

## Saúde mental e as metodologias ativas na graduação médica

Mental health and active methodologies in medical graduation

Salud mental y metodologías activas en la graduación médica

Recebido: 22/10/2022 | Revisado: 29/10/2022 | Aceitado: 01/11/2022 | Publicado: 08/11/2022

### **Fernanda Silva Hermes**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2719-4186>  
Centro Universitário Metropolitano da Amazônia, Brasil  
E-mail: [nhandahermes@hotmail.com](mailto:nhandahermes@hotmail.com)

### **Daniel Silveira de Siqueira**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8092-6038>  
Centro Universitário Metropolitano da Amazônia, Brasil  
E-mail: [daniel.siq@hotmail.com](mailto:daniel.siq@hotmail.com)

### **Juliana Mesquita Basto Lucena**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2205-1648>  
Centro Universitário Metropolitano da Amazônia, Brasil  
E-mail: [julianamesquita14@hotmail.com](mailto:julianamesquita14@hotmail.com)

### **Daniel Figueiredo Alves da Silva**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9719-2085>  
Centro Universitário Metropolitano da Amazônia, Brasil  
E-mail: [danielfsilva@gmail.com](mailto:danielfsilva@gmail.com)

### **Kátia Simone Kietzer**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6992-3557>  
Universidade do Estado do Pará, Brasil  
E-mail: [katia.kietzer@uepa.br](mailto:katia.kietzer@uepa.br)

### **Resumo**

**Introdução:** As metodologias ativas, por ter um processo de aprendizagem que abrange vários modelos pedagógicos, exigem dedicação integral dos alunos, fato que pode desencadear ou agravar transtornos psíquicos. **Objetivos:** Demonstrar a influência das metodologias ativas no desenvolvimento de alterações emocionais em acadêmicos de medicina e analisar a relação temporal de degradação psicossocial com o aumento do nível de exigência vivenciado ao decorrer da graduação. **Métodos:** Estudo de característica transversal com abordagem quantitativa, experimental e participante. A população analisada foi constituída de 135 estudantes de medicina de uma instituição privada, sendo 40 do primeiro, 51 do quarto e 44 do oitavo semestres. Os estudantes de medicina responderam ao questionário WHOQOL-BREF. **Resultados:** Foram obtidos resultados que descrevem alterações do sono em 125 indivíduos, alterações emocionais como ansiedade, nervosismo e desânimo com 108, 86 e 48 respostas, respectivamente, além da presença de sentimento de que não vale a pena viver pelo menos uma vez na semana identificado em 56 indivíduos. Dessa forma, quando comparados aos resultados obtidos de que 91 indivíduos relatam as alterações emocionais sendo relacionados à aplicação das metodologias. **Conclusão:** Os dados apresentados demonstraram a associação das metodologias ativas com o desenvolvimento de transtornos depressivos, evidenciando uma causalidade predominantemente negativa, fazendo-se necessário uma intervenção integrativa psicossocial.

**Palavras-chave:** Transtornos psíquicos; Educação médica; Ensino.

### **Abstract**

**Introduction:** The active methodologies, for having a learning process that covers several pedagogical models, require full dedication of the students, fact that can trigger or aggravate psychic disorders. **Objectives:** To demonstrate the influence of active methodologies on the development of emotional changes in medical students and to analyze the temporal relationship of psychosocial degradation with the increase in the level of demand experienced during graduation. **Methods:** A cross-sectional study with a qualitative, experimental and participatory approach was used. The analyzed population consisted of 135 medical students from a private institution, 40 from the first, 51 from the fourth and 44 from the eighth semester. The WHOQOL-BREF questionnaire, based on the book “Mental Health Assessment Instruments” was used for data collection, which were treated using descriptive statistics, expressed as absolute and relative frequencies. **Results:** Results were obtained that describe sleep alterations in 125 individuals, emotional alterations such as anxiety, nervousness and discouragement with 108, 86 and 48 responses, respectively, in addition to the presence of a feeling that it is not worth living at least once in life. week identified in 56 individuals. Thus, when compared to the results obtained from 91 individuals reporting emotional changes being related to the application of the methodologies. **Conclusion:** The data presented demonstrated the association of active

methodologies with the development of depressive disorders, evidencing a predominantly negative causality, making an integrative psychosocial intervention necessary.

