

Transtornos mentais comuns em estudantes de Medicina no Brasil: Uma revisão bibliográfica da literatura

Common mental disorders in Medical students in Brazil: A bibliographical review of the literature

Trastornos mentales comunes en estudiantes de Medicina en Brasil: Una revisión bibliográfica de la literatura

Recebido: 04/03/2025 | Revisado: 11/03/2025 | Aceitado: 12/03/2025 | Publicado: 17/03/2025

Alyssa Alves Fernandes Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7565-6539>
Pontifícia Universidade Católica, Brasil
E-mail: alyssaalves@hotmail.com

Anna Flávia Egito de Melo

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-4097-2311>
Pontifícia Universidade Católica, Brasil
E-mail: annaflavia_97@hotmail.com

Eduardo Chaves Ferreira Coelho

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5076-9008>
Pontifícia Universidade Católica, Brasil
E-mail: eduardoccoe@gmail.com

Larissa Mota Ramos

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-6743-8826>
Pontifícia Universidade Católica, Brasil
E-mail: larissamotaramos@gmail.com

Renot Alves Irineu Neto

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-1576-1484>
Pontifícia Universidade Católica, Brasil
E-mail: renotalves@hotmail.com

Isadora Garcia de Paula

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-8034-6275>
Pontifícia Universidade Católica, Brasil
E-mail: isadora.garcia98@gmail.com

Gleydson Ferreira de Melo

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-4978-1083>
Pontifícia Universidade Católica, Brasil
E-mail: gmelo@p.ucb.br

Resumo

Os Transtornos Mentais Comuns (TMC) estão entre os transtornos mentais que mais acometem os estudantes, principalmente os da área da saúde. Estudos mostram que o desenvolvimento dos TMC é multifatorial e embora sejam considerados menos graves, os TMC estão relacionados com uma queda significativa na qualidade de vida dos alunos, afetando relacionamentos e o próprio desenvolvimento acadêmico. O objetivo do presente artigo é descrever os TMC em estudantes de medicina do Brasil em seus aspectos fisiológicos e epidemiológicos, os principais fatores de risco envolvidos e suas variáveis, e o papel das escolas médicas nesse cenário, segundo a literatura. Trata-se de uma revisão bibliográfica da literatura com dados levantados através da plataforma Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e foram incluídos 15 artigos. Foram encontrados resultados como: maior taxa de TMC em estudantes do sexo feminino, maior sofrimento psíquico na metade do curso, falta de capacitação das instituições de ensino para lidar com a saúde mental dos alunos, correlação significativa com a carga horária e exigências do curso de medicina, abuso de substâncias lícitas e ilícitas e fatores protetores como prática de esportes, terapia e rede de apoio definida. É necessário romper com os preconceitos acerca dos TMC oferecendo recursos para que esses estudantes possam identificar e enfrentar a multifatorialidade do problema e, pensando no cenário universitário, faz-se necessário implementar medidas preventivas dentro das faculdades, a fim de promover a saúde mental dos estudantes.

Palavras-chave: Transtornos mentais; Estudantes; Saúde mental; Fatores de risco.

Abstract

Common Mental Disorders (CMD) are among the mental disorders that most affect students, especially those in the health field. Studies show that the development of CMDs is multifactorial and although they are considered less serious, CMDs are related to a significant drop in students' quality of life, affecting relationships and academic

development itself. The objective of this article is to describe CMD in Brazilian medical students in their physiological and epidemiological aspects, the main risk factors involved and their variables, and the role of medical schools in this scenario, according to the literature. This is a bibliographic review of the literature with data collected through the Virtual Health Library (VHL) platform and 15 articles were included. Results were found such as: higher rate of CMD in female students, greater psychological distress in the middle of the course, lack of training in educational institutions to deal with students' mental health, significant correlation with the course load and requirements of the medical course, abuse of legal and illicit substances and protective factors such as sports, therapy and a defined support network. It is necessary to break with prejudices about CMD by offering resources so that these students can identify and face the multifactorial nature of the problem and, thinking about the university scenario, it is necessary to implement preventive measures within colleges, in order to promote students' mental health.

