

Condições que interferem na qualidade de vida do estudante de Medicina
Conditions that interfere with the Medicine students quality of life
Condiciones que interfieren con la calidad de vida del estudiante de Medicina

Recebido: 26/10/2020 | Revisado: 04/11/2020 | Aceito: 09/11/2020 | Publicado: 12/11/2020

Mariana Lima Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6255-2538>

Centro Universitário de Anápolis UniEVANGÉLICA, Brasil

E-mail: marianalimaunieva@gmail.com

Milena Lima Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3980-9942>

Centro Universitário de Anápolis UniEVANGÉLICA, Brasil

E-mail: mileninhalima2009@hotmail.com

Ana Carolina Sales Pirondi da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6802-690X>

Centro Universitário de Anápolis UniEVANGÉLICA, Brasil

E-mail: anac.pirondi@gmail.com

Yago José Fagundes de Freitas

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4412-9493>

Centro Universitário de Anápolis UniEVANGÉLICA, Brasil

E-mail: yago_freitas10@hotmail.com

Naiza Murielly Pereira Borges

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3112-5610>

Centro Universitário de Anápolis UniEVANGÉLICA, Brasil

E-mail: naiza.murielly@gmail.com

Miguel Carlos Azevedo Cruz

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7719-9749>

Centro Universitário de Anápolis UniEVANGÉLICA, Brasil

E-mail: miguelcarlosac@hotmail.com

Alexandre Santos Mori

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3353-9419>

Centro Universitário de Anápolis UniEVANGÉLICA, Brasil

E-mail: alexandremorimed@gmail.com

Rafaela Melo Macedo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8005-5236>

Centro Universitário de Anápolis UniEVANGÉLICA, Brasil

E-mail: melorafamed@gmail.com

Thaís Ribeiro Garcia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5658-4151>

Centro Universitário de Anápolis UniEVANGÉLICA, Brasil

E-mail: thaisrgarcia13@hotmail.com

Jalsi Tacon Arruda

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7091-4850>

Centro Universitário de Anápolis UniEVANGÉLICA, Brasil

E-mail: jalsitacon@gmail.com

Resumo

A Organização Mundial da Saúde define saúde como um estado de bem estar físico, mental e social com ausência de qualquer doença. Porém, apesar dessa definição já ser consolidada entre a população mundial, a definição de qualidade de vida, objeto do presente estudo, ainda carece de delimitações. Nos últimos anos tem sido crescente a preocupação sobre a qualidade de vida na formação dos profissionais da saúde, devido à alta prevalência de transtornos de ansiedade e depressão além de outros transtornos associados também entre estudantes dessa área. Dessa forma, o objetivo do presente estudo foi identificar os principais fatores de risco que interferem na qualidade de vida dos estudantes de medicina, bem como expor quais são os transtornos mentais prevalentes nessa população. Trata-se de uma revisão de integrativa de literatura realizada com buscas nas bases de dados PubMed, SciELO e LILACS, partir dos descritores: depressão, ansiedade, qualidade de vida, estudantes de medicina, saúde mental. Foram incluídos trabalhos publicados nos últimos 10 anos e artigos relevantes para essa revisão. Os resultados foram divididos de acordo com as abordagens analisadas: psicológica, econômica, social e física, além de incluir a análise da influência curricular na qualidade de vida dos estudantes. O domínio psicológico é uma preocupação predominante entre os estudos sobre qualidade de vida dos estudantes de medicina devido ao aumento da prevalência de transtornos de ansiedade e depressão entre essa população. Foi observada alta prevalência de transtornos de ansiedade, depressão e ansiedade e depressão combinados entre os estudantes. No domínio econômico muitos alunos apresentaram dificuldades no início da graduação que contribui para necessidade de bolsas assistenciais ou de empréstimos para se manter com moradia, transporte

e alimentação. Já no domínio social os estudos demonstram a importância do componente social para a qualidade de vida, definida nos parâmetros sociais subjetivos como amor, prazer, felicidade, realização pessoal e bem-estar. O domínio físico destacou-se pela preocupação dos estudantes com atividade física e saúde, grande destaque se deu principalmente a qualidade precária desses estudantes nesses itens. Por fim, quanto à influência curricular há reclamações sólidas, principalmente acerca da quantidade de conteúdo e do pequeno tempo para aprendê-lo durante formação. Assim, a qualidade de vida dos estudantes brasileiros de medicina sofre influência de várias esferas da vida diária e das exigências do curso, ainda carece de melhorias, prejudicando a formação dos futuros médicos no país.

Palavras-chave: Ansiedade; Depressão; Formação profissional; Saúde mental.

