

# PREVALÊNCIA DOS SINTOMAS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO NOS ESTUDANTES DE MEDICINA DO UNIFAGOC

PREVALENCE OF ANXIETY AND DEPRESSION SYMPTOMS IN UNIFAGOC MEDICAL STUDENTS

JULIANA PEREIRA DE SOUZA <sup>a</sup> ;  
FRANCE ARAÚJO COELHO <sup>b</sup>



juliana\_pereira\_desouza@hotmail.com

<sup>a</sup> Discente Medicina UNIFAGOC

<sup>b</sup> Docente Medicina UNIFAGOC

## RESUMO

**Introdução:** A realidade da rotina de estudantes na formação médica, por ser atarefada e cheia de expectativas em vários âmbitos da vida, tem se tornado um fator de risco para depressão e ansiedade. **Objetivo:** O artigo propõe avaliar a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão nos alunos de Medicina em um Centro Universitário da Zona da Mata Mineira e correlacionar fatores que podem estar associados com essas patologias. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal, realizado nas dependências do UNIFAGOC. Foram aplicados dois questionários, um sociodemográfico e outro de autoavaliação sobre sintomas depressivos e ansiosos. **Resultados:** O total de entrevistados foi de 136 pessoas, e a prevalência de índices médio altos e altos de sintomas de ansiedade e depressão dentre esses alunos entrevistados foi de 29,4%, sendo a maioria do sexo feminino e, em maior percentual, alunos do Ciclo Básico. **Discussão:** A necessidade de adaptação, a autocobrança, o cansaço, bem como outros sintomas, como irritabilidade e insônia, são problemas que podem estar presentes no cotidiano dos estudantes de Medicina. **Conclusão:** É necessário intervenções e avaliações a fim de identificar, entre os alunos de Medicina, aqueles que podem estar apresentando algum indicio de Transtornos de Humor.

**Palavras-chave:** Ansiedade. Estudantes de Medicina. Prevalência. Depressão.

## ABSTRACT

**Introduction:** The reality of the routine of students in medical training, for being busy and full of expectations in various areas of life, has become a risk factor for depression and anxiety. **Objective:** This study aimed to evaluate the prevalence of symptoms of anxiety and depression among medical students at a university center in the Zona da Mata region of Minas Gerais and to correlate factors that may be associated with these pathologies. **Methodology:** This is a cross-sectional study, carried out at UNIFAGOC. Two questionnaires were applied, one sociodemographic and another of self-assessment on depressive and anxious symptoms. **Results:** The total number of interviewees was 136 people, and the prevalence of medium high and high indices of anxiety and depression symptoms among these interviewed students was 29.4%, being mostly female and, in higher percentage, students of the Basic Cycle. **Discussion:** The need for adaptation, self-blame, fatigue, as well as other symptoms, such as irritability and insomnia, are problems that may be present in the daily lives of medical students. **Conclusion:** Interventions and assessments are needed in order to identify, among medical students, those who may be showing some indication of Mood Disorders.

**Keywords:** Anxiety. Medical students. Prevalence. Depression..

## INTRODUÇÃO

Os estudantes da área da saúde geralmente experimentam altos níveis de estresse

durante a vida acadêmica<sup>1</sup>, por serem submetidos a altas cargas de horas de grade curricular e uma pressão psicológica e emocional de grande expressão, já que, consoante o que diz Fabrício Cavion Castro em seu artigo, a realidade cotidiana não aguarda a consciência das motivações, apenas prepondera com seu cotidiano opressor, atarefado, envolto de expectativas sociais, grupais, acadêmicas e psicológicas<sup>2</sup>. Segundo Andreia Maria Camargos Rocha *et al.*, o debate público e midiático em torno do sofrimento e do adoecimento mental entre universitários tem sido reaberto com frequência nos últimos anos<sup>3</sup>.

O presente estudo é importante, uma vez que os transtornos de ansiedade são uma sensação presente no dia a dia dos alunos de Medicina. E, além da ansiedade, a depressão também se manifesta entre os universitários como um dos transtornos emocionais mais prevalentes, porém poucos procuram apoio psicológico, principalmente porque, além de os custos de consultas serem mais elevados, há também estigmas dos próprios estudantes diante de transtornos psiquiátricos<sup>4</sup>.

Diante disso, a saúde mental do estudante de Medicina tornou-se objeto de estudo para pesquisadores, visto que estudar na área de saúde pode significar um estágio de estresse contínuo, portanto é importante que se tenha consciência de sintomas indicativos de um Transtorno de Humor que esses estudantes podem vir a apresentar<sup>4,5</sup>.

