

RESUMO - CIÊNCIAS HUMANAS E SOCIAIS

**COPING DESADAPTATIVO NA RELAÇÃO COM ESTRESSE E ANSIEDADE
EM ESTUDANTES DE MEDICINA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA.**

Ignacio Malhano Cunha (ignaciomalhano1@outlook.com)

Mariana Fernandes Ramos Dos Santos (mariana.ramos@uniredentor.edu.br)

A ansiedade e o estresse são preocupações crescentes entre estudantes de medicina, afetando seu desempenho e bem-estar e estão constantemente associados a estratégias desadaptativas de regulação emocional. Distância da família, longa carga horária das matérias, ambiente competitivo e lidar com pessoas em sofrimento e vulnerabilidade são parte do problema enfrentado por boa parte dos estudantes de medicina. Deste modo o presente trabalho teve como objetivo investigar, por meio de uma revisão integrativa, a relação entre estratégias de coping desadaptativas e sua influência sobre a ansiedade e o estresse desses estudantes. A busca foi realizada nas bases da PubMed e Lilacs, utilizando diversos descritores e analisando artigos publicados nos últimos dez anos. De modo geral, os resultados indicaram que estratégias de enfrentamento desadaptativas, como evitação, negação, auto-culpa, desengajamento comportamental e uso de substâncias, estão associadas a maiores níveis de estresse e ansiedade, além de comportamentos de risco. Por outro lado, estratégias adaptativas, como coping ativo, planejamento e reavaliação positiva, apresentaram associação com melhores desfechos psicológicos, embora com impacto menos consistente. Observou-se ainda variação nas estratégias de enfrentamento conforme gênero e período do curso.

Palavras-chave: estudantes de medicina; estratégias de enfrentamento; estresse psicológico; ansiedade; saúde mental.