Abstract

The World Health Organization defines health as a state of physical, mental, and social well-being with the absence of any disease. However, even though this definition has already been consolidated among the world population, the definition of quality of life, the object of the present study, still needs to be defined. In recent years, there has been a growing concern about the quality of life in the training of health professionals, due to the high prevalence of anxiety and depression disorders in addition to other associated disorders among students in this area. Thus, the objective of the present study was to identify the main risk factors that interfere with the quality of life of medical students, as well as to explain what the mental disorders are prevalent in this population. This is an integrative literature review conducted with searches in the PubMed, SciELO and LILACS databases, based on the descriptors: depression, anxiety, quality of life, medical students, mental health. Works published in the last 10 years and articles relevant to this review were included. The results were divided according to the analyzed approaches: psychological, economic, social, and physical, in addition to including the analysis of the curricular influence on the students' quality of life. The psychological domain is a predominant concern among studies on the quality of life of medical students due to the increased prevalence of anxiety and depression disorders among this population. A high prevalence of anxiety disorders, depression and combined anxiety and depression was observed among students. In the economic domain, many students had difficulties at the beginning of their undergraduate course, which contributes to the need for assistance grants or loans to keep up with housing, transportation, and food. In the social domain, studies demonstrate the importance of the social component for quality of life, defined in subjective social parameters such as love, pleasure, happiness, personal fulfillment, and well-being. The physical domain

stood out for the students' concern with physical activity and health, a great highlight was mainly the poor quality of these students in these items. Finally, regarding the curricular influence, there are solid complaints, mainly about the amount of content and the short time to learn it during training. Thus, the quality of life of Brazilian medical students is influenced by various spheres of daily life and the requirements of the course, still needs improvement, hampering the training of future doctors in the country.

Keywords: Anxiety; Depression; Professional qualification; Mental health.

Resumen

La Organización Mundial de la Salud define la salud como un estado de bienestar físico, mental y social sin ninguna enfermedad. Sin embargo, a pesar de que esta definición ya se ha consolidado entre la población mundial, aún falta definir la definición de calidad de vida, objeto del presente estudio. En los últimos años, ha habido una creciente preocupación por la calidad de vida en la formación de los profesionales de la salud, debido a la alta prevalencia de trastornos de ansiedad y depresión además de otros trastornos asociados entre los estudiantes de esta área. Así, el objetivo del presente estudio fue identificar los principales factores de riesgo que interfieren con la calidad de vida de los estudiantes de medicina, así como explicar cuáles son los trastornos mentales prevalentes en esta población. Se trata de una revisión integradora de la literatura realizada con búsquedas en las bases de datos PubMed, SciELO y LILACS, en base a los descriptores: depresión, ansiedad, calidad de vida, estudiantes de medicina, salud mental. Se incluyeron trabajos publicados en los últimos 10 años y artículos relevantes para esta revisión. Los resultados se dividieron según los enfoques analizados: psicológico, económico, social y físico, además de incluir el análisis de la influencia curricular en la calidad de vida de los estudiantes. El dominio psicológico es una preocupación predominante entre los estudios sobre la calidad de vida de los estudiantes de medicina debido a la mayor prevalencia de trastornos de ansiedad y depresión en esta población. Se observó una alta prevalencia de trastornos de ansiedad, depresión y ansiedad y depresión combinadas entre los estudiantes. En el ámbito económico, muchos estudiantes tuvieron dificultades al inicio de su carrera, lo que contribuye a la necesidad de ayudas o préstamos para mantenerse al día con la vivienda, el transporte y la alimentación. En el ámbito social, los estudios demuestran la importancia del componente social para la calidad de vida, definido en parámetros sociales subjetivos como el amor, el placer, la felicidad, la realización personal y el bienestar. El dominio físico se destacó por la preocupación de los estudiantes por la actividad física y la salud, destacando principalmente la mala calidad de estos estudiantes en estos ítems.

Finalmente, en cuanto a la influencia curricular, existen sólidas quejas, principalmente sobre la cantidad de contenidos y el poco tiempo para aprenderlos durante la formación. Así, la calidad de vida de los estudiantes de medicina brasileños está influenciada por diversas esferas de la vida cotidiana y los requisitos del curso, aún deben mejorar, lo que dificulta la formación de los futuros médicos en el país.

Palabras clave: Ansiedad; Depresión; Formación profesional; Salud mental.