Keywords: Mental disorders; Students; Mental health; Risk factors.

Resumen

Los Trastornos Mentales Comunes (TMC) se encuentran entre los trastornos mentales que más afectan a los estudiantes, especialmente a los del ámbito sanitario. Los estudios demuestran que el desarrollo de los TMC es multifactorial y aunque se consideran menos graves, los TMC se relacionan con una caída significativa en la calidad de vida de los estudiantes, afectando las relaciones y el propio desarrollo académico. El objetivo de este artículo es describir la TMC en estudiantes de medicina brasileños en sus aspectos fisiológicos y epidemiológicos, los principales factores de riesgo involucrados y sus variables, y el papel de las facultades de medicina en ese escenario, según la literatura. Se trata de una revisión bibliográfica de la literatura con datos recopilados a través de la plataforma Biblioteca Virtual en Salud (BVS) y se incluyeron 15 artículos. Se encontraron resultados tales como: mayor índice de TMC en estudiantes mujeres, mayor malestar psicológico a mitad de carrera, falta de capacitación en las instituciones educativas para atender la salud mental de los estudiantes, correlación significativa con la carga horaria y requisitos de la carrera de medicina, abuso de sustancias legales e ilícitas y factores protectores como deporte, terapia y una red de apoyo definida. Es necesario romper con los prejuicios sobre el TMC ofreciendo recursos para que estos estudiantes puedan identificar y enfrentar el carácter multifactorial del problema y, pensando en el escenario universitario, es necesario implementar medidas preventivas en el seno de las facultades, con el fin de promover la salud mental de los estudiantes.

Palabras clave: Trastornos mentales; Estudiantes; Salud mental; Factores de riesgo.

1. Introdução

Sabe-se que o processo de formação médica é cercado de diversos fatores estressantes que afetam de maneira significativa a vida dos alunos. As consequências podem ser vistas em aspectos físicos e mentais, como no surgimento de Transtornos Mentais Comuns (TMC), colocando em risco a qualidade de vida desses estudantes (Santos et al., 2017).

Os transtornos mentais comuns representam os quadros menos graves e mais frequentes de transtorno mental. O desenvolvimento do TMC pode estar ligado a diversos fatores como sexo, faixa etária, situação conjugal, condições de vida e de trabalho. Alguns sintomas como angústia, isolamento, irritabilidade, insônia, esquecimento, e distúrbios físicos como diarreia, cefaleia e emagrecimento seriam indicativos desse transtorno (Dâmaso et. al, 2019).

Estudos apontam que, dentro dos diversos transtornos mentais possíveis, a ansiedade e a depressão são os transtornos mentais comuns (TMC), com maior expressão entre os acadêmicos de medicina, afetando diretamente seu desempenho e, em alguns casos, podendo levar até a evasão do curso (Medeiros, 2018).

De maneira muito singular, o processo formativo proposto pelas Faculdade de Medicina se caracteriza pela sobrecarga de estudos, carga horária exaustiva, a competitividade anterior e posterior a entrada no curso (relativo aos processos seletivos do vestibular e residência), o contato com doentes graves, com a morte e o sofrimento, a privação de lazer dentre outros (Souza, 2022).

Durante a formação médica, fatores de estresse e ansiedade são sintomas recorrentes durante o curso. Nesse sentido, as particularidades estressoras demonstram aspectos de vulnerabilidade dos estudantes de medicina. Nesse ponto é onde se observa o desenvolvimento de estratégias individuais: álcool, drogas ilícitas, medicamentos, comportamentos de risco e até mesmo suicídio, com a finalidade de driblar a realidade presente, não encarando, de fato, o cerne do problema (Maia, et al., 2020).

Entre esses estudantes, o uso abusivo de bebidas alcoólicas e outras substâncias relaciona-se, entre outras causas, à

intensa carga horária de estudo, bem como à íntima relação com as doenças ao longo da graduação e tal prática teria o objetivo de servir como “válvula de escape” para a rotina estressante (Maia et al., 2020).