**Keywords:** Mental disorders; Medical education; Teaching.

### Resumen

**Introducción:** Las metodologías activas, por tener un proceso de aprendizaje que abarca varios modelos pedagógicos, exigen dedicación integral de los alumnos, hecho que puede desencadenar o agravar trastornos psíquicos. **Objetivos:** Demostrar la influencia de metodologías activas en el desarrollo de cambios emocionales en estudiantes de medicina y analizar la relación temporal de la degradación psicosocial con el aumento del nivel de exigencia experimentado durante la graduación. **Métodos:** Se utilizó un estudio transversal con enfoque cualitativo, experimental y participativo. La población analizada estuvo constituida por 135 estudiantes de medicina de una institución privada, 40 de primero, 51 de cuarto y 44 de octavo semestre. Para la recolección de datos se utilizó el cuestionario WHOQOL-BREF, basado en el libro “Mental Health Assessment Instruments”, que fueron tratados mediante estadística descriptiva, expresada como frecuencias absolutas y relativas. **Resultados:** Se obtuvieron resultados que describen alteraciones del sueño en 125 individuos, alteraciones emocionales como ansiedad, nerviosismo y desánimo con 108, 86 y 48 respuestas respectivamente, además de la presencia de un sentimiento de que no vale la pena vivir al menos una vez en semana de vida identificada en 56 individuos. Así, cuando se compara con los resultados obtenidos de 91 individuos que reportaron cambios emocionales relacionados con la aplicación de las metodologías. **Conclusión:** Los datos presentados demostraron la asociación de metodologías activas con el desarrollo de trastornos depresivos, evidenciando una causalidad predominantemente negativa, haciendo necesaria una intervención psicosocial integradora.

**Palabras clave:** Trastornos psíquicos; Educación médica; Enseñanza.

## 1. Introdução

A saúde mental está relacionada a ausência de doenças mentais, sem perturbações, conflitos e traumas, ou seja, ter estabilidade mental é estar bem consigo mesmo e com os outros, aceitar as exigências da vida, saber lidar com as boas emoções e com as desagradáveis, reconhecer seus limites e buscar ajuda quando necessário (Gorenstein et al., 2015; Wijeratne et al., 2021). Porém, segundo o psicanalista alemão Erich Fromm, “Somos uma sociedade de pessoas com notória infelicidade: solidão, ansiedade, depressão, destruição e dependência”(Fromm, 1976). Diante disso, a notória sobrecarga acadêmica relatada por estudantes de medicina favorece o desgaste e sofrimento psíquicos (Lima & Brito, 2018). Somado a isso, além da intensa e exaustiva carga horária, a grande demanda intelectual e emocional, fazem do treinamento médico um estresse frequentemente discutido (Leones et al., 2019).

A prevalência da depressão em estudantes de medicina é superior à da população em geral, sendo subdiagnosticada em 50% dos casos (Noronha Júnior, Miguel Angelo et al., 2015). E diversos são os fatores que podem desencadear depressão na graduação médica, entre eles a extensa carga horária que promove a perda da liberdade pessoal, dificuldade na administração do tempo devido ao grande número de atividades, poucas horas para atividades de lazer, ou seja, diminuição na qualidade de vida do discente (Araújo et al., 2021; Gil et al., 2018).

Há evidências de que após a publicação das Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN) de 2014 para o curso de medicina (Diretrizes Curriculares Nacionais do Curso de Graduação em Medicina, 2014), os casos de doenças mentais entre alunos do curso médico aumentaram (Carabetta Jr, 2016). Isso se dá, pois o curso passou a ser baseado em metodologias ativas, o que pode ter tornado dessa forma o aprendizado mais subjetivo e a avaliação mais dependente de características observacionais do professor/tutor, com isso, exigindo mais do aluno no seu processo de aprendizagem (Bento et al., 2017).

Como exemplo de metodologias ativas, o Método de Aprendizagem Baseada em Problemas (ProblemBased Learning - PBL), metodologia de ensino que estimula a investigação, seja em livros, artigos científicos, entre outros mecanismos formadores de conhecimento. Visto que, sua avaliação é feita de forma observacional, no qual o tutor/professor avalia aspectos cognitivos e subjetivos, dando uma ênfase maior ao caráter qualitativo do aprendizado, onde o aluno leva suas dúvidas para a sessão tutorial e as mesmas podem ser discutidas (Pinheiro et al., 2017). Com isso é notória a maior exigência dos alunos diante do método por serem os responsáveis pelo gerenciamento do próprio aprendizado (Bento et al., 2017).