1. Introdução

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde como um estado de bem estar físico, mental e social com ausência de qualquer doença (WHO, 2012). Embora a definição de saúde seja bem clara, a definição de qualidade de vida ainda carece de delimitações para que seja mais bem estudada com bases científicas (Pereira et al., 2012). No intuito de acabar com essa problemática a OMS lançou em 1994 o documento intitulado *The World Health Organization Quality of Life Instruments* que definiu a qualidade de vida como sendo uma percepção individual levando em consideração o contexto cultural, sistema de valores, objetivos e expectativas de cada ser humano. Porém, dependendo da área de interesse esse conceito pode ser alterado sendo usado como sinônimo de felicidade, satisfação pessoal, estilo de vida, entre outros (Pereira et al., 2012; Anversa et al., 2018).

Nos últimos anos, tem sido crescente a preocupação acerca da qualidade de vida na formação dos profissionais da saúde devido à alta prevalência de transtornos de ansiedade e depressão, entre outros tipos de transtornos entre estudantes da área de saúde, com destaque aos estudantes de medicina (Ribeiro et al., 2020). Os sistemas de seleção para a graduação médica no Brasil são muito concorridos e exigem de seus participantes uma preparação intelectual e emocional muito grande para que estes aprendam a lidar com as expectativas pessoais e familiares, levando a uma privação de atividades de lazer e uma diminuição da qualidade de vida antes mesmo do ingresso na vida acadêmica (Mendonça et al., 2019). Assim, parte do problema provém do ensino médio e outra parte é desenvolvida durante a formação médica (Ribeiro et al., 2020).

A saúde mental desses estudantes tem sido cada vez mais discutida nos centros de formação superior, por ser considerada um dos principais fatores que contribuem para a permanência do estudante no curso escolhido (Leão et al., 2018). Um estudo demonstrou que os problemas envolvendo a saúde mental dos estudantes se iniciam logo no início do curso, já que 39,5% dos estudantes enfrentam problemas emocionais logo no início, enquanto que 36,9%

apresentam crises emocionais e de autoconfiança mais ao final do curso (Malajovich et al., 2017).

Ao adentrar no ensino superior novos desafios são propostos que podem ir desde a mudança da casa dos pais, envolvendo uma mudança de cidade ou estado. Além disso, no ensino superior há uma maior exposição ao álcool e outras drogas lícitas e ilícitas, e rotinas mais pesadas que obriga o estudante alterar suas rotinas de sono, alimentação e atividades físicas e de lazer. Tudo isso implica em taxas mais elevadas de depressão e ansiedade nessa população (Galvão et al., 2017).

Estudos nacionais e internacionais têm analisado a qualidade de vida dos estudantes de medicina, haja vista que a experiência que esses estudantes irão passar durante a vida acadêmica refletirá não somente em sua formação profissional como, também, na comunidade em que atuará (Mendonça et al., 2019; Costa et al., 2020). Tem sido crescente a preocupação sobre características que influenciam na qualidade de vida que, por consequência influenciam na formação profissional devido à alta prevalência de transtornos mentais e comportamentais observados entre estudantes (Ribeiro et al., 2020).

O estudante de medicina, foco desse trabalho, ainda precisa aprender a conciliar a carga horária extensa do curso de graduação, a vida pessoal e acadêmica, o contato direto com pacientes que apresentam diversos tipos de problemas, e saber lidar com o medo de pegar alguma doença (Costa et al., 2020). Dessa forma, esta pesquisa teve por objetivo realizar uma revisão integrativa da literatura sobre os principais fatores que influenciam na qualidade de vida do estudante de medicina.

2. Metodologia

O presente estudo enquadra-se nas definições de uma revisão integrativa da literatura que tem por finalidade sintetizar resultados obtidos em pesquisas, de maneira sistemática, ordenada e abrangente, integrando o conhecimento sobre um determinado tema (Pereira et al., 2018). Essa revisão integrativa foi dividida em seis etapas: identificação do tema, estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão, busca e identificação dos estudos selecionados, categorização dos estudos selecionados, análise e interpretação dos dados e apresentação da revisão/síntese dos conhecimentos. Foi realizada a partir de buscas por estudos originais utilizando as bases de dados PubMed, *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), e Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Foram utilizados os seguintes Descritores em Ciências da Saúde, que constam na plataforma DeCS da Biblioteca

Virtual de Saúde (BVS): Ansiedade, Depressão, Educação de Graduação em Medicina, Qualidade de Vida, Saúde do Estudante, Saúde Mental, que foram utilizados em combinação, com auxílio de operadores Booleanos (and/or), em português e inglês. A coleta de dados foi realizada entre março e julho de 2020.