Apesar do contexto descrito, poucos jovens procuram apoio multiprofissional, isso ocorre por diversos fatores, como falta de tempo, estigma em relação à doença mental, alto custo do tratamento e até a uma certa normalização dos transtornos psicológicos entre os próprios estudantes (Souza, 2022).

Nesse sentido, estudos recentes mostram que a realização de exercícios físicos teria um efeito protetor em relação aos sintomas do TMC melhorando o estado físico e mental. Outras atividades como yoga, aulas de música e rodas de conversa entre os estudantes de cursos da saúde foram mencionadas como atividades que trariam benefícios à saúde mental (Leão, 2018).

Torna-se, um ponto de atenção, que as universidades reconheçam a necessidade de organizar programas de promoção à saúde mental para seus alunos, não só com o fornecimento de apoio psiquiátrico, mas, estimulando a associação de outras práticas como esportes, meditação e grupos de apoio.

O objetivo do presente artigo é descrever os TMC em estudantes de medicina do Brasil em seus aspectos fisiológicos e epidemiológicos, os principais fatores de risco envolvidos e suas variáveis, e o papel das escolas médicas nesse cenário, segundo a literatura.

2. Métodos

Este estudo consiste em revisão narrativa (Cavalcante & Oliveira, 2020; Casarin et al., 2020; Rother, 2007) bibliográfica da literatura, cuja análise foi desenvolvida a partir de dados levantados na plataforma Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Na seleção do material foram considerados os descritores “transtornos mentais”; “saúde mental”; “estudantes de medicina”; “educação médica”; “estresse psicológico”; “fatores de risco”; “prevalência”; “depressão”; “ansiedade” e “universidades”.

Estabeleceram-se previamente os seguintes critérios de inclusão: trabalhos disponíveis na íntegra e publicados entre 2017 e 2022. Quanto aos critérios de exclusão, foram desconsiderados textos em duplicidade, anteriores a 2017 e que, apesar de apresentarem os descritores selecionados, não abordavam diretamente a temática proposta, analisada pela leitura dos resumos.

Além disso, reportagens recentes, sites e relatórios oficiais foram consultados para atualizar as informações. O levantamento de dados, a sistematização, análise e produção do trabalho aconteceram entre fevereiro de 2022 e outubro de 2022. Os artigos selecionados foram considerados válidos de acordo com o grau de relevância do assunto estudado, levando em conta os que apresentavam no título ou no resumo algum dos descritores utilizados na busca.

3. Resultados e Discussão

Fundamentado nas estratégias de busca descritas, foram identificados 22 artigos. Em seguida foi feito a apuração para triagem, elegibilidade e inclusão dos artigos. Obtiveram-se então 15 artigos, descritos na Tabela 1 abaixo, para compor esta revisão bibliográfica. Considera-se, para efeito da análise do delineamento da pesquisa, que a amostra final é constituída por artigos com abordagem qualitativa, os quais avaliam a qualidade de vida dos estudantes de medicina. Dentre eles, os 15 artigos foram publicados em idioma português, na base de dados da BVS.

Tabela 1 - Artigos encontrados na pesquisa no banco de dados BVS.

TÍTULO	BASE DE DADOS	PERIÓDICO	ANO DE PUBLICAÇÃO
Qualidade de vida e transtornos mentais comuns em estudantes de medicina	BVS	Cogitare Enferm.	2017
Saúde Mental de Ingressantes no Curso Médico: uma Abordagem segundo o Sexo	BVS	Revista Brasileira de Educação Médica	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	BVS	Revista Brasileira de Educação Médica	2018
Um estudo longitudinal sobre a influência do internato em saúde mental na redução de atitudes negativas de estudantes de Medicina em relação a portadores de transtornos mentais	BVS	Jornal Brasileiro Psiquiatria	2019
É muita pressão! Percepções sobre o desgaste mental entre estudantes de medicina	BVS	Revista Brasileira Orientação Profissional	2019
Qualidade de Vida e Transtornos Mentais Menores dos Estudantes do Centro de Medicina Caratinga nas Universitário Gerais (UNEC) - Mi	BVS	Revista Brasileira de Educação Médica	2020
Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento	BVS	Revista Brasileira de Educação Médica	2020
Avaliação do risco de suicídio entre alunos no início, meio e fim do curso de medicina de uma Faculdade	BVS	Revista de Medicina	2022
Prevalência de Transtornos Mentais Comuns entre Estudantes de Medicina da Universidade Regional de Blumenau (SC)	BVS	Revista Brasileira de Educação Médica	2019
Saúde mental de acadêmicos de medicina: estudo longitudinal	BVS	Revista Brasileira de Educação Médica	2021
Setor de Atendimento em Saúde Mental aos estudantes de medicina da Universidade Federal do Rio de Janeiro	BVS	Jornal Brasileiro de Psiquiatria	2021
Uso de substâncias psicoativas entre estudantes de medicina em uma universidade do semiárido brasileiro	BVS	Medicina (Ribeirao Preto, Online)	2022
Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em estudantes de uma universidade pública brasileira	BVS	Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional	2022

