

REVISÃO DE LITERATURA IDENTIFICADO

SAÚDE MENTAL DE ACADÊMICOS DE MEDICINA: PREVALÊNCIA E FATORES ASSOCIADOS AOS TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS

MENTAL HEALTH OF MEDICAL STUDENTS: PREVALENCE AND ASSOCIATED FACTORS OF COMMON MENTAL DISORDERS

Débora Noemi de Souza Maia¹, Adecarlo Fonzar Pegino Junior²

¹Acadêmica do curso de Medicina da Afya Centro Universitário São Lucas; ² Docente do curso de Medicina da Afya Centro Universitário São Lucas.

E-mail do autor correspondente: deboranoemi02@gmail.com

Eixo Temático: 01 - Saúde

RESUMO

A formação médica constitui um período de elevada exigência acadêmica, associado a privação de sono, competitividade e desequilíbrio entre vida pessoal e estudo, fatores que favorecem o adoecimento psíquico dos estudantes e elevam a prevalência de Transtornos Mentais Comuns nessa população. Esta revisão teve como objetivo sintetizar as evidências nacionais e internacionais sobre a prevalência e os fatores associados aos Transtornos Mentais Comuns em acadêmicos de Medicina, com destaque para os determinantes regionais da Amazônia Ocidental. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, conduzida em cinco etapas metodológicas, com buscas nas bases PubMed, SciELO e Biblioteca Virtual em Saúde, utilizando descritores relacionados a saúde mental, estudantes de medicina, transtornos mentais comuns, ansiedade e depressão, combinados pelo operador booleano AND, priorizando estudos epidemiológicos, revisões sistemáticas e meta-análises. Os resultados apontam prevalências de ansiedade e depressão superiores a 30% entre acadêmicos de Medicina no Brasil, com oscilações relacionadas à fase do curso, ao regime de moradia, à distância da família de origem e à disponibilidade de redes de apoio psicossocial, sendo esses fatores potencializados em contextos de isolamento geográfico como a Amazônia. Conclui-se que há uma lacuna expressiva de dados regionalizados sobre o tema na Amazônia Ocidental, reforçando a necessidade de estratégias institucionais de rastreio precoce e acolhimento psicossocial voltadas a essa população.

Palavras-chave: Saúde Mental. Estudantes de Medicina. Transtornos Mentais Comuns. Ansiedade. Depressão.

ABSTRACT

Medical training is a period of high academic demand, associated with sleep deprivation, competitiveness, and an imbalance between personal life and studies, factors that favor students' psychological distress and increase the prevalence of Common Mental Disorders in this population. This review aimed to synthesize national and international evidence on the prevalence and associated factors of Common Mental Disorders among medical students, with emphasis on the regional determinants of the Western Amazon. This is an integrative literature review, conducted in five methodological stages, with searches conducted in the PubMed, SciELO, and Virtual Health Library databases, using descriptors related to mental health, medical students, common mental disorders, anxiety, and depression, combined with the Boolean operator AND, prioritizing epidemiological studies, systematic reviews, and meta-analyses. The results indicate prevalence rates of anxiety and depression above 30% among medical students in Brazil, with variations related to the stage of the course, housing arrangements, distance from the family of origin, and availability of psychosocial support networks, factors that are intensified in contexts of geographic isolation such as the Amazon. It is concluded that there is a significant gap in regionalized data on this topic in the Western Amazon, reinforcing the need for institutional strategies for early screening and psychosocial support aimed at this population.

Keywords: Mental Health. Medical Students. Common Mental Disorders. Anxiety. Depression.