A escolha dessas bases ocorreu em razão da amplitude no que tange à abrangência dos periódicos indexados que atuam na temática discutida. Os estudos incluídos na revisão integrativa permitem uma avaliação crítica do tema discutido sendo possível identificar lacunas que poderão direcionar futuras pesquisas. Os critérios de inclusão foram: artigos originais ou de revisão completos que investigaram os fatores que influenciam na qualidade de vida do estudante de medicina; publicados no período de 2010 a 2020; sem restrição de idioma de publicação. Foram excluídos estudos que não investigassem o tema proposto, artigos de opinião, carta ao editor, e que não atendessem aos critérios de inclusão descritos.

A primeira etapa foi identificar os estudos e se preenchem os critérios descritos acima, passando por uma seleção inicial das publicações realizada com leitura do título e resumo disponível para verificar se enquadravam na temática. Após essa etapa, os estudos previamente selecionados foram lidos na íntegra, empregando os critérios de inclusão e exclusão, para análise e obtenção das informações necessárias para a construção do presente estudo. Caso houvesse discordância entre os avaliadores sobre os critérios analisados, foi realizada discussão específica sobre o artigo em questão, confrontando ideias com base nos critérios adotados para a revisão. Ao final foram incluídos trabalhos publicados nos últimos 10 anos e artigos relevantes para essa revisão.

3. Resultados e Discussão

O termo qualidade de vida passou a ser utilizado na tentativa de criar um indicador mais amplo do que aumento da expectativa de vida, diminuição da mortalidade ou da morbidade. Porém, esse conceito ainda é muito amplo e pode ser abordado de quatro formas diferentes: psicológica, econômica, biomédica e generalizada (Pereira et al., 2012). Com isso, para uma melhor abordagem do tema, os resultados foram relatados da seguinte forma: abordagem psicológica, econômica, social e física, além de incluir uma análise da influência curricular da graduação na qualidade de vida.

Domínio Psicológico

O domínio psicológico da qualidade de vida é uma preocupação dominante entre os estudos que tratam do tema sobre a qualidade de vida dos estudantes de medicina devido ao aumento da prevalência de transtornos de ansiedade e depressão nessa população. Acredita-se que a cobrança permanente da família em relação a obtenção de boas notas, a construção de um currículo competitivo durante o curso, a frustração relacionada a manutenção de um padrão de vida, o tempo para a realização de atividades físicas, os sentimentos de solidão e dúvidas quanto a própria formação são fatores decisivos para a piora da saúde mental entre estudantes de medicina (Figueiredo et al., 2014).

Um estudo realizado com estudantes de medicina da Universidade de Brasília (UnB), demonstrou que o domínio psicológico recebeu menor pontuação na grande maioria dos questionários. Esse domínio avalia sentimentos positivos, autoestima, concentração, crenças pessoais, aceitação de aparência física e ausência de sentimentos negativos. Destaca ainda que 95,2% dos entrevistados apresentavam sentimentos negativos e cerca de 50% destes apresentavam esses sentimentos frequentemente, muito frequentemente ou sempre, o que chama atenção por ser um dos principais sintomas necessários para o diagnóstico de depressão (Bampi et al., 2013).

Numa análise da prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de medicina da Faculdade Pernambucana de Saúde do 1º ao 6º ano da graduação, avaliou que 34,3% dos estudantes apresentaram sintomas possíveis (falso-positivo) e 19,7% apresentam sintomas sugestivos para ansiedade, mostrando, assim, o quão elevados são os achados de sintomas de ansiedade no curso médico, já que nenhum participante da amostra foi classificado sem sintomas ansiosos ou ansiedade leve. Já para depressão 19,3% apresentaram falso-positivo e 5,6% manifestaram sintomas sugestivos. Poucos alunos buscam tratamento psicológico por temer o estigma associado à procura de ajuda e tratamento para distúrbios relacionados a saúde mental (Vasconcelos et al., 2015).

Um outro estudo avaliou estudantes do sexto ano de medicina em uma universidade de Santa Catarina, utilizando o questionário WHOQOL-bref (WHO, 2012) e constataram que entre os estudantes do internato o domínio com menor avaliação foi o psicológico. Os autores relataram que esse domínio foi o pior avaliado, visto que o último ano da faculdade é muito estressante e delicado, cheio de plantões médicos e preocupação com exames de residência, além disso o estudo também avaliou a presença de ansiedade, depressão e problemas no sono entre esses estudantes (Meyer et al., 2019).

O estudo sobre a qualidade de vida de alunos do 1º ao 8º períodos de medicina da Universidade Federal de Alagoas (UFAL) identificou entre os estudantes problemas relativos a qualidade de vida utilizando um questionário acerca do estilo de vida, alimentação, espaços de lazer, sintomas gástricos, utilização de medicamentos e relação entre problemas físicos e psíquicos e constataram que um dos piores domínios avaliados nessa pesquisa foi o psicológico (Mendonça et al., 2019).