Por ter um processo de aprendizagem que abrange vários modelos pedagógicos, as metodologias ativas, exigem dedicação integral dos alunos para obterem o aprendizado necessário, fato que pode desencadear ou agravar transtornos psíquicos, pois há necessidade da privação do sono por decorrência do elevado volume de estudos (Cunha & Santos, 2018; Silveira et al., 2011). No que se refere ao sono, um estudo verificou que existe uma correlação negativa, e inversamente proporcional entre a média de horas dormidas e a saúde mental do estudante (Nogueira & Sequeira, 2017). Assim, as exigências do curso, sejam eles físicos ou psicológicos que condicionam fatores estressores a esses indivíduos, os tornam suscetíveis a transtornos psicossociais e emocionais (Amorim et al., 2018).

Há evidências de que o baixo desempenho acadêmico está relacionado a dificuldade de adaptação ao método, pois o estudante sai de um método tradicional do ensino médio e passa a vivenciar uma nova metodologia de ensino ao entrar na faculdade, sendo necessária uma adaptação a uma nova forma de pensar e aprender, o que inicialmente pode trazer dificuldades, insegurança e angústias, o que leva a elevados índices de depressão na população acadêmica, desde os primeiros semestres (Chagas et al., 2018; Pereira & Cardoso, 2015).

Além desses fatores, ocorre também o fato de os alunos entrarem em contato com inúmeros processos patológicos, se depararem com a dificuldade em comunicar más notícias, o medo de adquirir doenças, o medo de cometer erros e sentimento de impotência diante de certas enfermidades (Tenório et al., 2016). Tudo isso gera no próprio estudante um sentimento de autocobrança, além do alto nível de cobrança também por parte da instituição de ensino, e da expectativa da sociedade em relação ao desempenho e responsabilidade profissional, o que pode levá-los a ativarem mecanismos de defesa psicológicos, como dissociação ou isolamento afetivo, que os colocam como um fator predisponente ao surgimento de sintomas depressivos (Da Nóbrega et al., 2015; Padovani et al., 2014).

Desse modo, o objetivo do presente estudo é buscar avaliar a influência da metodologia ativa de aprendizagem, na saúde mental de alunos de uma instituição privada do estado do Pará, com o propósito de criar possíveis estratégias institucionais para intervir sobre os transtornos expostos.

## 2. Metodologia

Trata-se de um estudo de natureza aplicada, com abordagem quantitativa, procedimento de pesquisa observacional, participante e temporaneidade transversal (Severino, 2018). A pesquisa foi realizada no Centro Universitário Metropolitana da Amazônia - UNIFAMAZ, sendo a população estudada os discentes do curso de Medicina devidamente matriculados cursando o primeiro, quarto e oitavo semestres, de ambos os sexos, sem restrição de idade (menores e/ou maiores de 18 anos), totalizando 135 alunos. Foram excluídos aqueles que responder a mão questionário de maneira incompleta ou que optaram por não participar da pesquisa.

Foi enviado um link do Google Forms® através do Whatsapp® para os convidados da pesquisa. Após assinarem o TCLE os participantes responderam o WHOQOL-BREF através de um formulário online. Esse formulário apresenta 4 domínios de pesquisa: físico, psicológico, relacionamento social e meio ambiente, além de um domínio geral referente a qualidade de vida e saúde.

Os dados foram tratados utilizando estatística descritiva, expressos sob a forma de frequências absoluta e relativa para as variáveis qualitativas e quantitativas apresentados em gráficos. Associações entre duas variáveis qualitativas foram avaliadas utilizando o teste G de independência e, no caso de significância, os valores que mais contribuiram para o resultado foram identificados pelo método de análise de resíduos padronizados. Os gráficos foram construídos com as ferramentas disponíveis no software Microsoft® Excel. Todos os testes foram executados com o auxílio do software BioEstat (Versão 5.3) e resultados com  $p \leq 0.05$  (bilateral) foram considerados significativos.

A pesquisa realizada seguiu as diretrizes e normas que regulamentam pesquisas envolvendo seres humanos contidas

