

Impacto da Pandemia de COVID-19 nos Transtornos de Ansiedade e Depressão em Acadêmicos de Medicina: Uma revisão sistemática

Impact of the COVID-19 Pandemic on Anxiety and Depression Disorders in Medical Students: A systematic review

Impacto de la Pandemia de COVID-19 en los Trastornos de Ansiedad y Depresión en Estudiantes de Medicina: Una revisión sistemática

Recebido: 21/11/2025 | Revisado: 29/11/2025 | Aceitado: 30/11/2025 | Publicado: 02/12/2025

Júlio César Fernandes Garrido

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0406-1145>
Faculdade Afya Marabá, Brasil

E-mail: institucional.afyamab@gmail.com

Vitória Miranda Alves

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0522-8560>
Faculdade Afya Marabá, Brasil

E-mail: institucional.afyamab@gmail.com

Jonabeto Vasconcelos Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9941-274X>
Faculdade Afya Marabá, Brasil

E-mail: institucional.afyamab@gmail.com

Resumo

A presente revisão aborda os efeitos psicológicos da pandemia de COVID-19, com ênfase nos transtornos de ansiedade e depressão. Nesse contexto, a pesquisa destaca que a pandemia gerou um aumento significativo no estresse, resultando em uma elevação dos níveis de ansiedade e depressão na população brasileira. Objetivos: com base em uma revisão sistemática da literatura, o estudo visa analisar as evidências existentes sobre como a pandemia afetou a saúde mental, identificando fatores associados ao aumento desses transtornos. Os autores discutem a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão, bem como o impacto do isolamento social, dificuldades financeiras e luto, que intensificaram esses quadros. Metodologia: a pesquisa inclui uma metodologia rigorosa, considerando critérios de inclusão e exclusão de estudos, e utiliza bases de dados reconhecidas para garantir a qualidade das evidências. Resultados: os resultados dessa revisão sistemática visam contribuir para a compreensão do impacto da pandemia na saúde mental, oferecendo subsídios para a formulação de novas estratégias de manejo dos transtornos mentais no contexto do Sistema Único de Saúde (SUS). Além disso, o trabalho pretende servir como uma fonte de referência para futuros estudos na área da saúde mental, com a finalidade de melhorar o diagnóstico e tratamento de condições psicológicas exacerbadas pela crise sanitária.

Palavras-chave: Ansiedade; COVID-19; Depressão; Pandemia; Estudantes.

Abstract

This review addresses the psychological effects of the COVID-19 pandemic, with an emphasis on anxiety and depression disorders. In this context, the research highlights that the pandemic generated a significant increase in stress, resulting in higher levels of anxiety and depression in the Brazilian population. Objectives: based on a systematic literature review, the study aims to analyze existing evidence on how the pandemic affected mental health, identifying factors associated with the increase in these disorders. The authors discuss the prevalence of symptoms of anxiety and depression, as well as the impact of social isolation, financial difficulties, and grief, which intensified these conditions. Methodology: the research includes a rigorous methodology, considering criteria for inclusion and exclusion of studies, and uses recognized databases to ensure the quality of the evidence. Results: the results of this systematic review aim to contribute to the understanding of the impact of the pandemic on mental health, providing support for the formulation of new strategies for managing mental disorders within the context of the Brazilian Unified Health System (SUS). In addition, the work intends to serve as a reference source for future studies in the field of mental health, with the purpose of improving the diagnosis and treatment of psychological conditions exacerbated by the health crisis.

Keywords: Anxiety; COVID-19; Depression; Pandemic; Students.

Resumen

La presente revisión aborda los efectos psicológicos de la pandemia de COVID-19, con énfasis en los trastornos de ansiedad y depresión. En este contexto, la investigación destaca que la pandemia generó un aumento significativo del estrés, resultando en elevación de los niveles de ansiedad y depresión en la población brasileña. Objetivos: con base en una revisión sistemática de la literatura, el estudio busca analizar las evidencias existentes sobre cómo la pandemia afectó la salud mental, identificando los factores asociados al aumento de estos trastornos. Los autores discuten la prevalencia de síntomas de ansiedad y depresión, así como el impacto del aislamiento social, las dificultades financieras y el duelo, que intensificaron estos cuadros. Metodología: la investigación incluye una metodología rigurosa, considerando criterios de inclusión y exclusión de estudios, y utiliza bases de datos reconocidas para garantizar la calidad de las evidencias. Resultados: los resultados de esta revisión sistemática tienen como objetivo contribuir a la comprensión del impacto de la pandemia en la salud mental, ofreciendo subsidios para la formulación de nuevas estrategias de manejo de los trastornos mentales en el contexto del Sistema Único de Salud (SUS). Además, el trabajo pretende servir como una fuente de referencia para futuros estudios en el área de la salud mental, con el propósito de mejorar el diagnóstico y tratamiento de condiciones psicológicas exacerbadas por la crisis sanitaria.

Palabras clave: Ansiedad; COVID-19; Depresión; Pandemia; Estudiantes.

1. Introdução

A pandemia de COVID-19 que o Brasil enfrentou foi um marco de grande estresse para a população, em que a ansiedade e o medo de contrair a doença causaram emoções descontroladas em adultos e crianças (OMS, 2021). Para lidar com a situação, é necessário ter um bom manejo do estresse, o qual depende das características individuais de cada pessoa e do contexto em que está inserida, desde o apoio familiar até o seu desenvolvimento pessoal para lidar com essa situação, envolvendo vários fatores relacionados (Soeiro, 2020).