Num outro estudo que pesquisou sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes de medicina observaram uma prevalência de estresse em 66,3% dos pesquisados, sintomas ansiosos em 33,8% e sintomas depressivos em 28%. Porém, vale ressaltar que a maioria desses estudantes apresentavam esses sintomas em grau leve, ou seja, não prejudicavam a funcionalidade dos estudantes na graduação. O prejuízo no domínio psicológico dos estudantes de medicina inicia antes da diplomação, durante toda a graduação médica (Mendonça et al., 2019; Costa et al., de 2020).

A pesquisa realizada na Universidade Regional de Blumenau (SC), avaliou a prevalência de Transtornos Mentais Comuns nos estudantes do 1º ao 6º ano do curso e apurou uma prevalência de 50,9% nessa população. As características da vida universitária alicerçam esse cenário, o processo de ensino pode afetar negativamente a saúde mental e o desempenho acadêmico dos alunos. Quando se compara esses dados com outras populações, utilizando os mesmos métodos de rastreamento, é possível notar a maior vulnerabilidade dos estudantes de medicina, uma vez que a população em geral em Santa Cruz do Sul (RS) apresenta uma prevalência de 38% e a população em São Paulo (SP) apresenta uma taxa de 24,95% (Grether et al., 2019).

Ao analisar a prevalência de ansiedade e depressão em estudantes de medicina Ribeiro et al., (2020) verificaram que a ansiedade foi a doença mental mais comum entre os estudantes analisados (41,4%), cinco vezes mais frequente do que depressão (8,2%), e quase seis vezes maior do que ansiedade e depressão quando combinadas (7%). Isso pode ser atribuído a solidão durante o curso e histórico psiquiátrico anterior que acompanha esses estudantes desde o ensino médio até o final da faculdade.

Outro fator observado é a ocorrência da Síndrome de Burnout entre os estudantes de medicina, caracterizada pela presença de exaustão emocional e física, distanciamento emocional e afetivo (desumanização) e reduzida realização pessoal (insatisfação e ineficiência), fatores que prejudicam o desempenho e a qualidade de vida (Chazan et al., 2015).

Domínio Econômico

Uma das maiores preocupações do estudante universitário atualmente reside na abordagem econômica em relação a qualidade de vida. Muitos apresentam dificuldades financeiras no início da graduação, o que contribui para a busca por bolsas assistenciais, auxílios financeiros governamentais ou empréstimos para conseguir se manter com moradia, transporte e alimentação (Malajovich et al., 2017).

A abordagem econômica não se restringe apenas a recursos financeiros para as situações básicas do dia a dia, mas também contribui na adesão e prática de atividades de lazer, condição de moradia e acesso a serviços de saúde. Essas situações podem ser avaliadas positivamente entre estudantes contribuindo drasticamente para a melhoria da qualidade de vida (Bampi et al., 2013). Porém, entre o público feminino as preocupações com a situação financeira chegam a ser excessivas devido à falta de renda e a distância em relação ao núcleo familiar, principais financiadores dos gastos desses estudantes (Mendonça et al., 2019).

Um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento de doenças psiquiátricas é a condição socioeconômica, sendo associada a sintomas mais severos de depressão o que pode ser ainda mais prevalente entre estudantes cotistas, que são taxados como menos competentes que os demais, além de sofrerem maiores pressões econômicas (Costa et al., 2020).

Um estudo realizado na Faculdade de Ciências Médicas da UERJ concluiu que há uma significativa diferença entre os escores obtidos da avaliação com o instrumento WHOQOL-bref, aplicado em estudantes cotistas e não cotistas, sendo que os cotistas apresentaram menor pontuação. A notória diferença socioeconômica entre esses dois grupos de estudantes pode estar refletida na diferença entre a chance de o chefe de família ter concluído o ensino superior, o que também pode relacionar-se com a diferença de capital social e cultural acessíveis a esses estudantes (Chazan et al., 2015).

Domínio Social

Existem estudos que demonstram a importância do componente social para a qualidade de vida que pode ser definida a partir de parâmetros sociais subjetivos como amor, prazer, felicidade, realização pessoal e bem-estar, e objetivos como satisfação de necessidades básicas e de necessidades criadas pelo desenvolvimento econômico (Pereira et al., 2012). Entre os estudantes de medicina acredita-se que os fatores que influenciam nos aspectos sociais são satisfação nas relações sociais tais como sentimento de isolamento, satisfação nas relações

sexuais, visto que há uma dificuldade de manter relacionamento com pessoas de outras áreas; administração do tempo, quantidade de tarefas a serem realizadas e pouco tempo para realizá-las, além da religiosidade.