Fonte: Elaborada pelos Autores.

3.1 Fatores Relevantes no Adoecimento

Observou-se que vários resultados foram evidenciados a respeito da prevalência de TMC nos diferentes estudos, podendo estes estarem relacionados às diferenças no processo ensino-aprendizagem, estrutura curricular, diferenças regionais ou metodológicas relativas aos estudos analisados (Santos et al., 2017.)

Para Guedes (2019) destacou-se a questão da multifatoriedade da ausência de saúde mental (estresse, depressão, ansiedade, entre outros) no grupo de estudantes de graduação em medicina. Seu estudo trouxe que fatores estressores pessoais (cobranças, medo e insegurança), institucionais (currículo, com carga horária elevada e excesso de informações, avaliação,

relação com professores, estrutura institucional de apoio) e sociais (indisponibilidade para realizar atividades associativas e de lazer, perspectivas profissionais) estariam diretamente relacionados com os TMC.

Os dados encontrados corroboram com o estudo de Dâmaso (2019) onde os principais fatores relacionados com o desenvolvimento dos TMC nos estudantes seriam: falta de tempo para atividades sociais e prática de exercícios físicos, perda da liberdade pessoal, baixa autoestima, sentimento de inutilidade, dificuldade de gerir o tempo de estudos e de lazer, individualismo, morar longe da família, competitividade e altas cargas horárias. Notou-se que os estudantes de medicina dedicam parte de seu tempo livre a outras atividades relacionadas ao próprio meio acadêmico. Percebeu-se então que o menor número médio de horas de lazer por dia é associado a maior frequência de TMC, sendo então a quantidade e a qualidade do tempo livre dos alunos um fator de risco. No estudo realizado por Grether (2019) constatou-se que a prevalência de TMC entre o grupo que afirma ter menos de uma hora de lazer em média por dia foi 2,3 vezes maior que a encontrada no grupo que respondeu ter três horas de lazer em média por dia.

Estudos observaram que graduandas de medicina do sexo feminino tem maior acometimento por TMC. Quando comparadas aos colegas do sexo masculino, possuem dificuldade em conciliar o internato com os estudos, ou seja, dificuldade com dedicação no período integral. De acordo com Medeiros (2018) as mulheres apresentam maior prevalência de estresse e TMC, além de piores escores de qualidade de vida. Segundo Maia (2020) possíveis motivos do maior acometimento em mulheres são interações entre influências hormonais, diferenças sexuais ligadas a aspectos neuronais envolvidas com humor e ansiedade, estressores psicossociais, papéis de gênero prescritos e a importância do apoio social para mulheres.

Outro fator que se mostrou relevante foi a vivência longe dos familiares, principalmente nos primeiros meses por ser uma fase de integração com um novo estilo de vida. Os jovens relatam sentimentos como saudade e tristeza. Sendo assim, a dimensão psicológica pode ser afetada, o que justificaria a ocorrência dos TMC (Santos et al., 2017.)