INTRODUÇÃO

A formação médica constitui, por natureza, um percurso de excelência que submete os acadêmicos a cargas horárias extensivas, privação de sono e desequilíbrio crônico entre estudo e vida pessoal, configurando um ambiente de alta exigência associado ao declínio progressivo da saúde mental¹. Nesse cenário, a ansiedade e a depressão figuram como os transtornos mais documentados nesta população, com taxas consistentemente superiores às observadas em pares de mesma faixa etária e na população geral¹. No Brasil, uma meta-análise conduzida com 59 estudos e mais de dezoito mil acadêmicos de Medicina revelou prevalências de 32,9% para ansiedade e 30,6% para depressão, evidenciando a magnitude do problema no contexto nacional e a urgência de investigações regionalizadas². A competitividade inerente ao curso, frequentemente manifesta na busca por ligas acadêmicas, publicações e destaque em avaliações, adiciona uma camada extra de estresse psicossocial, favorecendo ambientes de hostilidade e isolamento entre pares, em detrimento da colaboração e do suporte mútuo. Uma revisão brasileira mais recente corrobora esses achados, reafirmando a elevada prevalência de Transtornos Mentais Comuns entre acadêmicos de Medicina no país e a necessidade de que seus fatores associados sejam sistematicamente investigados³.

No contexto brasileiro, particularmente na Amazônia Ocidental, esses estressores universais são potencializados por determinantes regionais e logísticos que merecem atenção singular. A escassez de redes de apoio, tanto formal quanto informal, configura um agravante significativo, especialmente para os alunos que se deslocam de outras regiões do país para instituições de ensino privadas em Rondônia. Estudos nacionais demonstram que discentes procedentes de municípios distantes de sua universidade integram um grupo com maior risco de sintomas depressivos⁴. A prevalência de Transtornos Mentais Comuns entre acadêmicos de Medicina no Brasil tem se mostrado em torno de 30%⁵, sendo o rompimento dos laços afetivos preexistentes apontado como fator potencializador desse quadro. Imersos em ambiente de alta exigência sem esse suporte psicossocial essencial, esses estudantes tornam-se mais vulneráveis ao adoecimento psíquico, sobretudo diante das vivências inerentes à prática clínica⁶. O isolamento social vivenciado durante a pandemia de Covid-19, somado às limitações de infraestrutura para o ensino remoto e à adaptação a uma nova rotina acadêmica, restringiu ainda mais as estratégias de enfrentamento disponíveis⁷. Dados levantados na própria região Norte corroboram esse quadro: estudo com acadêmicos de Medicina de Rondônia identificou sintomas ansiosos em 37% da amostra, com maior prevalência do

Transtorno de Ansiedade Generalizada e uso de psicofármacos sem acompanhamento médico em 14% dos estudantes⁸, enquanto levantamento realizado com discentes de um centro universitário do mesmo estado evidenciou impacto direto do isolamento social e da adaptação ao ensino remoto sobre os níveis de ansiedade, depressão e estresse⁹.

A literatura nacional demonstra ainda que os serviços e núcleos de apoio psicopedagógico destinados a estudantes de Medicina concentram-se majoritariamente nas regiões Sul e Sudeste do país, o que reproduz uma assimetria institucional que invisibiliza o sofrimento dos acadêmicos amazônicos e os priva de intervenções baseadas em evidências locais¹⁰. Diante desse cenário, esta revisão teve como objetivo sintetizar as evidências disponíveis na literatura nacional e internacional sobre a prevalência e os fatores associados aos Transtornos Mentais Comuns em acadêmicos de Medicina, com ênfase nos determinantes regionais da Amazônia Ocidental.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, conduzida conforme a metodologia proposta por Whittemore e Knafl¹¹, composta por cinco etapas: (1) identificação do problema; (2) busca na literatura; (3) avaliação dos dados; (4) análise dos dados; e (5) apresentação dos resultados. Para orientar a busca, foi elaborada a questão norteadora "Qual é a prevalência e quais são os fatores associados aos Transtornos Mentais Comuns em acadêmicos de Medicina, com ênfase nos determinantes regionais da Amazônia Ocidental?", estruturada segundo a estratégia PEO (População: acadêmicos de Medicina; Exposição: fatores acadêmicos, sociodemográficos e regionais; Desfecho: prevalência de Transtornos Mentais Comuns).