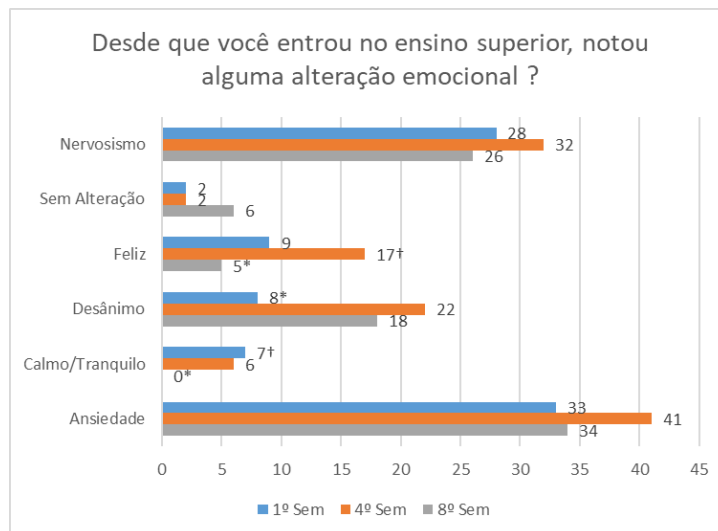
nas resoluções 466/12 e 510/16 CNS/CONEP. Ressalta-se que todos os participantes do estudo tiveram sua participação condicionada à assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido visando sua autonomia, e livres para encerrar suas participações no projeto a qualquer momento, com objetivo de evitar maleficência para tais. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNIFAMAZ sendo o número do parecer 4.230.167e do Certificado de Apresentação para Apreciação Ética 34568720.1.0000.5701.

### 3. Resultados e Discussão

A partir dos dados analisados por esta pesquisa, foi possível observar aspectos relevantes da influência da metodologia ativa na saúde mental dos discentes.

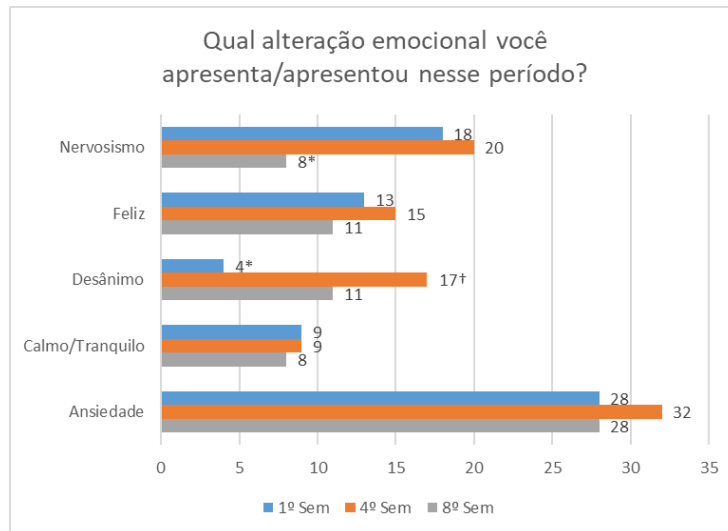
Quando analisado os resultados de forma geral, nota-se uma preocupação quanto à saúde mental dos estudantes de medicina, tendo em vista que, dos 135 alunos analisados, 92% apresentaram transtorno do sono, 41,5% pensamentos de que não vale a pena viver e 67,4% alterações emocionais relacionadas ao método PBL.

**Figura 1 - Alteração emocional desde o início do curso.**



Abreviatura: sem (semestre). P-valores (teste G): ansiedade = 0,833; calmo/tranquilo = 0,003; desânimo: 0,040; feliz: 0,034; sem alteração = 0,175; nervosismo = 0,570. A\*: A frequência observada foi inferior ao esperado ao acaso. B†: A frequência observada foi superior ao esperado. Cada estudante poderia citar mais de um item. Fonte: Autores.

**Figura 2** - Alteração emocional no período em que se encontra.

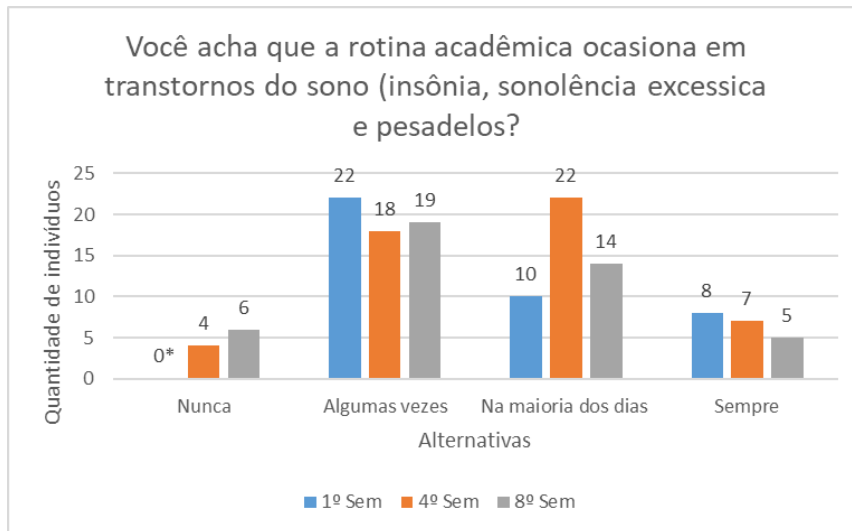


Abreviatura: sem (semestre). P-valores (teste G): ansiedade = 0,742; calmo/tranquilo = 0,827; desânimo = 0,024; feliz = 0,745; nervosismo = 0,017. Teste G. A\*: A frequência observada foi inferior ao esperado ao acaso. B†: A frequência observada foi superior ao esperado. Cada estudante poderia citar mais de um item. Fonte: Autores.