A exigência de alto rendimento e a cobrança excessiva também se mostraram associadas com os TMC. Santos (2017), traz que uma noite de sono reduzida leva os estudantes a ficarem acordados por mais tempo gerando uma exaustão mental. Como resultado disso, o ciclo do sono se altera, causando no indivíduo o cansaço e a sonolência durante o dia, comprometendo seu desempenho e proporcionando o desgaste físico e psíquico. Tal estudo se confirma também com o estudo proposto por Leaõ (2018) e Silva (2020) ao afirmarem que noites mal dormidas podem gerar problemas como fadiga, irritabilidade, hipertensão arterial, dificuldades de atenção e de memória, e transtornos mentais como depressão e ansiedade.

A existência de competitividade entre os alunos também se mostrou como um fator causal. Os estudantes se envolvem em vários projetos extracurriculares, como monitorias, ligas acadêmicas e projetos de pesquisa, visando aperfeiçoar o currículo para a aprovação em residências médicas e inserção na vida profissional futura, de modo que se comprometem exageradamente levando a uma exaustão física e mental. Também se expressa a competitividade na comparação com o rendimento do colega nos estudos, no sentido de se cobrar ao máximo para provar melhores resultados (Dâmaso et al., 2019).

Análises mostraram que os acadêmicos se encontram insatisfeitos com sua qualidade de vida, tanto no domínio físico, quanto no mental. A baixa qualidade de vida é um fator que aparenta estar relacionado com o desenvolvimento dos TMC e até mesmo com pensamentos como suicídio e o desejo de desistir do curso médico (Medeiros et al., 2018., Leaõ et al., 2018.)

Segundo Souza (2022), o risco de suicídio tem maior prevalência durante o 3º ano da faculdade pois, é nessa fase que os alunos começam a participar mais de atividades práticas em ambientes hospitalares, expondo-se pela primeira vez ao sofrimento e até à morte de pacientes, o que pode ser mais um causador de estresse emocional. No entanto, o autor também traz que o comportamento suicida estaria atrelado a diversos fatores como conflitos em casa, uso de drogas ilícitas e histórico familiar etc.

Para Medeiros (2021), muitos estudantes já ingressam no curso médico com sinais de sofrimento psíquico. Antes mesmo da entrada na faculdade o processo de seleção dos vestibulares já seria responsável pelo aparecimento de uma

sintomatologia depressiva mostrando que o curso médico não é unicamente responsável pelo adoecimento dos estudantes, mas um fator potencializador para indivíduos previamente vulnerabilizados. De maneira oposta, o encerramento do curso também estaria associado com os TMC. Costa (2020) aponta que muitos estudantes se mostraram inseguros em relação ao futuro profissional, a residência e a inserção no mercado de trabalho.

Além disso, Costa (2020) constatou em seu artigo que estudar em escola pública previamente ao ingresso na universidade também estava associado com sintomas depressivos tendo em vista que, a inserção do estudante de escola pública no curso de Medicina no Brasil ficou mais proeminente após a política de cotas nas universidades federais do país. A própria expressão “aluno cotista” estaria relacionada com a angústia desses alunos uma vez que, de maneira pejorativa, estaria associada a menor competência e desempenho por colegas e professores, apesar de essa expectativa não ser comprovada pelos índices acadêmicos. Tal quadro é considerado, então, como um fator de vulnerabilidade para o desenvolvimento dos TMC.

Outro fator relevante no estudo dos TMC nos estudantes de medicina em geral é que esses jovens podem fazer, fazem ou fizeram uso, em algum momento, de medicação por causa do curso. Guedes (2019) constatou que houve uma prevalência maior de procura por cuidados de saúde mental e realização de terapêuticas psicotrópicas envolvendo uso de antidepressivos entre o sexo feminino, grupo esse mais acometido pelos TMC. Já o abuso de drogas, que podem incluir psicotrópicos ou outras drogas ilícitas, estão relacionados à depressão entre os acadêmicos de medicina de ambos os sexos.

Se tratando de substâncias lícitas, o uso de álcool e tabaco se mostrou relevante entre os estudantes. Batista (2022) relata que o consumo de álcool estaria relacionado com a queda do desempenho estudantil tanto em questões cognitivas e até mesmo nas faltas às aulas. Dentre as substâncias ilícitas, o uso da maconha e derivados estaria no topo da lista. No entanto, de maneira semelhante, ambos estariam relacionados com a necessidade de um “escape” frente ao estresse do curso.