Este trabalho, por conseguinte, tem como objetivo geral avaliar a prevalência geral de sintomas de ansiedade e de depressão entre os alunos de Medicina do 1º ao 8º período de um Centro Universitário da Zona da Mata Mineira no período de agosto a dezembro de 2019. A partir disso, tem-se também o intuito de observar qual período de Medicina tem maior prevalência de estudantes com sintomas de ansiedade e depressão, analisar quais os sintomas os estudantes estão apresentando e os fatores associados à origem desses transtornos.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

Trata-se de um estudo transversal, realizado nas dependências do UNIFAGOC, nas turmas do 1º ao 8º período do curso de Medicina.

Como instrumentos de pesquisa, foram utilizados dois questionários, sendo um sociodemográfico, que tinham como objetivo caracterizar o participante da pesquisa quanto ao período a que ele é pertencente, o sexo, a idade, a carga horária de estudo a que ele é submetido e como é a sua convivência diária (com quem reside), além de sua renda mensal, e um Teste de Auto Avaliação de Depressão e Ansiedade de Zung, que é realizado a fim de identificar possíveis sintomas de transtornos de humor, como Transtorno de Depressão Maior e Transtorno de Ansiedade Generalizada que os alunos poderiam estar apresentando.

Os questionários foram autopreenchidos e o pesquisador entregou-os aos alunos presentes na sala de aula no início de um dia letivo e retornou ao local de pesquisa para

recolhê-los ao final do mesmo dia, na tentativa de contemplar o máximo possível de participantes.

Foram incluídos na pesquisa todos os alunos regularmente matriculados no curso de Medicina do UNIFAGOC, do 1º ao 8º período, excluídos todos aqueles que não aceitaram participar da pesquisa e não assinaram o TCLE.

Os dados foram analisados quantitativamente a fim de obter a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão dentre os alunos participantes da pesquisa, verificar se os alunos de períodos mais avançados possuíram mais ou menos sintomas de ansiedade e identificar os sintomas mais comuns que eles apresentaram, além dos fatores que ocasionaram a sua presença, a fim de relacioná-los entre si.

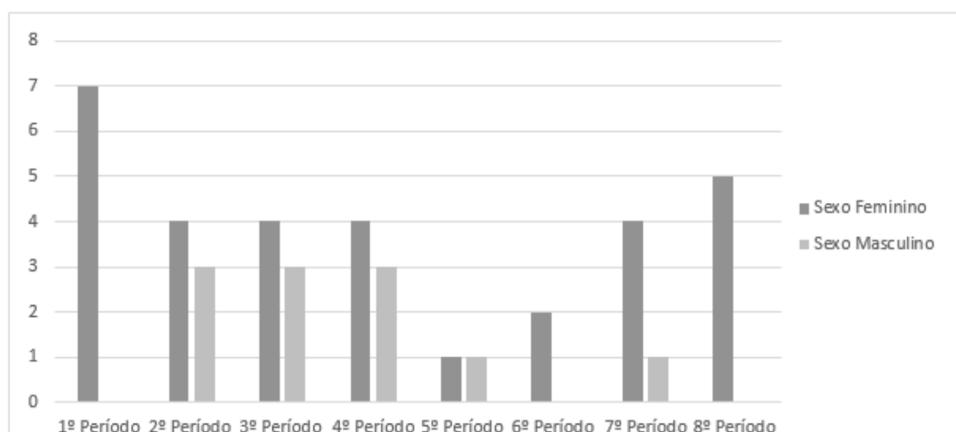
## RESULTADOS

Foram entrevistados 136 estudantes de Medicina do UNIFAGOC, do Ciclo Básico e do Ciclo Clínico, dentre os quais a maioria pertence ao sexo feminino (71,3%).

Os participantes da pesquisa, baseados na frequência dos sintomas apresentados pelo questionário, foram classificados em indivíduos com baixa e média intensidade de sintomas depressivos e/ou ansiosos e em indivíduo com índice médio alto e alto para esses Transtornos. Foi constatado, assim, que 29,4% dos entrevistados disseram apresentar com frequência sintomas que sugerem algum Transtorno de Ansiedade ou Depressão.

A maioria dos participantes que obtiveram esse resultado pertence ao sexo feminino. Dentre as mulheres, 31% citaram frequência dos sintomas ansiosos, enquanto 20% dos homens apresentaram também esse desfecho. Foi observado ainda que os alunos do Ciclo Básico apresentaram maiores índices do que os do Ciclo Clínico. Esses dados comparativos estão inseridos na Figura 1.