A ansiedade é uma resposta natural do organismo ao estresse e ao perigo, funcionando como uma reação adaptativa que pode aumentar as chances de sobrevivência. No entanto, quando essa resposta se torna exagerada e desproporcional à realidade, ela pode evoluir para um transtorno clínico que demanda intervenção especializada (Goularte et al., 2021). As síndromes ansiosas estão entre os transtornos mentais mais comuns, com prevalência global ao longo da vida entre 17% e 30% e taxa anual de 11% a 18%. Já no Brasil, estudos epidemiológicos nas cidades de São Paulo e Rio de Janeiro revelaram algum transtorno de ansiedade e/ou fobias em 18,8% a 20,8% da população em determinado ano, e pelo menos uma vez na vida em 27,7% a 30,8% (Dalgalarrondo, 2019).

Nesse contexto, a ansiedade pode se manifestar de várias maneiras e afetar tanto a mente quanto o corpo. Os efeitos físicos incluem palpitações, tremores, sudorese e problemas gastrointestinais, enquanto os efeitos mentais incluem ansiedade excessiva, sensação de uma ameaça iminente e dificuldade de concentração (Barros et al., 2020). Essas manifestações foram agravadas durante a pandemia devido à incerteza sobre o futuro, às mudanças bruscas nas rotinas diárias e ao isolamento social. Para muitas pessoas, a falta de interação presencial é um fator importante no alívio do estresse. Além disso, as dificuldades financeiras e o luto por entes queridos perdidos aumentaram os níveis de ansiedade, criando um ciclo perigoso de estresse contínuo que afeta negativamente a qualidade de vida e o bem-estar emocional (Goularte et al., 2021).

Por outro lado, a depressão é caracterizada por sentimentos prolongados de tristeza, desesperança e falta de interesse em atividades diárias, com fatores biopsicossociais complexos podendo causar esse transtorno mental (OMS, 2022). Uma pesquisa realizada com 45.161 brasileiros durante a pandemia constatou que 52,6% dos participantes relataram frequência de ansiedade ou nervosismo, e 40,4% relataram sentimento de tristeza ou depressão. Além disso, 43,5% disseram que começaram a ter problemas de sono e 48,0% disseram que seus distúrbios preexistentes pioraram, sendo que jovens adultos, mulheres e indivíduos com depressão experimentaram maior prevalência de distúrbios do sono, tristeza e nervosismo (Barros et al., 2020).

Os quadros depressivos caracterizam-se por uma multiplicidade de sintomas afetivos, instintivos e neurovegetativos, ideativos e cognitivos, relativos à autovalorização, à vontade e à psicomotricidade. Também podem estar presentes, em formas graves de depressão, sintomas psicóticos (delírios e/ou alucinações), marcante alteração psicomotora (geralmente lentificação

ou estupor), assim como fenômenos biológicos neuronais ou neuroendócrinos associados (Dalgalarrodo, 2019).

Logo, o medo de contrair transtornos mentais e o isolamento social foram os principais fatores que contribuíram para o aumento da prevalência de transtornos mentais na população brasileira. O aumento significativo dos níveis de ansiedade e depressão foi causado pela mudança abrupta nas dinâmicas pessoais, familiares, sociais e laborais que ocorreram durante a pandemia, devido à natureza sociável dos brasileiros (Soeiro, 2020). Essa situação enfatiza a importância de entender como a pandemia afeta a saúde mental das pessoas que foram infectadas pelo vírus direta ou indiretamente.

Diante desse cenário, torna-se necessário reunir e analisar de forma sistemática as evidências disponíveis sobre os efeitos da pandemia na saúde mental de estudantes de Medicina. Nesse contexto, foi feita a seguinte pergunta norteadora: quais são os principais efeitos da pandemia de COVID-19 sobre os transtornos de ansiedade e depressão nos acadêmicos de medicina, de acordo com a pesquisa existente? Assim, o objetivo do presente estudo é com base em uma revisão sistemática da literatura, o estudo visa analisar as evidências existentes sobre como a pandemia afetou a saúde mental, identificando fatores associados ao aumento desses transtornos.

2. Referencial Teórico

2.1 Introdução ao contexto da pandemia e saúde mental

A pandemia de COVID-19, que teve início em 2019, não apenas provocou uma crise de saúde pública global, mas também gerou um impacto significativo na saúde mental das populações. O isolamento social, o medo da contaminação, a perda de entes queridos e a incerteza econômica foram fatores que contribuíram para um aumento considerável nos casos de transtornos mentais. Segundo a Organização Mundial da Saúde, a saúde mental é um componente essencial do bem-estar geral e deve ser priorizada especialmente em tempos de crise (Brasil, 2020).

Nesse sentido, ficou evidente a necessidade de incluir a saúde mental como prioridade nas políticas de saúde pública, especialmente em situações de crise. Com a crescente demanda por suporte psicológico e a escassez de recursos acessíveis, muitos indivíduos ficaram sem tratamento adequado, agravando os casos de transtornos mentais (Morabia et al., 2022). A OMS reforça a importância de medidas preventivas e de intervenção que permitam atender às necessidades emergentes de saúde mental, criando um sistema de suporte resiliente e abrangente que possa acompanhar o impacto prolongado de crises globais sobre o bem-estar psicológico (OMS, 2022).

2.2 Transtornos de ansiedade e depressão: conceitos e características

Os transtornos de ansiedade e depressão têm se tornado uma preocupação crescente em saúde pública, especialmente em contextos de crise, como a pandemia de COVID-19. O DSM-5 (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, 5^a edição) estabelece critérios específicos para o diagnóstico desses transtornos, que são fundamentais para a identificação e tratamento adequado dos pacientes. No caso dos transtornos de ansiedade, como o Transtorno de Ansiedade Generalizada e o Transtorno do Pânico, os sintomas incluem preocupação excessiva, ataques de pânico e fobias, afetando a qualidade de vida dos indivíduos. Já a depressão é caracterizada por humor deprimido persistente, anedonia e outros sintomas que causam significativo sofrimento e prejuízo funcional (American Psychiatric Association, 2014).