Segundo a literatura, os estudantes de medicina não costumam buscar ajuda médica para seus problemas. Barbosa-Medeiros (2021) mostra que apenas um terço dos acadêmicos procuram tratamento psiquiátrico. Para Souza (2022) essa baixa na procura por atendimento geralmente é justificada pelos alunos por falta de tempo, estigma associado à utilização de serviços de saúde mental, custos e medo das consequências em nível curricular.

3.2 O Enfrentamento do Adoecimento

Medeiros (2018) traz em seu estudo que a expressão de sentimentos negativos, apoio psicológico, atividades de lazer, apoio espiritual são algumas estratégias adaptativas desenvolvidas por acadêmicos para enfrentamento do estresse. Para ele, a valorização dos relacionamentos interpessoais, o equilíbrio entre estudo e lazer, a organização do tempo, os cuidados com a saúde, a alimentação e sono, a prática de atividade física e aprender a lidar com situações adversas também são estratégias de enfrentamento que podem contribuir para melhorar a qualidade de vida do estudante.

Percebe-se a necessidade de os estudantes passarem por uma avaliação do profissional de saúde mental, uma vez que a qualidade de vida está notadamente afetada, principalmente os aspectos de relações sociais e psicológico. Esses são talvez os domínios mais influenciados no desenvolvimento de transtornos mentais comuns, já que o estresse, evidenciado frequentemente em graduandos de medicina, é cada vez mais preocupante, pois pode acarretar alterações fisiológicas, doenças cardiovasculares e desequilíbrio na atuação do sistema nervoso, os quais desencadeiam o declínio da qualidade de vida por gerar irritação, impaciência, depressão, infelicidade no âmbito pessoal, alterando, por fim, o jeito de ser do indivíduo. (Santos et al., 2017.)

No estudo realizado por Dâmaso (2019) alguns alunos mencionaram atividades pessoais que consideram ser protetoras contra o estresse, tais como prática de esportes e danças, distração com filmes e seriados. A conversa ou expressão de sentimentos ou relato do cotidiano foram estratégias presentes nos relatos dos grupos focais, principalmente por meio da comunicação com familiares e amigos, o apoio dos colegas do curso, bem como terapias psicológicas e psiquiátricas.

De maneira semelhante, Silva (2022) traz que muitos alunos sugeriram um maior incentivo aos esportes pela Universidade, como a disponibilização de quadras e pista de atletismo através de agendamento prévio e preços mais acessíveis na academia e aulas de natação. Atividades como yoga, meditação, aulas de música e rodas de conversa entre os cursos da saúde foram mencionados pelos estudantes como atividades que trariam benefícios à saúde mental. De fato, atividades de lazer e habilidades sociais são variáveis de proteção à saúde mental dos alunos. Além disso, áreas de descanso e melhorias das áreas comuns nos blocos também poderiam contribuir para essa questão.

De acordo com Leão (2018) a prática regular de atividade física estaria diretamente relacionada com a liberação de endorfina e serotonina, componentes neurológicos importantíssimos na proteção contra o desenvolvimento de TMC. Além de, indiretamente, influenciar na mudança física dos jovens, ajudando então na autoestima e, consequentemente, no grau de satisfação e felicidade com si mesmos.

4. Conclusão

O surgimento de TMC entre os estudantes de medicina têm aumentado quantitativamente e colocado em risco a qualidade de vida desses estudantes. Esse fato decorre de um processo de formação cercado por fatores estressantes e sintomas como angústia, isolamento, irritabilidade, insônia, esquecimento, e distúrbios físicos que afetam diretamente seu desempenho acadêmico e social, podendo resultar até em evasão do curso. Além disso, esses estudantes optam pelo uso descomedido e excessivo de drogas e álcool como mecanismo para fugir da realidade, enquanto as universidades são negligentes quanto a necessidade de tratar os TMC como uma questão de saúde, sendo necessário estimular seu diagnóstico e tratamento.