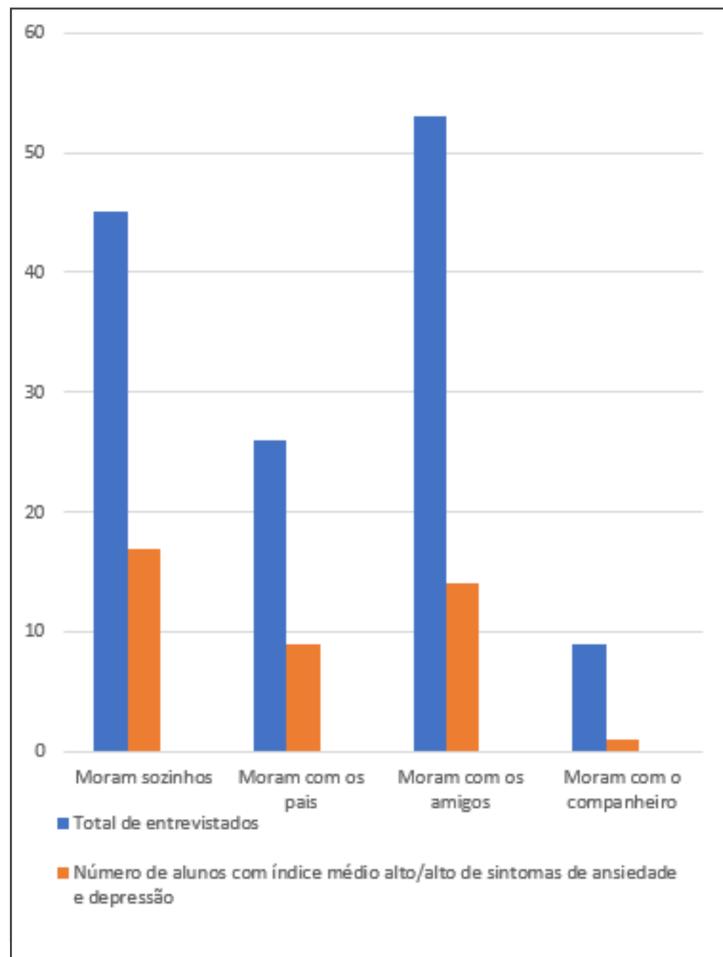
**Figura 1:** Prevalência em valores absolutos de alunos com sintomas de ansiedade e depressão dentre os alunos de Medicina quanto ao sexo e ao período



Fonte: dados da pesquisa.

Quanto à investigação acerca da convivência domiciliar diária, a Figura 2, apresentada a seguir, evidencia que a maioria dos alunos que participaram da pesquisa moram com amigos (39%), já outros moram sozinhos (34%), com os pais (20%) e com o companheiro (7%). Os estudantes que moram sozinhos apresentaram os maiores resultados entre “média alta” e “alta” dos índices de depressão e ansiedade. Em segundo lugar, estão os que moram com os pais, seguidos dos que residem com amigos e com companheiro.

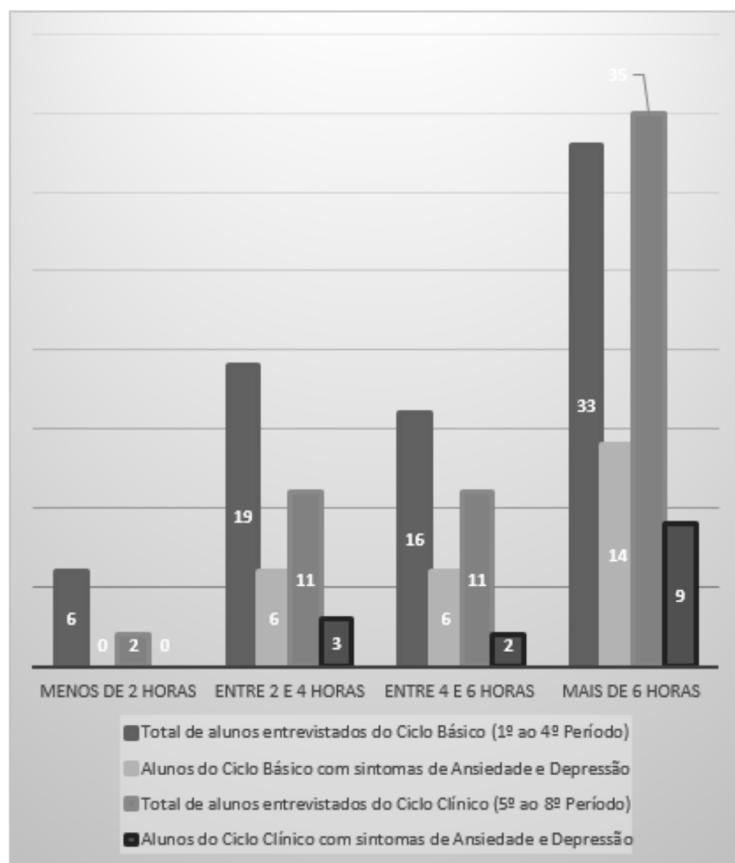
**Figura 2:** Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão de acordo com a convivência diária nos alunos de Medicina da UNIFAGOC



Fonte: dados da pesquisa.