A epidemiologia desses transtornos revela a magnitude do problema, com dados indicando que os transtornos de ansiedade afetam cerca de 7% da população global anualmente, enquanto a depressão tem uma prevalência anual entre 3% e 5%. Esses números mostram a relevância da saúde mental na sociedade contemporânea, sendo mais comum a comorbidade entre ansiedade e depressão, com muitos indivíduos apresentando sintomas de ambos os transtornos simultaneamente, o que complica o diagnóstico e o tratamento (Santomauro et al., 2021). Fatores de risco associados ao desenvolvimento de ansiedade e depressão

incluem aspectos genéticos, experiências adversas na infância e estressores ambientais. Já a hereditariedade desempenha um papel significativo na predisposição a esses transtornos, enquanto traumas e estresse crônico podem atuar como gatilhos. Com isso, o reconhecimento desses fatores é essencial para a prevenção e intervenção precoce, permitindo que profissionais de saúde mental atuem de maneira mais eficaz (Siemiatcki et al., 2021).

2.3 Impacto da pandemia na ansiedade e depressão

Diversos estudos indicam um aumento significativo nos casos de transtornos de ansiedade e depressão durante a pandemia. Uma pesquisa realizada por Barros et al. (2020) revelou que a prevalência de sintomas ansiosos e depressivos aumentou drasticamente, alcançando índices alarmantes em populações vulneráveis, como trabalhadores da saúde e pessoas em isolamento. Além disso, a pandemia trouxe à tona a importância de estratégias de enfrentamento e a busca por apoio psicológico, sendo o acesso a serviços de saúde mental ainda mais crucial, com a telemedicina emergindo como uma alternativa viável para a continuidade do cuidado psicológico (Abraham et al., 2021).

A crise sanitária de COVID-19 exacerbou a situação, com estudos mostrando um aumento dramático nas taxas de ansiedade e depressão, especialmente entre populações vulneráveis, como profissionais de saúde e pessoas em isolamento. A literatura indica que a prevalência de sintomas ansiosos e depressivos triplicou em comparação com períodos anteriores à pandemia. Isso destaca a importância de abordar a saúde mental como uma prioridade em tempos de crise, promovendo acesso a cuidados psicológicos e suporte social (Caldas et al., 2023).

2.4 Grupos de risco e vulnerabilidades específicas de estudantes de medicina

A pandemia de COVID-19 afetou de forma desigual diferentes grupos da população, com alguns segmentos apresentando maior vulnerabilidade e risco de desenvolver problemas de saúde mental. De acordo com a literatura recente, os principais grupos de risco incluem os profissionais de saúde e acadêmicos de medicina, que enfrentaram a exposição constante a situações de risco, a sobrecarga de trabalho ou faculdade e o medo do adoecimento (Caldas et al., 2020). Outro grupo vulnerável são os idosos, que enfrentaram maiores riscos de complicações pela COVID-19, gerando sentimentos de medo, insegurança e isolamento social. Pessoas com doenças crônicas também foram mais suscetíveis aos efeitos da pandemia, enfrentando desafios adicionais no acesso aos serviços de saúde, com grupos em situação de vulnerabilidade social aqueles que tiveram maior dificuldade de acesso a recursos e suporte durante a crise, agravando sua situação de saúde mental (Keller et al., 2024).

2.5 Estratégias de enfrentamento e intervenções em saúde mental

Para mitigar os impactos da pandemia na saúde mental da população, foram implementadas diversas estratégias de enfrentamento e intervenções. Destaca-se o fortalecimento da rede de atenção psicossocial, com a ampliação do acesso a serviços de saúde mental, por meio do teleatendimento. Além disso, foram desenvolvidos programas de promoção da saúde mental, especialmente com ações voltadas para a prevenção de transtornos e o apoio emocional da população (Silva et al., 2022).

2.6 A Relação Pós-Pandemia de Depressão e Ansiedade

Os estudos indicam que a pandemia de COVID-19 teve um impacto significativo no aumento dos casos de transtornos depressivos e de ansiedade. Esse cenário pode ser explicado por diversos fatores, como o isolamento social, a incerteza sobre o futuro e o medo do adoecimento, sobrecarga de trabalho e a exposição constante a situações de risco vivenciadas pelos profissionais de saúde ou estudantes de medicina, contribuindo para o agravamento dos problemas de saúde mental nesse grupo. Adicionado a isso, idosos e pessoas com doenças crônicas também foram particularmente afetados, devido aos maiores riscos de complicações pela COVID-19 (Muscat et al., 2023).

3. Metodologia

Realizou-se uma pesquisa de revisão sistemática integrativa (Snyder, 2019), de natureza quantitativa em relação à quantidade de 9 (Nove) artigos selecionados e, qualitativa em relação à discussão que realizaram nos artigos selecionados (Pereira et al., 2018). A investigação atual emprega a metodologia de revisão sistemática, que envolve a coleta abrangente, análise detalhada e síntese das evidências existentes relativas a uma questão de pesquisa específica. Devido à sua natureza extensa, essa metodologia serve como um instrumento inestimável para reafirmar a compreensão científica de um assunto, oferecendo uma perspectiva crítica e confiável sobre o corpo de pesquisas existentes. O objetivo dessa metodologia é consolidar e avaliar rigorosamente os dados disponíveis, garantindo assim a confiança na autenticidade e confiabilidade das informações examinadas. Nesse sentido, os resultados desta revisão têm como objetivo abordar as deficiências de conhecimento sobre estratégias para o gerenciamento de transtornos de saúde mental durante e após a pandemia de Covid-19 (Higgins, 2022).