O domínio social foi muito bem avaliado no estudo realizado na UnB. As relações sociais demonstraram que cerca de 67,9% a 72,6% dos participantes da pesquisa estavam satisfeitos com esse domínio e cerca de 69,2% afirmaram ter satisfação com a vida sexual (Bampi et al., 2013). Já a análise realizada com estudantes do último ano do curso de medicina da UFAL demonstrou que uma das reclamações mais prevalentes entre os entrevistados era a distância do núcleo familiar que configura como um fator de risco para a piora da condição psicossocial dos alunos (Mendonça et al., 2019). E o mesmo foi demonstrado no estudo de Ribeiro et al., (2020).

Entre os estudantes de medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), cerca de 61,6% dos alunos entrevistados já fizeram uso de alguma droga lícita ou ilícita, 62,4% conseguem praticar atividade física regular e 84,6% usufruem de momentos de lazer semanalmente. No entanto, deve-se levar em conta que a maioria dos estudantes entrevistados possuíam renda familiar acima de 4 salários-mínimos e moravam com a família, dois fatores que influenciam numa melhor qualidade de vida (Costa et al., 2020).

A prevalência do uso de drogas lícitas e ilícitas entre os estudantes de medicina é um fato constatado em vários estudos (Bampi et al., 2013; Mendonça et al., 2019; Costa et al., 2020). Outro estudo sobre identificar fatores como ansiedade, estresse e depressão relacionados com perturbação do sono-vigília e o uso de álcool em alunos do ensino superior constatou que o consumo de álcool aumentado deve-se muito ao fato dos indivíduos pensarem que o consumo de bebidas alcoólicas alivia estados emocionais negativos, leva a desinibição social ou ajuda a fugir dos problemas do dia-a-dia (Galvão et al., 2017).

O domínio social aparece prejudicado nos estudantes do curso de medicina, já que uma das características dessa faculdade é a carga horária extensa de aulas, a dedicação de parte do tempo livre a outras atividades como estudo individual, ligas acadêmicas, iniciação científica, monitorias e estágios, diminuindo significativamente o número médio de horas de lazer por dia. O uso de drogas ilícita e lícitas também foi observado em 92% que responderam ter usado álcool nos últimos três meses e o uso de maconha teve prevalência de 15% (Grether et al., 2019).

A prática de atividade física ou de lazer fazem parte do segundo plano, sendo que 43,8% realizam frequentemente e isso implica diretamente na saúde do estudante (Vasconcelos et al., 2015). Universitários que precisam se afastar do núcleo familiar, principalmente pela

localização da faculdade, tornam-se mais vulneráveis a desenvolver distúrbios psicológicos. Além disso, 68% dos estudantes de medicina relatam o uso de bebidas alcoólicas e 16,6% e 11,1% o uso de drogas ilícitas e psicoativas, sendo o uso de medicamentos com potencial para abuso, como os ansiolíticos e as anfetaminas, em virtude do extenso conteúdo curricular a ser estudado, com a finalidade de aumentar a atenção e/ou se manter acordado durante mais tempo (Vasconcelos et al., 2015).

Domínio Físico

A saúde é considerada por todos fator importante para a manutenção de uma qualidade de vida ideal. Contudo, para os estudantes a saúde fica cada vez mais comprometida pela dificuldade em conciliar atividades que promovam saúde com as atividades exigidas no meio acadêmico. No estudo realizado com estudantes da faculdade de medicina da Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP) as principais reclamações em relação ao bem estar físico residem na satisfação com o sono, alimentação e prática de atividades físicas (Figueiredo et al., 2014).

Uma reclamação constante dos estudantes ocorre em relação ao padrão de sono, já que devido à rotina pesada do curso de medicina e a falta de tempo, muitas vezes os estudantes sacrificam algumas horas de sono (Bampi et al., 2013; Figueiredo et al., 2014; Mendonça et al., 2019; Meyer et al., 2019; Costa, et al., 2020). Isso configura-se como um fator de risco importante para uma péssima qualidade de vida. Há uma relação significante entre a qualidade de sono, estresse, ansiedade e depressão, bem como entre a qualidade do sono e o consumo de álcool ou outras drogas (Galvão et al., 2017).

Uma análise sobre a privação do sono, o sono durante o dia e sua relação com a saúde mental de adultos jovens encontrou uma associação direta entre a qualidade do sono e o desenvolvimento de doenças psicopatológicas. Os dados indicam que o sono noturno com uma duração entre 7,5 - 8,5 horas prediz um risco baixo para o desenvolvimento de depressão e ansiedade. No entanto, o sono durante o dia com privação do sono noturno demonstrou um risco elevado para alterações na saúde mental (Dickinson et al., 2018). A presença de sintomas da ansiedade ou depressivos entre estudantes de medicina está diretamente relacionado com as horas de sono, o que pode comprometer a qualidade profissional do futuro médico (Meyer et al., 2019; Costa et al., 2020).