Em síntese, faz-se necessário a implementação de medidas preventivas dentro das universidades, dentre elas a inclusão de métodos de ensino que visem reduzir os efeitos negativos de todos os pontos estressantes da faculdade de Medicina, além de equipes multidisciplinares, contendo psiquiatra, psicólogos e grupos que associam práticas saudáveis, como esportes e meditação, como ferramenta imprescindível para promoção de saúde mental dos estudantes. Vale ressaltar, também, que cada aluno possui sua própria individualidade e particularidades que devem ser cuidadas por completo, tanto na esfera física quanto na emocional. Sendo assim, os estudantes devem ser tratados como são ensinados a tratar seus pacientes, compreendendo-os como um todo e não apenas como um processo saúde-doença.

Referências

- Batista, R. S. C., et al. (2022). Uso de substâncias psicoativas entre estudantes de medicina em uma universidade do semiárido brasileiro. *Medicina (Ribeirão Preto)*, 55(1), 1-9. <https://doi.org/10.11606/issn.2176-7262.v55i1.186124>
- Barbosa-Medeiros, M. R., & Caldeira, A. P. (2021). Saúde mental de acadêmicos de medicina: Estudo longitudinal. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 45(3), 1-9. <https://doi.org/10.1590/0034-7094-2021-0469>
- Casarin, S. T. et al. (2020). Tipos de revisão de literatura: considerações das editoras do Journal of Nursing and Health. *Journal of Nursing and Health*. 10 (5). <https://periodicos.ufpel.edu.br/index.php/enfermagem/article/view/19924>.
- Cavalcante, L. T. C. & Oliveira, A. A. S. (2020). Métodos de revisão bibliográfica nos estudos científicos. *Psicol. Rev.* 26 (1). <https://doi.org/10.5752/P.1678-9563.2020v26n1p82-100>.
- Costa, D. S. D., et al. (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. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.1-20190198>
- Dâmaso, J. G. B., et al. (2019). É muita pressão! Percepções sobre o desgaste mental entre estudantes de medicina. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 20(2), 29-41. <https://doi.org/10.5935/1679-2387.20190013>
- Grether, E. O., et al. (2019). Prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina da Universidade Regional de Blumenau (SC). *Revista Brasileira de Educação Médica*, 43(1 Suppl 1), 276-285. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v43.1-20180052>
- Guedes, A. F., et al. (2019). Prevalência e correlatos da depressão com características de saúde e demográficas de universitários de medicina. *Archives of Health Service*, 26(1), 47-50. <https://doi.org/10.21057/ahsvc.v26i1.39>
- Leão, A. M., et al. (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. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v42.4-20170161>

- Maia, H. A. A. D. S., et al. (2020). Prevalência de sintomas depressivos em estudantes de medicina com currículo de aprendizagem baseada em problemas. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 44(3), 1-7. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.3-20190214>
- Medeiros, M. R. B., et al. (2018). Saúde mental de ingressantes no curso médico: Uma abordagem segundo o sexo. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 42(3), 214–221. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v42.3-20170261>
- Pereira A. S. et al. (2018). Metodologia da pesquisa científica. [free e-book]. Editora UAB/NTE/UFSM
- Rother, E. T. (2007). Revisão sistemática x revisão narrativa. *Acta Paul. Enferm.* 20 (2). <https://doi.org/10.1590/S0103-21002007000200001>
- Santos, L. S. D., et al. (2017). Qualidade de vida e transtornos mentais comuns em estudantes de medicina. *Cogitare Enfermagem*, 22(4), 1-7. <https://doi.org/10.5380/ce.v22i4.54095>
- Silva, R. C., Pereira, A. D. A., & Moura, E. P. (2020). Qualidade de vida e transtornos mentais menores dos estudantes de medicina do Centro Universitário de Caratinga (UNEC) - Minas Gerais. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 44(2), 1-7. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.2-20190256>
- Souza, B. T. D., et al. (2022). Avaliação do risco de suicídio entre alunos no início, meio e fim do curso de medicina de uma universidade no Rio de Janeiro. *Revista de Medicina*, 101(4), 1-16. <https://doi.org/10.5935/0034-7167.20220013>