3.1 Critérios de Inclusão

Nos critérios de inclusão foram considerados para análise artigos publicados nas bases de dados PUBMED e SciELO, a partir de 2020 até 2024. Apenas estudos em que abordaram especificamente os efeitos da pandemia de COVID-19 nos transtornos de ansiedade e depressão, sintomas autorreferidos ou diagnósticos, em estudantes de medicina, sem restrição geográfica, estudos observacionais e qualitativos que abordem a experiência psicológica e fatores contextuais, estudos em português e inglês e, por fim, o texto na íntegra de forma gratuita.

3.2 Critérios de Exclusão

Foram excluídos da análise artigos publicados antes de 2020; populações não compostas por estudantes de medicina, artigos de opinião ou relatos de casos que não apresentem dados empíricos sobre o impacto psicológico da pandemia também serão desconsiderados. Por fim, qualquer estudo que não aborde diretamente a conexão entre COVID-19 e transtornos de ansiedade ou depressão será omitido da revisão.

3.3 Procedimentos para coleta de dados

A seleção dos estudos foi realizada em duas etapas, conduzidas por três revisores independentes. Na primeira etapa, procedeu-se à triagem dos títulos e resumos identificados nas bases de dados, com o objetivo de verificar a adequação ao tema e aos critérios de elegibilidade previamente estabelecidos. Na segunda etapa, os textos potencialmente relevantes foram analisados na íntegra para confirmar sua inclusão na revisão. Eventuais divergências entre os revisores foram resolvidas por consenso, assegurando maior vigor e confiabilidade ao processo de seleção.

A extração dos dados dos estudos incluídos foi realizada de forma padronizada, contemplando as seguintes informações: identificação do estudo (autores, ano de publicação e país), delineamento metodológico, tamanho e características da amostra, contexto acadêmico (fase do curso, mudanças curriculares e ensino remoto), instrumentos utilizados para avaliação de ansiedade e depressão, estimativas de prevalência e /ou intensidade dos sintomas, além dos fatores associados, como distanciamento social, medo e incerteza, sobrecarga acadêmica, dificuldades financeiras, luto e interrupção de estágios.

A etapa de avaliação da qualidade metodológica dos estudos incluídos foi conduzida com base nas recomendações do Joanna Briggs Institute (JBI), reconhecido internacionalmente por suas diretrizes para revisões sistemáticas e integrativas. Considerando a heterogeneidade dos delineamentos identificados, incluindo revisões sistemáticas, metanálises, revisões narrativas, revisão de escopo, estudo bibliométrico e estudo observacional transversal, optou-se por aplicar um modelo unificado de avaliação, adaptado a partir dos princípios gerais dos instrumentos de avaliação crítica do JBI.

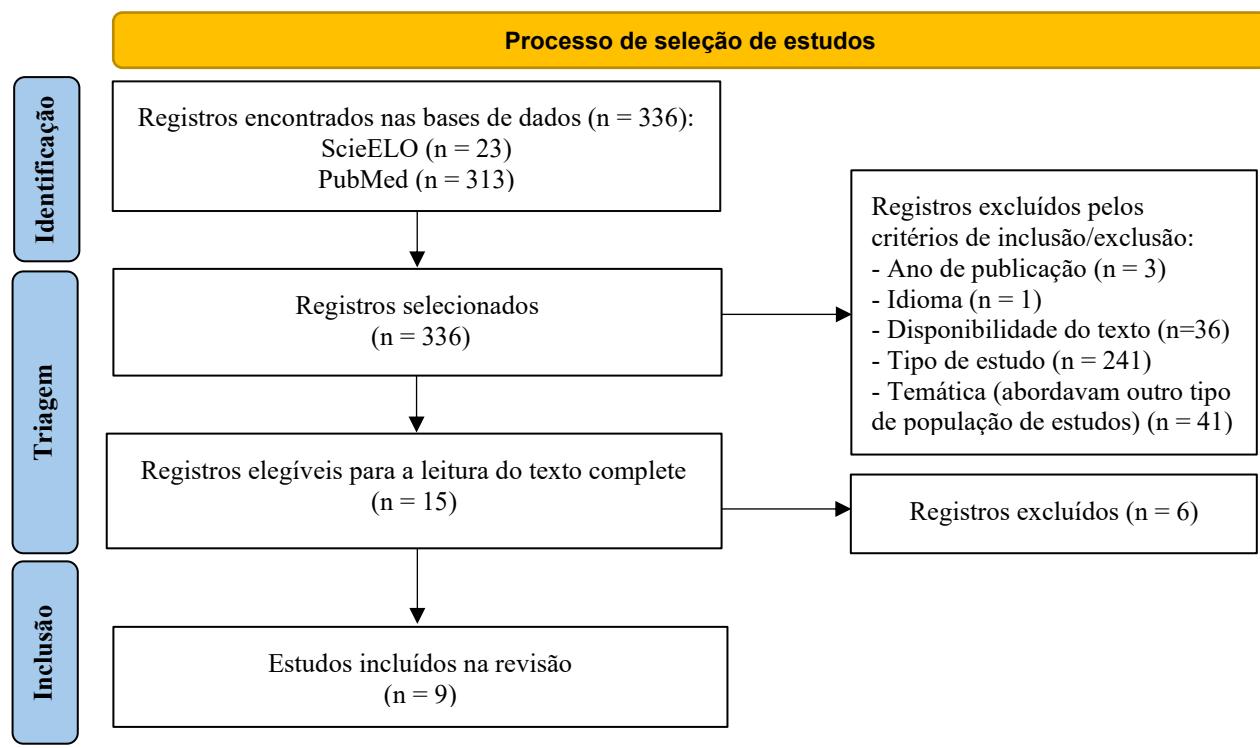
A estratégia de busca e seleção foi fundamentada em protocolos de revisões anteriores com foco em saúde mental relacionada à COVID-19 em populações específicas, contemplando a definição explícita de descritores, operadores booleanos e bases múltiplas de alto impacto.