Outros fatores avaliados em estudantes de medicina que contribuem para a qualidade de vida são: capacidade para o trabalho, disposição diante da dor, não dependência de tratamentos, energia para o dia a dia. Numa análise com estudantes de medicina em Brasília 71,4% relataram

insatisfação com o sono, 59,6% insatisfação com o trabalho e 57,2% relataram insatisfação com o próprio desempenho em atividades do dia a dia e 60,7% apresentavam comprometimento da energia diária, ou seja, os estudantes entrevistados possuíam comprometimento do domínio físico da qualidade de vida (Bampi et al., 2013).

Entre os estudantes de medicina na Universidade Federal de Alagoas, do ciclo clínico (5º ao 8º período) as principais reclamações foram sobre o sono, alimentação irregular, falta de exercício físico e etilismo, principalmente entre o grupo masculino. Ainda foram observados entre os estudantes tanto do ciclo básico quanto do ciclo clínico reclamações relacionadas a sintomas como epigastralgia, diarreia, dificuldade de concentração, dor nas costas, insônia, nervosismo e ansiedade (Mendonça et al., 2019).

Domínio Curricular

Houve um aumento nas críticas em relação as diretrizes curriculares das Faculdades de Medicina no Brasil. Em 2014 as diretrizes curriculares foram reestruturadas dividindo a grade curricular da graduação em medicina em ciclo básico (1º ao 4º período), ciclo clínico (5º ao 8º período) e internato (9º ao 12º período), com o intuito de aumentar as atividades práticas para a formação de médicos mais comprometidos com a vida humana (Ferreira et al., 2019). Todavia, as mudanças no currículo médico não representaram alterações significativas na qualidade de vida dos estudantes. Ainda há reclamações sólidas acerca da quantidade de conteúdo e do pouco tempo para aprendê-lo durante a formação médica. Entre estudantes do 5º e 6º ano (9º ao 12º período do curso) 62,5% apresentam dificuldade em conciliar o estudo em casa com o internato, confirmando a pesada carga horária que enfrentam (Meyer et al., 2019).

Esse excesso de tempo gasto com atividades curriculares reflete na qualidade de vida do estudante que não pode ou não consegue se dedicar a atividades de lazer ou atividades físicas (Mendonça et al., 2019). As expectativas dos estudantes no primeiro período sobre o decorrer do curso mostram reclamações sobre a quantidade de horas ocupadas por disciplinas que os alunos não julgavam importantes para a formação médica e que acabam por sobrecarregar o curso (Meireles et al., 2019). Ainda sobre a carga horária curricular 72% dos estudantes de medicina não consideram adequada e 96,8% se sentiam excessivamente cobrados pelo curso, além disso a maioria dos estudantes ainda estão envolvidos em atividades extracurriculares, demonstrando a elevada pressão que o curso de medicina exerce (Costa et al., 2020).

4. Considerações Finais

Baseado nos dados observados em diferentes estudos que foram analisados para a construção da presente revisão integrativa pode-se concluir que a qualidade de vida dos estudantes de medicina no Brasil ainda carece de melhorias. Apresenta precariedades e esses estudantes sofrem influências de várias esferas da vida diária e das exigências do próprio curso. Há uma grande prevalência de transtornos mentais, como ansiedade e depressão e outros sintomas, bem como a qualidade do sono precária que aumenta a incidência dos transtornos mentais. Os estudantes não conseguem desenvolver atividades que geram prazer como o lazer e atividades físicas, ótimos preditores de qualidade de vida, possuem relações sociais precárias o que pode influenciar na relação médico-paciente no futuro e são muito exigidos durante o curso.

Os dados das pesquisas implicam no desenvolvimento de medidas que sejam incorporadas as diretrizes curriculares, importante no desenvolvimento dos futuros médicos, e a qualidade de vida do estudante é primordial para que isso seja alcançado. A formação do médico necessita adequações quanto a formação desses estudantes que se tornarão os futuros profissionais, o que refletirá na sua atuação junto à comunidade.