Analisando de acordo com as respostas do questionário (Figuras 1 e 2), onde se percebe uma quantidade significativa de estudantes (81,7% e 71,8% do total de respostas) apresentando alterações como ansiedade, nervosismo e desânimo, com 108, 86 e 48 respostas, respectivamente, quando relacionada à presença desde o início do curso (Figura 1) e 88, 46 e 32 respostas, quando relacionadas no atual período que se encontram (Figura 2). Dessa forma, os valores referentes ao 4º semestre apresentam relativo destaque, onde mostram a maior quantidade de respostas com essas alterações, como por exemplo, a presença da resposta “desânimo” no período atual para 17 indivíduos, 13 respostas a mais que no 1º semestre e 8 a mais que no 8º semestre, demonstrando um desgaste possivelmente maior em relação aos outros semestres.

Quando essas alterações são analisadas em conjunto com a falta de amparo ou procura de apoio psicológico para sintomas depressivos, seja devido à ineficácia de acompanhamentos posteriores ou pela dificuldade em conciliar a rotina acadêmica com as consultas, esses indivíduos optam por não adotar estratégias de prevenção dos transtornos psicossociais e melhora da saúde mental. O que demonstra que a depressão continua sendo um fator subdiagnosticado, tanto na comunidade médica profissional quanto na acadêmica, seja por escassez de auxílio psicológico ou por falta de procura dos acadêmicos (Gil et al., 2018). Além disso, esses fatores também estão associados à incapacidade de incorporar atividades de lazer, como hobbies, atividades físicas e entre outros devido a esse desgaste emocional vivenciado na rotina acadêmica (Da Nóbrega et al., 2015; Rosales-Ricardo & Ferreira, 2022; Tenório et al., 2016).

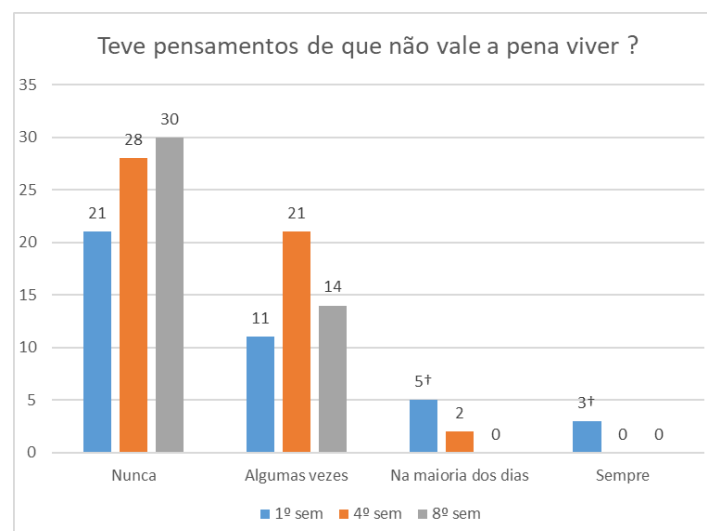
**Figura 3** - Influência da rotina acadêmica em transtornos do sono.



Abreviaturas: sem (semestre). P-valor: 0,042. Teste G. A\*: A frequência observada foi inferior ao esperado ao acaso. B†: A frequência observada foi superior ao esperado. Cada estudante poderia citar mais de um item. Nunca: nenhum dia na semana, algumas vezes: 1 a 3 dias na semana, na maioria dos dias: 4 a 6 dias na semana e sempre: todos os dias da semana. Fonte: Autores.

Uma das principais alterações vivenciadas pelos estudantes de medicina, a dificuldade em adormecer ou em dormir sem interrupções, pelo fato de haver a significativa presença de estudantes com transtornos do sono causados pela rotina acadêmica (Figura 3), com 59 respostas em “algumas vezes”, 46 em “na maioria dos dias” e 20 em “sempre”, totalizando 125 indivíduos (92,5% do público estudado) que possuem algum transtorno do sono em pelo menos 1 dia na semana. Fato que é presente na rotina acadêmica não só em estudantes de medicina, mas abrange de forma geral o ambiente acadêmico, atingindo tanto jovens quanto universitários mais velhos, sendo uma média de 50 a 70% diagnosticados com algum transtorno do sono, influenciando diretamente seus desempenhos (Amorim et al., 2018; Silveira et al., 2011).