Dito isso, a estratégia utilizada no PubMED: ((COVID-19[MeSH Terms]) OR (SARS-CoV-2[MeSH Terms]) OR ("COVID 19"[tiab]) OR ("Coronavirus pandemic"[tiab]) OR ("Coronavirus infection"[tiab])) AND ((Anxiety[MeSH Terms]) OR (Anxiety Disorders[MeSH Terms]) OR (Depression[MeSH Terms]) OR (Depressive Disorder[MeSH Terms]) OR ("mental health"[tiab]) OR ("psychological impact"[tiab])) AND ((Medical students"[MeSH Terms]) OR ("Students, Medical"[tiab]) OR ("medical undergraduates"[tiab]) OR ("medical education"[tiab]) OR ("academic medicine"[tiab]) OR ("medical school"[tiab])) AND ("2020/01/01"[Date - Publication] : "2024/12/31"[Date - Publication]) e no SciELO: ("COVID-19" OR "pandemia de COVID-19" OR "SARS-CoV-2") AND ("ansiedade" OR "depressão" OR "saúde mental" OR "impacto psicológico") AND ("acadêmicos de medicina" OR "estudantes de medicina" OR "alunos de medicina" OR "medical students").

4. Resultados

Após a pesquisa nas bases de dados, foram encontrados, inicialmente, 336 artigos científicos que abordavam a temática. Após a triagem e aplicação dos critérios de inclusão/exclusão, 15 artigos foram encontrados e, quando submetidos à análise por texto completo, 9 artigos foram selecionados. O processo de seleção dos estudos está descrito na Figura 1.

Figura 1 - Fluxograma Prisma 2020 dos estudos incluídos.



Fonte: Autores (2025).

Os estudos analisados foram desenvolvidos em diferentes regiões do mundo, predominando os realizados nos Estados Unidos (quatro estudos), seguidos por China (incluindo Hong Kong e Taiwan, dois estudos), Índia (um estudo) e Brasil (um estudo). Essa distribuição evidencia um predomínio de pesquisas internacionais, especialmente em países com forte produção científica na área da saúde. Apenas um estudo teve origem nacional, o que reforça a escassez de investigações brasileiras sobre o tema. Quanto ao idioma, o inglês foi predominante em oito artigos, sendo o português utilizado apenas no estudo conduzido

no Brasil. Isso demonstra o caráter global das publicações, refletindo o uso do inglês como idioma universal da comunicação científica.

No tocante ao período de publicação, observou-se maior concentração de estudos em 2023 (três artigos), seguida de 2022 e 2024. O aumento de publicações nesse intervalo temporal sugere uma tendência de análises retrospectivas e comparativas após a fase crítica da pandemia, com foco nos efeitos duradouros sobre a formação médica e o bem-estar psicológico dos estudantes. Os estudos incluídos estão expostos na Tabela 1.

Tabela 1 - Artigos incluídos na presente pesquisa.

Ano	Autor/Título	País	Objetivos	Amostra	Principais Resultados
2021	Kaul, V. et al./ <i>Medical education during the COVID-19 pandemic</i>	EUA	Descrever os desafios e as adaptações da educação médica durante a pandemia de COVID-19.	Estudos e relatos internacionais de instituições médicas.	Relatou transição abrupta para o ensino remoto, dificuldades na prática clínica e necessidade de modelos híbridos futuros.
2022	Jhajj, S. et al./ <i>Impact of COVID-19 on medical students around the globe</i>	Índia	Avaliar o impacto global da pandemia nas condições acadêmicas e psicológicas de estudantes de Medicina.	Estudantes de Medicina de diferentes países (amostra internacional).	A pandemia afetou significativamente o aprendizado, os estágios clínicos e a saúde mental dos estudantes.
2022	Paz, D. C. et al./ <i>COVID-19 and mental health: a systematic review of international medical student surveys</i>	EUA	Revisar pesquisas sobre saúde mental de estudantes de Medicina durante a pandemia.	33 estudos internacionais.	Alta prevalência de ansiedade e depressão; estresse associado à sobrecarga acadêmica e isolamento social.
2023	Bughrara, M. S. et al./ <i>Beyond COVID-19: the impact of recent pandemics on medical students and their education</i>	EUA	Investigar o impacto de pandemias recentes, incluindo COVID-19, na educação médica.	Estudos de revisão e relatos internacionais.	Pandemias provocaram interrupção do ensino clínico e aumento de sofrimento emocional; destacou estratégias de adaptação.
2023	Wilson, K. H.; Bhatt, N.; Gentile, J. P./ <i>Medical student-patients: mental wellness during the pandemic</i>	EUA	Avaliar a saúde mental de estudantes de Medicina e estratégias de enfrentamento.	Estudantes de Medicina dos EUA.	A pandemia aumentou sintomas de ansiedade; estratégias de apoio emocional e autocuidado mostraram eficácia.
2023	To, W. M.; Lee, P. K. C./ <i>mHealth and COVID-19: a bibliometric study</i>	Hong Kong (China)	Mapear a produção científica sobre mHealth durante a pandemia de COVID-19.	2.651 publicações analisadas.	O uso de tecnologias móveis contribuiu para o monitoramento de saúde mental e apoio psicológico remoto.
2023	Lima, J. K. A. et al./ <i>Impacto da pandemia de COVID-19 na prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes de Medicina</i>	Brasil	Analizar a prevalência de transtornos mentais comuns antes e durante a pandemia.	289 estudantes de Medicina de Salvador (BA).	Prevalência elevada de TMC (44,5%); sem diferença significativa antes e durante a pandemia; associação com religiosidade e álcool.
2024	Wang, W.; Li, G.; Lei, J./ <i>The impact of COVID-19 on medical students</i>	China	Revisar o impacto da COVID-19 na formação e bem-estar de estudantes de Medicina.	176 estudos incluídos.	Mostrou amplas mudanças no ensino médico e danos à saúde mental; defende modelo de ensino híbrido.
2024	Lin, Y. K. et al./ <i>Global prevalence of anxiety and depression among medical students during the COVID-19 pandemic</i>	Taiwan	Estimar a prevalência global de ansiedade e depressão entre estudantes de Medicina.	62 estudos incluídos (meta-análise).	Prevalência combinada: 32% ansiedade e 28,5% depressão; taxas maiores em países de baixa renda.