Devido a relevância temática já esperava-se encontrar uma forte relação entre a qualidade de vida dos estudantes e características observadas na realidade do cotidiano acadêmico. Sendo assim, foram analisados entre os estudos encontrados a qualidade de vida entre estudantes de medicina, e foi encontrado uma significativa relação entre saúde física, psicológica e condições sociodemográficas e qualidade de vida. Além disso, foi estabelecida uma relação entre a carga curricular da faculdade e a saúde psicológica desses estudantes. Espera-se que com os dados atualizados sobre os principais fatores que influenciam na qualidade de vida do estudante de medicina, outros trabalhos possam ser realizados sobre a importância de se discutir a qualidade e vida dos estudantes, não só os de medicina.

Referências

Anversa, A. C., et al (2018). Qualidade de vida e o cotidiano acadêmico: uma reflexão necessária. *Cad. Bras. Ter. Ocup., São Carlos*, 26(3), 626-631. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoao1185>.

Bampi, L. N. da S., et al (2013). Qualidade de vida de estudantes de medicina da Universidade de Brasília. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 37(2), 217-225.

Chazan, A. C. S., et al. (2015). Qualidade de vida de estudantes de medicina da UERJ por meio do Whoqol-bref: uma abordagem multivariada. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(2), 547-556. <https://doi.org/10.1590/1413-81232015202.05182014>

Costa, D. S., 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), e040. Epub March 30, 2020. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.1-20190069>

Dickinson, D. L., Wolkow, A. P., Rajaratnam, S., & Drummond, S. (2018). Personal sleep debt and daytime sleepiness mediate the relationship between sleep and mental health outcomes in young adults. *Depression and anxiety*, 35(8), 775–783. <https://doi.org/10.1002/da.22769>

Ferreira, M. J. M., et al (2019). Novas Diretrizes Curriculares Nacionais para os cursos de Medicina: oportunidades para ressignificar a formação. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, 23(Suppl. 1), e170920. 2019. <https://doi.org/10.1590/interface.170920>

Figueiredo, A. M., et al (2014). Percepções dos estudantes de medicina da ufop sobre sua qualidade de vida. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 38(4), 435-443. <https://doi.org/10.1590/S0100-55022014000400004>

Galvão, A., et al (2017). Ansiedade, stress e depressão relacionados com perturbações do sono-vigília e consumo de álcool. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (spe5), 8-12. <https://dx.doi.org/10.19131/rpesm.0160>

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), 276-285. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v43suplemento1-20180260>

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/10.1590/1981-52712015v42n4rb20180092>

Malajovich, N., et al (2017). A juventude universitária na contemporaneidade: a construção de um serviço de atenção em saúde mental para estudantes. *Mental*, 11(21), 356-377.

Meireles, M. A. de C., et al (2019). Novas Diretrizes Curriculares Nacionais e a Formação Médica: Expectativas dos Discentes do Primeiro Ano do Curso de Medicina de uma Instituição de Ensino Superior. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 43(2), 67-78. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v43n2rb20180178>

Mendonça, A. M. M. C., et al (2019). Perspectiva dos Discentes de Medicina de uma Universidade Pública sobre Saúde e Qualidade de Vida. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 43(1, Suppl. 1), 228-235. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v43suplemento1-20190043>

Meyer, C., Barbosa, D. G., Andrade, R. D., Ferrari Junior, G. J., Gomes Filho Neto, M., Guimarães, A. C. & Felden, É. P. G. (2019). Qualidade de vida de estudantes de medicina e a dificuldade de conciliação do internato com os estudos. *ABCS Health Sci.*, 44(2), 108-113.

Pereira, A. S., et al. (2018). Metodologia da pesquisa científica. [*e-book*]. Santa Maria. Ed. UAB/NTE/UFSM. Recuperado de https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/15824/Lic_Computacao_Metodologia-Pesquisa-Cientifica.pdf?sequence=1.

Pereira, É. F., et al (2012). Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 26(2), 241-250. <https://doi.org/10.1590/S1807-55092012000200007>

Ribeiro, C. F., et al (2020). Prevalence of and Factors Associated with Depression and Anxiety in Brazilian Medical Students. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 44(1), e021. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.1-20190102.ing>

Vasconcelos, T. C., et al (2015). Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. Revista Brasileira de Educação Médica, 39(1), 135-142. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v39n1e00042014>

WHO, World Health Organization. (2012). Programme on mental health: WHOQOL user manual, 2012 revision.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Mariana Lima Silva – 20%

Milena Lima Silva – 10%

Ana Carolina Sales Pirondi da Silva – 8,57%

Yago José Fagundes de Freitas – 8,57%

Naiza Murielly Pereira Borges – 8,57%

Miguel Carlos Azevedo Cruz – 8,57%

Alexandre Santos Mori – 8,57%

Rafaela Melo Macedo – 8,57%

Thaís Ribeiro Garcia – 8,57%

Jalsi Tacon Arruda – 10%