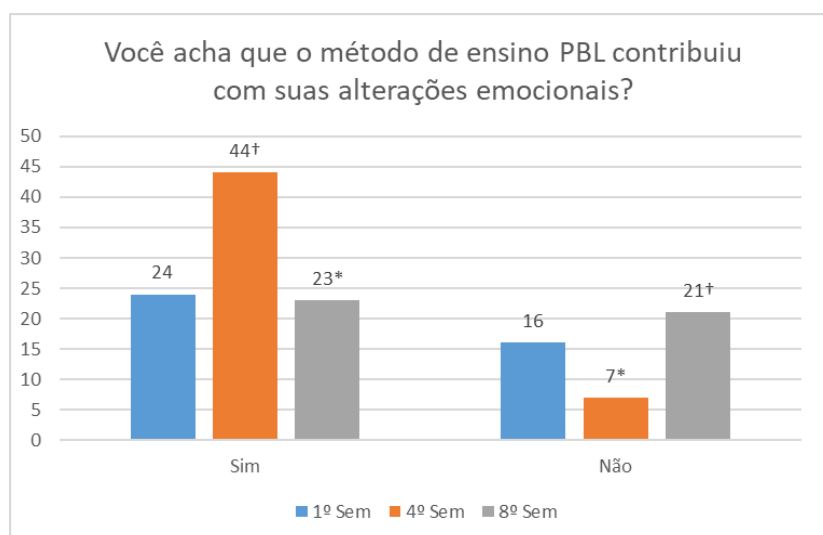
**Figura 4** - Pensamentos que não vale a pena viver.



Abreviatura: sem (semestre). P-valor: 0,008. Teste G. A\*: A frequência observada foi inferior ao esperado ao acaso. B†: A frequência observada foi superior ao esperado. Cada estudante poderia citar mais de um item. Nunca: nenhum dia na semana, algumas vezes: 1 a 3 dias na semana, na maioria dos dias: 4 a 6 dias na semana e sempre: todos os dias da semana. Fonte: Autores.

Os resultados da Figura 4 demonstram uma preocupação quanto aos índices de suicídio entre os acadêmicos de medicina, devido ao fato de 56 indivíduos relatarem ter o pensamento de que não vale a pena viver pelo menos uma vez na semana, dando destaque para 7 pessoas relatando sentir 4 a 6 dias na semana, sendo eles 5 do primeiro e 2 do quarto, e 3 estudantes do primeiro semestre apresentando o pensamento todos os dias na semana. Dessa forma, quando analisado de acordo com a tabela da Figura 5, onde 91 indivíduos (67%) afirmaram terem como influência de todas as alterações apresentadas, o método PBL na rotina acadêmica, percebe-se que muitos acadêmicos acreditam que a rotina na faculdade e a aplicação das metodologias ativas possam ser os causadores de seus transtornos depressivos. Assim, a respeito de dificuldades de concentração na rotina, de sentimentos de desânimo e cansaço, da presença de transtornos do sono e de pensamentos de que não vale a pena viver, podem ser influenciados pelo método PBL, devido à significativa porcentagem demonstrada, principalmente entre estudantes do primeiro e do quarto semestre (Cunha & Santos, 2018; Nogueira & Sequeira, 2017).

**Figura 5.** Influência do método PBL nas alterações emocionais.



Abreviatura: sem (semestre). P-valor: <0,001. Teste G. A\*: A frequência observada foi inferior ao esperado ao acaso. B<sup>†</sup>: A frequência observada foi superior ao esperado. Cada estudante poderia citar mais de um item. Fonte: Autores.

Da mesma forma em que essas influências negativas estão presentes, o uso de metodologias ativas no contexto universitário também tem aspectos facilitadores, onde uma parcela dos estudantes encontra conforto e conseguem se adaptar mais rapidamente, proporcionando uma melhora na qualidade de vida e da saúde mental (Carabetta Jr, 2016; Pinheiro et al., 2017). O que pode ser de fato confirmado com a presença de índices positivos de 31 alunos relatando estarem felizes desde o início do curso (Figura 1) e 39 no atual período em que se encontram (Figura 2). Dessa forma, mesmo com altos índices de influências negativas, também há evidências significativas de que alguns alunos estão se adaptando ao método educacional e estão conseguindo manter a saúde mental preservada.