A busca foi realizada nas bases de dados PubMed, Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS/LILACS), sem delimitação de período, dada a escassez de produção regionalizada sobre o tema na Amazônia. Foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS/MeSH) "saúde mental", "estudantes de medicina", "transtornos mentais comuns", "ansiedade" e "depressão", combinados por meio do operador booleano AND, em português e inglês. Foram estabelecidos como critérios de inclusão: estudos epidemiológicos observacionais (transversais e de coorte), revisões sistemáticas e meta-análises, publicados em periódicos nacionais ou internacionais, nos idiomas português, inglês ou espanhol, que abordassem prevalência e/ou fatores associados aos Transtornos Mentais Comuns em estudantes de Medicina. Foram excluídos editoriais, cartas ao editor,

resumos de anais de eventos, trabalhos duplicados entre as bases consultadas e estudos sem relação direta com o escopo proposto.

Os estudos pré-selecionados foram lidos na íntegra e submetidos a avaliação crítica quanto à clareza da metodologia, à adequação do delineamento amostral e à consistência da análise estatística empregada, de modo a subsidiar a qualidade das evidências incorporadas à síntese. Ao final do processo de seleção, foram incluídos 15 estudos, organizados tematicamente em três eixos analíticos construídos a partir da leitura e do agrupamento indutivo dos achados: magnitude e prevalência dos Transtornos Mentais Comuns; fatores associados de ordem acadêmica e sociodemográfica; e determinantes regionais amazônicos e assimetria dos serviços de apoio psicopedagógico. A síntese dos dados foi realizada de forma descritiva, por eixo temático, conforme preconizado para revisões integrativas.

RESULTADOS

Magnitude e prevalência dos Transtornos Mentais Comuns

Os estudos analisados convergem quanto à elevada prevalência de sintomas ansiosos e depressivos entre estudantes de Medicina em comparação a pares da mesma faixa etária^{1,2}. A meta-análise de referência nacional identificou prevalências de 32,9% para ansiedade e 30,6% para depressão em uma amostra superior a dezoito mil acadêmicos, reunindo 59 estudos brasileiros². Esses achados não são estáticos ao longo da formação: estudo comparativo nacional demonstrou que a prevalência de TMC pode variar de 35,8% no início do semestre letivo para 51,5% ao final do mesmo período, sugerindo que o próprio ambiente acadêmico atua como potencializador ativo do sofrimento psíquico¹². Estudos conduzidos em instituições da região amazônica identificaram prevalências igualmente elevadas de sintomas depressivos e ansiosos, com forte correlação entre os dois quadros, reforçando a necessidade de rastreio conjunto e sistemático nessa população¹³. Além da ansiedade e da depressão, o burnout também se destaca como manifestação relevante do sofrimento psíquico nessa população: uma revisão sistemática internacional identificou prevalência global de 44,2% entre estudantes de Medicina, sem diferenças significativas entre os sexos, reforçando seu caráter transversal à formação médica¹⁴.

Fatores associados de ordem acadêmica e sociodemográfica

A literatura nacional demonstra que a presença de TMC entre acadêmicos de Medicina está independentemente associada à ausência de apoio emocional, à dificuldade de estabelecer vínculos de amizade e ao desejo de abandono do curso, comprometendo diretamente a

formação dos futuros médicos^{15,16}. Quanto à fase do curso, estudos comparativos documentaram que a prevalência de TMC é significativamente mais elevada nos ciclos básicos do que nos ciclos clínicos, achado atribuído à adaptação inicial à rotina universitária e à intensidade da carga curricular nos primeiros períodos¹². Outros fatores sociodemográficos recorrentemente associados incluem o sexo, o regime de moradia e a prática de atividades físicas, que se somam à sobrecarga acadêmica na configuração do risco de adoecimento psíquico.

Determinantes regionais amazônicos e assimetria dos serviços de apoio

Na Amazônia Ocidental, os estressores universais da formação médica são potencializados por determinantes regionais específicos. Estudantes que realizam menos visitas aos familiares por mês integram consistentemente os grupos com maiores prevalências de TMC, evidenciando que a distância física do núcleo de apoio primário constitui, por si só, um fator de risco clinicamente relevante^{4,5}. O contexto de vivências inerentes à prática clínica, combinado à ausência de suporte psicossocial estruturado, amplia a vulnerabilidade desses estudantes ao adoecimento⁶. A pandemia de Covid-19 evidenciou ainda mais essas fragilidades, com impactos adicionais sobre a saúde mental de discentes de Medicina em contextos de infraestrutura limitada⁷. Soma-se a isso a concentração dos serviços de apoio psicopedagógico nas regiões Sul e Sudeste do país, o que reforça a urgência de produção de dados regionalizados capazes de subsidiar políticas institucionais culturalmente sensíveis à realidade do estudante rondoniense e do migrante que busca a região para sua formação¹⁰.

