu-se que o índice de sintomas depressivos e ansiosos costuma ser maior entre os estudantes do curso de medicina em comparativo com a população em geral, sendo que, em alguns casos, comorbidades como insônia e ideação suicida podem estar associadas.

Essa revisão também apontou o agravamento dos sintomas frente a mudança de moradia, afastamento do ciclo familiar e distanciamento dos amigos, o que ratifica que suporte familiar e social se fazem necessários para a prevenção das problemáticas abordadas. Além disso, também foi possível observar comportamentos de risco como predisponentes a esses transtornos, como o abuso de substâncias lícitas e ilícitas.

Alguns pontos se mostraram controversos durante a análise dos artigos selecionados, como a religião como fator de risco ou não para o desenvolvimento das desordens psíquicas abordadas no presente estudo. Porém, mesmo que na não totalidade dos estudos, o sexo feminino apresentou-se como detentor de maior predisposição, em grande maioria.

Nessa perspectiva, faz-se essencial a promoção, por meio das instituições, de políticas estudantis que promovam a manutenção da saúde mental entre seus acadêmicos, visando uma diminuição do índice de sintomas depressivos e ansiosos e uma promoção de conhecimento, alertando quanto aos sintomas que compõem a Depressão e a Ansiedade e indicando quando buscar ajuda e a forma de fazê-lo. Afinal, a junção da exaustão física com a psíquica culmina em um maior risco para o descuido pessoal, a automedicação e em maior predisposição para patologias, no geral.

Diante do conteúdo apresentado neste estudo, fazem-se necessárias pesquisas futuras objetivando avaliar como será a evolução do desenvolvimento de sintomas depressivos e ansiosos entre os acadêmicos do curso de medicina e verificar se políticas de enfrentamento e conscientização foram aplicadas pelas instituições de ensino, analisando, caso praticadas, se foram efetivas ou não para a preservação da saúde mental nesta população.

Referências

- American Psychiatric Association (2014). Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5. *Armed*.
- Bassols, A. M., Okabayashi, L. S., Silva, A. B., Carneiro, B. B., Feijó, F., Guimarães, G. G., Cortes, G. N., Rohde, L. A., & Eizirik, C. L. (2014). First- and last-year medical students: is there a difference in the prevalence and intensity of anxiety and depressive symptoms?. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 36(3), 233-240.
- Bertani, D. E., Mattei, G., Ferrari, S., Pingani, L., & Galeazzi, G. M. (2020). Anxiety, depression and personality traits in Italian medical students. *Riv Psichiatr*, 55(6), 342-348.
- Capdevila-Gaudens, P., García-Abajo, J. M., Flores-Funes, D., García-Barbero, M., & García-Estañ, J. (2021). Depression, anxiety, burnout and empathy among Spanish medical students. *PLoS One*, 16(12), 1-16.
- Costa, D. S., Medeiros, N. S. B., Cordeiro, R. A., Frutuoso, E. S., Lopes, J. M., & Moreira, S. N. T. (2020). Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 44(1), 1-10.
- Elsawy, W. I. H., Sherif, A. A. R., Attia, M. S. D., & El-Nimr, N. A. (2020). Depression among medical students in Alexandria, Egypt. *African Health Sciences*, 20(3), 1416-1425.
- Kumar, B., Shah, M. A. A., Kumari, R., Kumar, A., Kumar, J., & Tahir, A. (2019). Depression, Anxiety, and Stress Among Final-year Medical Students. *Cureus*, 11(3), 1-8.
- Leão, A. M., Gomes, I. P., Ferreira, M. J. M., & Cavalcanti, L. P. G. (2018). Prevalência e Fatores Associados à Depressão e Ansiedade entre Estudantes Universitários da Área da Saúde de um Grande Centro Urbano do Nordeste do Brasil. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 42(4), 55-65.
- Liasi, G. A., Nejad, S. M., Sami, N., Khakpour, S., & Yekta, B. G. (2021). The prevalence of educational burnout, depression, anxiety, and stress among medical students of the islamic azad university in tehran, iran. *BMC Medical Education*, 21(471), 1-8.
- Moutinho, I. L. D., Maddalena, N. C. P., Roland, R. K., Luccheti, A. L. G., Tibiriça, S. H. C., Ezequiel, O. S., & Luccheti, G. (2017). Depression, stress and anxiety in medical students: a cross-sectional comparison between students from different semesters. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 63(1), 21-28.
- Neres, B. S. P., Aquino, M. L. A., & Pedroso, V. S. P. (2021). Prevalence and factors associated to depression and suicidal behavior among medical students. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 70(4), 311-320.
- Nogueira, E. G., Matos, N. C., Machado, J. N., Araújo, L. B., Silva, A. M. T. C., & Almeida, R. J. (2021). Avaliação dos Níveis de Ansiedade e seus Fatores Associados em Estudantes Internos de Medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 45(1), 1-9.
- Pereira, A. S., Shitsuka, D. M., Parreira, F. J., & Shitsuka, R. (2018). Metodologia da Pesquisa Científica UFSM. https://www.ufsm.br/app/uploads/sites/358/2019/02/Metodologia-da-Pesquisa-Cientifica_final.pdf.
- Ramadianto, A. S., Kusumadewi, I., Agiananda, F., & Raharjanti, N. W. (2022). Symptoms of depression and anxiety in indonesian medical students: association with coping strategy and resilience. *BMC Psychiatry*, 22(92), 1-11.
- Sacramento, B. O., Anjos, T. L., Barbosa, A. G. L., Tavares, C. F., & Dias, J. P. (2021). Sintomas de Ansiedade e Depressão entre Estudantes de Medicina: estudo de prevalência e fatores associados. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 45(1), 1-7.
- Santiago, M. B., Braga, O. S., Silva, P. R., Capelli, V. M. R., & Costa, R. S. L. (2021). Índices de depressão, ansiedade e estresse entre estudantes de enfermagem e medicina do Acre. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 10(1), 73-84.
- Serra, R. D., Dinato, S. L. M., & Caseiro, M. M. (2015). Prevalence of depressive and anxiety symptoms in medical students in the city of Santos. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 64(3), 213-220.
- Shao, R., He, P., Ling, B., Tan, L., Xu, L., Hou, Y., Kong, L., & Yang, Y. (2020). Prevalence of depression and anxiety and correlations between depression, anxiety, family functioning, social support and coping styles among Chinese Medical Students. *BMC Psychology*, 8(38), 1-19.
- Shawahna, R., Hattab, S., Al-Shafei, R., & Tab'ouni, M. (2020). Prevalence and factors associated with depressive and anxiety symptoms among Palestinian medical students. *BMC Psychiatry*, 20(244), 1-13.
- Silva, V., Costa, P., Pereira, I., Faria, R., Salgueira, A. P., Costa, M. J., Sousa, N., Cerqueira, J. J., & Morgado, P. (2017). Depression in medical students: insights from a longitudinal study. *BMC Medical Education*, 17(184), 1-9.
- Tabalipa, F. O., Souza, M. F., Pfitzenreuter, G., Lima, V. C., Traebert, E., & Traebert, J. (2015). Prevalence of Anxiety and Depression among Medical Students. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 39(3), 388-394.
- Zafar, R., Raheel, Mujtaba, M. A., Mahmood, R., Nawaz, M. U., & Kumar, B. (2021). Prevalence of anxiety and depression in medical students of a public sector medical college in Islamabad and coping mechanisms adopted. *Journal of the Pakistan Medical Association*, 72(3), 540-543.