Fonte: Autores (2025).

A maioria dos estudos analisou ansiedade, depressão e estresse entre estudantes de Medicina durante a pandemia. De forma geral, observou-se alta prevalência de sintomas ansiosos e depressivos, associados à sobrecarga acadêmica, incertezas

sobre o futuro profissional e isolamento social. O estudo brasileiro (Lima et al., 2023) destacou prevalência expressiva de transtornos mentais comuns (44,5%), embora não tenha sido demonstrado aumento significativo durante a pandemia, sugerindo que o próprio curso de Medicina constitui um fator de risco intrínseco para sofrimento psíquico.

Diversos artigos relataram mudanças estruturais no modelo educacional, com a transição abrupta do ensino presencial para o ensino remoto. Os estudos de Wang et al. (2024) e Kaul et al. (2021) destacaram os benefícios da modalidade online, como flexibilidade de horários e ampliação de recursos digitais, mas também apontaram desafios importantes, incluindo perda de interação interpessoal, limitações em práticas clínicas e maior exaustão mental.

O modelo híbrido foi considerado o mais promissor para o futuro, conciliando tecnologia e prática clínica supervisionada. A metanálise conduzida por Lin et al. (2024) revelou prevalência global combinada de 32,0% para ansiedade e 28,5% para depressão entre estudantes de Medicina durante a pandemia, com maiores taxas em países de baixa e média renda.

Na avaliação da qualidade metodológica dos estudos incluídos, a abordagem unificada, elaborada com base nos princípios do Joanna Briggs Institute, demonstrou que a maioria dos estudos apresentou boa a alta qualidade metodológica. As revisões sistemáticas, metanálises e revisões de escopo destacaram-se pelo elevado rigor na definição de critérios de inclusão, transparência na metodologia e consistência dos resultados.

As revisões narrativas e o estudo bibliométrico mostraram qualidade boa, com objetivos e resultados claros, embora com detalhamento metodológico parcial. O estudo transversal brasileiro apresentou qualidade moderada, com limitações relacionadas à amostragem não probabilística e ausência de cálculo amostral, mas manteve validade dos instrumentos e análise estatística adequada. De modo geral, o conjunto de evidências analisadas demonstra consistência metodológica e confiabilidade suficiente para sustentar a síntese integrativa proposta.

Tabela 2 - Avaliação do Risco de viés dos estudos incluídos.

Estudo (Ano)	Tipo de Estudo	Clareza do objetivo	Adequação metodológica	Rigor na coleta e análise	Clareza dos resultados	Discussão e limitações
Kaul et al. (2021)	Revisão narrativa	C	P	P	C	C
Jhajj et al. (2022)	Revisão narrativa	C	P	P	C	C
Paz et al. (2022)	Revisão sistemática	C	C	C	C	C
Bughrara et al. (2023)	Revisão de escopo	C	C	C	C	C
Wilson et al. (2023)	Artigo reflexivo	C	P	P	C	C
To & Lee (2023)	Estudo bibliométrico	C	C	P	C	C
Lima et al. (2023)	Estudo transversal (observacional)	C	P	C	C	C
Wang et al. (2024)	Revisão narrativa	C	P	P	C	P
Lin et al. (2024)	Metanálise (revisão sistemática)	C	C	C	C	C

Legenda: C = Atende completamente; P = Atende parcialmente; N = Não atende / informação insuficiente.

Fonte: Autores (2025).

5. Discussão

A análise dos estudos incluídos demonstra que a pandemia de Covid-19 teve um impacto substancial sobre a saúde mental de estudantes de Medicina em diferentes países e contextos educacionais. Diversos autores apontam que esse período intensificou níveis de ansiedade, depressão, estresse e incerteza acadêmica, criando um cenário de sofrimento psicológico

persistente entre estudantes. Segundo Paz et al. (2022), que avaliaram pesquisas internacionais, a prevalência global de ansiedade e depressão aumentou de forma significativa durante a pandemia, constituindo um padrão observado em diferentes realidades educacionais.

O estudo de Kaul et al. (2021) descreve que os estudantes experimentaram dificuldade de adaptação emocional diante da súbita interrupção das atividades práticas e da transição para o ensino remoto, o que contribuiu para sentimento de insegurança e perda do ritmo formativo. De forma semelhante, Jhajj et al. (2022) destacam que o aprendizado clínico sofreu impacto direto, especialmente pela falta de contato com pacientes, essencial para o desenvolvimento de competências profissionais. O afastamento das práticas presenciais não apenas reduziu a exposição clínica, como também aumentou a sensação de descontinuidade educacional.

O estudo brasileiro de Lima et al. (2023) acrescenta aspectos específicos do contexto nacional, mostrando prevalência elevada de transtornos mentais comuns entre estudantes durante a pandemia. Os autores identificaram associação com fatores como medo de contágio, sobrecarga acadêmica, dificuldades de adaptação ao ensino remoto, luto e incertezas sobre o futuro profissional. Tais achados convergem com resultados internacionais, sugerindo que estudantes de Medicina constituem um grupo particularmente vulnerável em situações de crise sanitária. Além dos efeitos sobre saúde mental, os artigos analisados mostram que a pandemia influenciou fortemente a organização do ensino médico. Segundo Wilson et al. (2023), muitas instituições tiveram que reformular seus currículos rapidamente, o que gerou desafios na continuidade adequada do treinamento clínico. A impossibilidade de realizar estágios e atividades práticas estruturadas resultou na sensação de despreparo relatada por estudantes em diversos contextos. Pesquisas mais amplas, como a de Bughra et al. (2023), reforçam que tais mudanças pedagógicas, embora necessárias, impuseram significativa pressão emocional sobre os alunos, contribuindo para o agravamento de sintomas psicológicos.