CONCLUSÃO

A revisão evidencia que os Transtornos Mentais Comuns atingem parcela expressiva dos acadêmicos de Medicina no Brasil, com prevalências superiores a 30% e agravamento ao longo do curso, sobretudo nos ciclos iniciais. Fatores como isolamento social, distância da família e escassez de redes de apoio mostram-se particularmente relevantes em contextos de isolamento geográfico, como a Amazônia Ocidental, onde a produção científica ainda é escassa.

Esta síntese contribui ao reunir evidências dispersas sobre um fenômeno pouco investigado no contexto amazônico, oferecendo subsídios para estratégias institucionais de rastreio precoce e acolhimento psicossocial. Recomendam-se pesquisas futuras com dados epidemiológicos regionalizados para orientar políticas culturalmente sensíveis à realidade dos estudantes da Amazônia Ocidental.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Agyapong-Opoku N, et al. Anxiety and depressive symptoms among medical students: a scoping review of systematic reviews and meta-analyses. *Front Public Health*. 2026;13. DOI: 10.3389/fpubh.2025.1710333.
2. Pacheco JP, et al. Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. *Rev Bras Psiquiatr*. 2017;39(4):369-378.
3. Cunha CM, et al. Transtornos mentais comuns em estudantes de medicina: prevalência e fatores associados. *Rev Bras Educ Med*. 2023;47(4):e117.
4. Vasconcelos TC, et al. Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. *Rev Bras Educ Med*. 2015;39(1):135-142.
5. Santos LS, Ribeiro IJS, Boery EN, Boery RNSO. Qualidade de vida e transtornos mentais comuns em estudantes de medicina. *Cogitare Enferm*. 2017;22(4):1-7. doi:10.5380/ce.v22i4.52126.
6. Andrade JBC, et al. Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina. *Rev Bras Educ Med*. 2014;38(2):231-242.
7. Oliveira FP, et al. O impacto da pandemia de Covid-19 na saúde mental dos discentes de medicina. *Braz J Dev*. 2021;7(6):62028-62037.
8. Freitas JLG, Barros DSS, Sperandio F, Valiatti TB. Prevalência da ansiedade entre estudantes de medicina na Faculdade de Educação de Jaru, Rondônia. *Braz J Health Rev*. 2025;8(6):e84234.
9. Santos RGS, Souza MEB, Neto RBV, Rivoredo RSSN, Souza SS, Carvalho GP, et al. Nível de ansiedade, depressão e estresse em estudantes de um centro universitário do estado de Rondônia. *Rev CPAQV*. 2021;13(2).
10. Roncaglia LP, Martins AF, Batista CB. Serviços de apoio aos estudantes de medicina: conhecendo alguns núcleos em universidades públicas brasileiras. *Pretextos*. 2020;5(9):664-682.
11. Whittemore R, Knafl K. The integrative review: updated methodology. *J Adv Nurs*. 2005;52(5):546-553.
12. Ferreira CMG, Kluthcovsky ACGC, Cordeiro TMG. Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em estudantes de medicina: um estudo comparativo. *Rev Bras Educ Med*. 2016;40(2):268-277.
13. Dias DCG, et al. Saúde mental na medicina: um estudo da prevalência de sintomas depressivos e ansiosos em acadêmicos de medicina. *Braz J Health Rev*. 2021;4(4):15313-15329.
14. Frajerman A, Morvan Y, Krebs MO, Gorwood P, Chaumette B. Burnout in medical students before residency: a systematic review and meta-analysis. *Eur Psychiatry*. 2019;55:36-42.
15. Lima MCP, Domingues MS, Cerqueira ATAR. Prevalência e fatores de risco para transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina. *Rev Saude Publica*. 2006;40(6):1035-1041.
16. Fiorotti KP, et al. Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. *J Bras Psiquiatr*. 2010;59(1):17-23.