#### 4. Conclusão

O presente estudo evidenciou a influência exercida das metodologias ativas, em específico ao método PBL, no desenvolvimento de transtornos depressivos ao longo dos semestres do curso de medicina da faculdade escolhida como campo de coleta. Os resultados demonstraram que os acadêmicos apresentaram uma relativa degradação psicossocial, sendo relatados os sintomas que acompanham a depressão, como pensamentos de que não vale a pena viver, insônia, ansiedade, nervosismo e desânimo, os quais surgem no primeiro semestre e vão se agravando até o quarto semestre e se estabilizam no oitavo semestre.



Embora na realidade abordada os resultados sejam expressivos, uma limitação deste estudo foi a pesquisa em apenas uma instituição de ensino o que dificulta a extrapolação dos resultados encontrados para outras realidades já que o tema da saúde mental é amplo e complexo e os fenômenos que o impactam são multifatoriais. Estudar a relação entre as metodologias ativas e a saúde mental de estudantes de medicina ou da área da saúde em outras instituições privadas e públicas no futuro, parece ser um caminho para novas pesquisas acerca do tema e os autores deste trabalho recomendam sua execução.

Dessa forma, é necessário utilizar medidas integrativas de suporte emocional e educativo no período inicial do curso de medicina, focando em estratégias de organização de rotina e amparo psicológico, com a colaboração dos cursos de psicologia e terapia ocupacional, no intuito de auxiliar no desenvolvimento biopsicossocial dos estudantes. Com essas medidas há a possibilidade de reduzir a degradação emocional gerada pelo nível de exigência da graduação.