O estudo de To & Lee (2023) demonstra que houve aumento marcante na produção científica sobre saúde mental de estudantes de Medicina durante o período pandêmico. Os autores apontam que termos relacionados a ansiedade, depressão e estresse acadêmico se tornaram predominantes nas publicações, evidenciando um interesse global crescente e uma preocupação emergente da comunidade acadêmica com a saúde emocional dos estudantes. Outro fator relevante identificado nos estudos refere-se ao papel das tecnologias digitais. O trabalho de Wang et al. (2024) enfatiza que intervenções baseadas em mHealth se tornaram mais comuns como forma de apoio psicológico remoto. Segundo os autores, embora tais ferramentas ofereçam potencial para ampliar o acesso a serviços de saúde mental, ainda são necessários mais estudos que avaliem sua efetividade e aplicabilidade entre estudantes de Medicina.

As evidências trazidas por Lin et al. (2024), em sua metanálise, aprofundam a discussão ao mostrar que as taxas de transtornos mentais em estudantes aumentaram globalmente durante e após a fase crítica da pandemia. A persistência desses sintomas mesmo no período pós-isolamento indica que os efeitos da crise sanitária não se limitaram ao momento de maior restrição, mas permaneceram como desafios contínuos na formação médica. A convergência dos achados mostra que os impactos da pandemia foram multifatoriais, abrangendo aspectos psicológicos, pedagógicos e institucionais. Os estudos indicam que estudantes enfrentaram simultaneamente medo de adoecimento, interrupção de atividades práticas, rotina acadêmica instável, maior isolamento social, dificuldades financeiras e luto. Conforme observado por Bughra et al. (2023), esses fatores atuaram em conjunto, intensificando a sobrecarga emocional e prejudicando a estabilidade acadêmica.

Diante desse panorama, os autores defendem a necessidade de estratégias institucionais para mitigar os efeitos observados. Paz et al. (2022) e Lin et al. (2024) reforçam que instituições de ensino devem implementar ações de suporte psicológico, programas de acolhimento, flexibilizações curriculares e monitoramento contínuo da saúde mental. Além disso, revisões como a de Kaul et al. (2021) apontam que a integração de intervenções digitais pode complementar abordagens tradicionais, desde que acompanhada de avaliações rigorosas de eficácia. De forma geral, pode-se concluir que a pandemia

produziu um conjunto de desafios acadêmicos e emocionais significativos, cuja intensidade foi relatada de maneira consistente nos diferentes estudos incluídos. As evidências analisadas demonstram que os efeitos da Covid-19 sobre estudantes de Medicina foram profundos e persistentes, destacando a urgência de políticas institucionais que promovam ambientes formativos mais acolhedores, estáveis e sensíveis às demandas emocionais dos estudantes.

6. Considerações Finais

Essa revisão sistemática facilitou uma síntese abrangente das evidências existentes sobre os efeitos da pandemia de Covid-19 na saúde mental de estudantes de medicina, integrando estudos internacionais e nacionais publicados entre 2021 e 2024. A análise integrativa dos nove artigos selecionados revelou uma tendência consistente de sintomas psicológicos exacerbados entre os estudantes durante a pandemia, destacando particularmente o aumento da ansiedade, depressão, estresse, sentimento de insegurança acadêmica e sobrecarga emocional. Revisões sistemáticas, metanálises e revisões de escopo incluídas neste resumo indicaram uma prevalência marcadamente alta desses sintomas, sugerindo que esse fenômeno se manifestou de forma amplificada e duradoura em vários países.

Os estudos incluídos nesta revisão indicaram ainda que as modificações estruturais implementadas na educação médica, como a mudança abrupta para o ensino remoto, a suspensão do treinamento prático e a reorganização dos currículos, exacerbaram o sofrimento emocional. Essas modificações influenciaram diretamente as percepções dos alunos sobre a preparação clínica e a continuação adequada de seu treinamento, gerando incerteza e uma sensação de descontinuidade entre a população estudantil. Além disso, fatores contextuais, incluindo isolamento social, dificuldades econômicas, experiências de luto e medo de contágio, constituíram elementos adicionais de vulnerabilidade.

A avaliação metodológica dos estudos revelou uma predominância de qualidade moderada a alta, aumentando assim a credibilidade dos resultados apresentados. Apesar das variações nos desenhos dos estudos, as evidências convergiram coletivamente para demonstrar que a pandemia exerceu um impacto significativo e multifacetado no bem-estar psicológico dos estudantes de medicina. A revisão também identificou iniciativas emergentes, como intervenções digitais e a utilização de ferramentas de saúde móvel, embora ainda haja uma necessidade premente de avaliações mais sistemáticas sobre sua eficácia.

Com base no corpus de evidências analisado, pode-se concluir que as ramificações da pandemia na saúde mental dos estudantes foram extensas, duradouras e corroboradas por diversos tipos de estudos, ressaltando a necessidade de estratégias institucionais contínuas voltadas ao apoio psicológico, monitoramento do bem-estar dos alunos e planejamento pedagógico projetado para mitigar os impactos em situações de crise. As descobertas fornecem suporte pertinente para informar as práticas acadêmicas e as políticas de saúde mental no campo da educação médica.

Referências

Abraham, A., Jithesh, A., Doraiswamy, S., Al-Khawaga, N., Mamtani, R., & Cheema, S. (2021). Telemental health use in the COVID-19 pandemic: A scoping review and evidence gap mapping. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 748069. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.748069>

American Psychiatric Association. (2019). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.

Barros, M. B. A., et al. (2020). Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 29(4), e2020407. <https://doi.org/10.1590/S1679-49742020000400011>

Bughrara, M. S., Swanberg, S. M., Lucia, V. C., Schmitz, K., Jung, D., & Wunderlich-Barillas, T. (2023). Beyond COVID-19: The impact of recent pandemics on medical students and their education: A scoping review. *Medical Education Online*, 28(1), 2139657. <https://doi.org/10.1080/10872981.2022.2139657>

Brasil. Ministério da Saúde. (2020). Saúde mental e a pandemia da COVID-19: Orientações e estratégias para os profissionais de saúde. Brasília, DF: Ministério da Saúde.

Caldas, P. M. (2020). Impactos psicológicos da COVID-19 entre profissionais de saúde: Desafios e intervenções. *Frontiers in Psychology*, 11, 20265. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.02065>

Caldas, P. M., & Pedro, J. V. (2023). Ansiedade e depressão entre trabalhadores de saúde durante a pandemia de COVID-19. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 2010185. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.10185>

Dalgalarrodo, P. (2019). Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais. Porto Alegre, RS: Grupo A.

Goularte, J. F., Serafim, S. D., Colombo, R., Hogg, B., Caldieraro, M. A., & Rosa, A. R. (2021). COVID-19 and mental health in Brazil: Psychiatric symptoms in the general population. *Journal of Psychiatric Research*, 132, 32–37. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2020.09.021>

Jhajj, S., Kaur, P., Jhajj, P., Ramadan, A., Jain, P., Upadhyay, S., & Jain, R. (2022). Impact of COVID-19 on medical students around the globe. *Journal of Community Hospital Internal Medicine Perspectives*, 12(4), Article 1. <https://doi.org/10.55729/2000-9666.1082>

Kaul, V., De Moraes, A. G., Khateeb, D., Greenstein, Y., Winter, G., Chae, J., Stewart, N. H., Qadir, N., & Dangayach, N. S. (2021). Medical education during the COVID-19 pandemic. *Chest*, 159(5), 1949–1960. <https://doi.org/10.1016/j.chest.2020.12.026>

Keller, R., & Howe, S. R. (2024). Desafios enfrentados por grupos em situação de vulnerabilidade social durante a crise de COVID-19. *Medicina del Lavoro*, 105, 163–173.

Lima, J. K. A., Barbosa, L. A. O., Avena, K. de M., & Brito, A. P. A. de. (2023). Impacto da pandemia de COVID-19 na prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes de Medicina. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 72(4), 213–220. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000430>

Lin, Y.-K., Saragih, I. D., Lin, C.-J., Liu, H.-L., Chen, C.-W., & Yeh, Y.-S. (2024). Global prevalence of anxiety and depression among medical students during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, 12, 338. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01838-y>

Morabia, A., et al. (2022). Acesso a serviços de saúde e doenças crônicas durante a pandemia de COVID-19. *World Psychiatry*, 14, 354–357. <https://doi.org/10.1002/wps.20255>

Muscat, R., Smolen, D., & Ross, K. (2023). Desigualdades no acesso à saúde e suporte social em comunidades de baixa renda. *International Journal of Nursing Studies*, 49, 1411–1422. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2012.07.003>

Paz, D. C., Bains, M. S., Zueger, M. L., Bandi, V. R., Kuo, V. Y., Cook, K., & Ryznar, R. (2022). COVID-19 and mental health: A systematic review of international medical student surveys. *Frontiers in Psychology*, 13, 1028559. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1028559>

Pereira, A. S. et al. (2018). Metodologia da pesquisa científica. [free ebook]. Santa Maria. Editora da UFSM.

Higgins, J. P. T., Thomas, J., Chandler, J., Cumpston, M., Li, T., Page, M. J., et al. (2022). Cochrane handbook for systematic reviews of interventions (Version 6.3, updated February 2022) [Internet]. Chichester, UK: Cochrane. Retrieved November 9, 2022, from <http://www.training.cochrane.org/handbook>

Santomauro, D. F., et al. (2021). Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic. *The Lancet*, 398(10312), 1700–1712.

Silva, N. H. L. P. da, Ottolia, R. F., Marques, L. G., & Antúnez, A. E. A. (2022). Use of digital technologies in mental health during COVID-19. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 39, e200225. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202239e200225>

Siemiatnicki, G., Bal, M., & Dantas, L. (2021). Saúde mental dos idosos durante a pandemia de COVID-19: Uma revisão de literatura. *Journal of Affective Disorders*, 283, 123–129. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.01.050>

Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333–339. <https://doi.org/10.1016/j.JBUSRES.2019.07.039>

Soeiro, A. (2020). Covid-19: Temas essenciais. Barueri, SP: Editora Manole.

To, W.-M., & Lee, P. K. C. (2023). mHealth and COVID-19: A bibliometric study. *Healthcare*, 11(8), 1163. <https://doi.org/10.3390/healthcare11081163>

Wang, W., Li, G., & Lei, J. (2024). The impact of COVID-19 on medical students. *GMS Journal for Medical Education*, 41(1).

World Health Organization. (2022). Mental health and COVID-19: Early evidence of the pandemic's impact: Scientific brief, 2 March 2022. Geneva, Switzerland: World Health Organization. https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Sci_Brief-Mental_health-2022.1

Wilson, K. H., Bhatt, N., & Gentile, J. P. (2023). Medical student-patients: Mental wellness during the pandemic. *Innovations in Clinical Neuroscience*, 20(4–6), 34–38.

World Health Organization. (2021). Mental health and COVID-19: Addressing the unmet needs in psychosocial support. Geneva, Switzerland: World Health Organization. https://www.who.int/mental_health