## Referências

- Amorim, B. B., Moraes, L., Sá, I. C. G., Silva, B. B. G., & Camara Filho, J. W. S. (2018). Saúde mental do estudante de medicina: Psicopatologia, estresse, sono e qualidade de vida. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 7(2), 245–254.
- Araújo, D. da C., Almeida, C. P., Santana, L. R. P., Mota, S. B., Santos, A. D. dos, Lima, S. V. M. A., Araújo, K. C. G. M. de, Alves, J. A. B., & Vaez, A. C. (2021). Qualidade de vida dos estudantes da área da saúde que utilizam metodologia ativa de ensino-aprendizagem. *Research, Society and Development*, 10(5), Art. 5. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i5.14737>
- Bento, L. M. A., Andrade, L. P. de, Sales, A., Souza, A. P. de, Souza, A. F. P. de, Batistona, G. T., Roque, G. P. C., Silva, J. Y. F., Salturi, J. G., Baldasso, M. F., & Moraes, R. A. de S. e. (2017). Percepção dos Alunos de Medicina Quanto a Aprendizagem X Ansiedade na Metodologia Ativa. *Revista de Ensino, Educação e Ciências Humanas*, 18(2), 178–182. <https://doi.org/10.17921/2447-8733.2017V18N2P178-182>
- Carabetta Jr, V. (2016). Metodologia ativa na educação médica. *Revista de Medicina*, 95(3), 113–121. <https://doi.org/10.11606/ISSN.1679-9836.V95I3P113-121>
- Chagas, N. B., Sanches, F. B., Silva, R. F. da, Melo, D. G., Germano, C. M. R., & Avó, L. R. da S. de. (2018). Qualidade de Vida de Estudantes de Medicina em um Curso que Adota Metodologias Ativas de Ensino-Aprendizagem. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 42, 96–102. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v42n4RB20170095>
- Cunha, A. F. da, & Santos, V. K. R. (2018). *Avaliação de transtornos mentais comuns em estudantes de Medicina do Campus Lagarto: Prevalência e fatores associados*. <http://ri.ufs.br/jspui/handle/riufs/9606>
- Da Nóbrega, S., Moreira, T., Luiz, R., Silva, S., Nancy, V. I., & Ii, H. (2015). Estresse na Formação Médica: Como Lidar com Essa Realidade? *Revista BRasileira de educação Médica*, 39(4), 558–564. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v39n4e03072014>
- Fromm, E. (1976). *Ter ou Ser?*, Rio de Janeiro (Zahar Editores) 1977.
- Gil, I., Maluf, E. C., Stephanie Costa De Souza, T., Yumi, J., Silva, F., Catarino, M., & Pinto, S. (2018). Análise transversal de sintomas depressivos em estudantes de Medicina: Prevalência no primeiro ano de graduação. *Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental*, 7(2), 99–118.
- Gorenstein, C., Wang, Y., & HUNGERBÜHLER, I. (2015). *Instrumentos de avaliação em saúde mental*. [https://books.google.com/books?hl=pt-BR&lr=&id=G94\\_CwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT6&dq=Gorenstein,+C.,+Wang,+Y.+P.,+%26HUNGERB%C3%BCHLER,+I.+\(2015\).+Instrumentos+de+avalia%C3%A7%C3%A3o+em+sa%C3%BAde+mental.+Artmed+Editora.&ots=d2k1N-8eAq&sig=zrJYKzwBtrpOUwf4QO\\_tOngZ-60](https://books.google.com/books?hl=pt-BR&lr=&id=G94_CwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT6&dq=Gorenstein,+C.,+Wang,+Y.+P.,+%26HUNGERB%C3%BCHLER,+I.+(2015).+Instrumentos+de+avalia%C3%A7%C3%A3o+em+sa%C3%BAde+mental.+Artmed+Editora.&ots=d2k1N-8eAq&sig=zrJYKzwBtrpOUwf4QO_tOngZ-60)
- Leones, S., Machado, M., Natália De Souza Sirico, ;, Freitas Barbosa, P., Rocha, R., & Rosa, M. (2019). Ansiedade e depressão em estudantes de medicina. *revistas.famp.edu.br*, 2. <http://revistas.famp.edu.br/revistasaudemultidisciplinar/article/download/74/72>
- Lima, J., & Brito, A. (2018). Desgaste e sofrimento psíquico em estudantes de medicina: Uma revisão sistemática. *Seminário Estudantil de Produção Acadêmica*, 17.
- Diretrizes Curriculares Nacionais do Curso de Graduação em Medicina, RESOLUÇÃO Nº 3, DE 20 DE JUNHO DE 2014 1 (2014).
- Nogueira, M. J., & Sequeira, C. (2017). A saúde mental em estudantes do ensino superior: Relação com o gênero, nível socioeconômico e os comportamentos de saúde. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, spe5. <https://doi.org/10.19131/rpasm.0167>
- Noronha Júnior, Miguel Angelo, Amorim Braga, Y., Gonçalves Marques, T., Terra Silva, R., Danielle Vieira, S., Alves Ferreira Coelho, V., Antunes Alves Gobira, T., & Arantes de Araújo Regazzoni, L. (2015). Depressão em estudantes de medicina. *Rev Med Minas Gerais*, 25(4), 562–567. <https://doi.org/10.5935/2238-3182.20150123>
- Padovani, R. da C., Neufeld, C. B., Maltoni, J., Barbosa, L. N. F., Souza, W. F. de, Cavalcanti, H. A. F., & Lameu, J. do N. (2014). Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 10(1), 02–10. <https://doi.org/10.5935/1808-5687.20140002>
- Pereira, A., & Cardoso, F. (2015). *Ideação suicida na população universitária: Uma revisão da literatura*.
- Pinheiro, M. de F. S., Caldato, M. C. F., Lima, J. C., & Mendes, F. de C. C. de S. (2017). Avaliação da aprendizagem: Percepções docentes em sessões tutoriais de um curso de medicina na Amazônia. *IJHE - Interdisciplinary Journal of Health Education*, 2(1), Art. 1. <https://doi.org/10.4322/ijhe.v2i1.282>



Rosales-Ricardo, Y., & Ferreira, J. P. (2022). Effects of Physical Exercise on Burnout Syndrome in University Students. *MEDICC Review*, 24(1), 36–39. <https://doi.org/10.37757/MR2022.V24.N1.7>

Severino, A. J. (2018). *Metodologia do trabalho científico*. Cortez Editora.

Silveira, C., Norton, A., Brandão, I., & Roma-Torres, A. (2011). [Mental health of college students: Experience of the university psychiatric outpatient clinic of Hospital de São João]. *Acta médica portuguesa*, 24 Suppl 2, 247–256.

Tenório, L. P., Argolo, V. A., Sá, H. P. de, Melo, E. V. de, & Costa, E. F. de O. (2016). Saúde Mental de Estudantes de Escolas Médicas com Diferentes Modelos de Ensino. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 40, 574–582. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v40n4e00192015>

Wijeratne, C., Johnco, C., Draper, B., & Earl, J. (2021). Doctors' reporting of mental health stigma and barriers to help-seeking. *Occupational Medicine (Oxford, England)*, 71(8), 366–374. <https://doi.org/10.1093/ocmed/kqab119>