A carga horária de estudos foi analisada, de forma que a divisão entre os alunos foi feita entre os que estão no período de Ciclo Básico e os que estão no período de Ciclo Clínico, lembrando que essas horas se referem apenas às de estudos em casa, excluindo a grade horária das disciplinas na faculdade. A relação entre a carga horária de estudo, dos períodos e do percentual de índice médio alto e alto de sintomas depressivos e ansiosos está representada a seguir, na Figura 3.

**Figura 3:** Relação entre os sintomas de Ansiedade e Depressão com a carga horária de estudo



Fonte: dados da pesquisa.

Para avaliar os índices de estudantes que poderiam ter o diagnóstico de Transtorno de Ansiedade Generalizada e/ou Transtorno de Depressão Maior, foram avaliados os sintomas discriminados no Quadro 1.

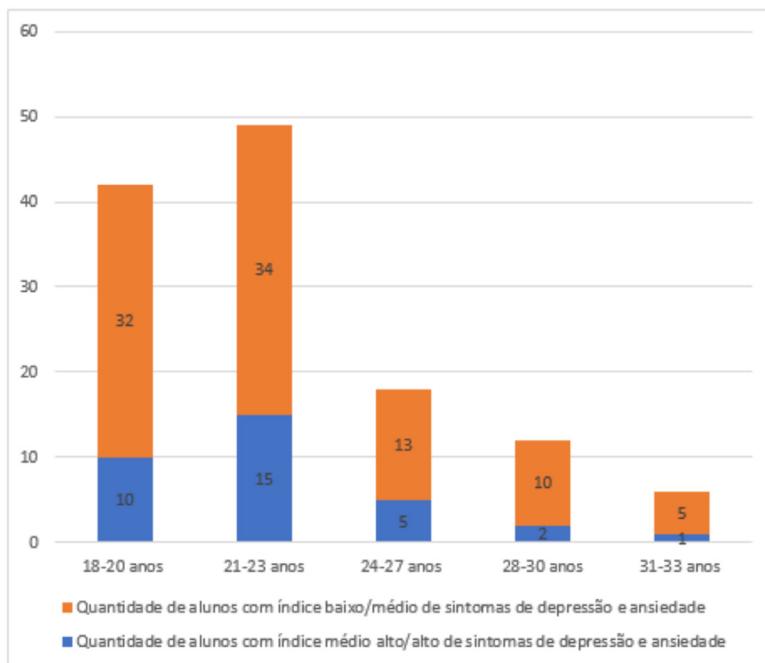
**Quadro 1:** Prevalência dos sintomas de Ansiedade e Depressão nos alunos de Medicina do UNIFAGOC

Dificuldade de tomar decisões: 62 estudantes
Irritabilidade: 59 estudantes
Dificuldade de realizar tarefas que fazia anteriormente: 39% dos estudantes
Sensação de cansaço: 39% dos estudantes
Insônia: 38% dos estudantes
Palpitação: 36% dos estudantes
Sentimento de tristeza e desânimo: 35% dos estudantes
Diminuição da lucidez da mente: 34% dos estudantes
Crises de choro: 30% dos estudantes
Diminuição ou ausência de apetite: 30% dos estudantes
Agitação: 25% dos estudantes
Baixa autoestima: 24% dos estudantes
Pessimismo quanto ao futuro: 22% dos estudantes
Ausência de prazer em situações que eram prazerosas anteriormente: 21% dos estudantes
Ansiedade pela manhã: 17% dos estudantes
Perda de peso: 17% dos estudantes

Fonte: dados da pesquisa.

Verificou-se que o sintoma mais comum foi a dificuldade de tomar decisões e ao analisar a relação entre o período em que os estudantes estavam no momento da pesquisa e a prevalência desse sintoma. Aproximadamente 60% dos alunos do Ciclo Clínico disseram possuir esses sintomas de indecisão; já nos alunos do Ciclo Básico, isso aconteceu em aproximadamente 45%. Quanto à faixa etária, os dados obtidos se apresentam na Figura 5.

**Figura 5:** Prevalência dos sintomas de Ansiedade e Depressão nos alunos de Medicina do UNIFAGOC de acordo com a faixa etária



Fonte: dados da pesquisa.

## DISCUSSÃO

Segundo Alves, diversos estudos da literatura apontam o risco maior entre os estudantes do curso médico, quando comparado a outros cursos de diferentes áreas.<sup>6</sup>. Dessa forma, o presente estudo, com o objetivo de analisar a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão nos alunos de Medicina do UNIFAGOC, correlacionou fatores que podem influenciar nesses quadros clínicos relacionados ao humor.

A prevalência apresentada foi de 29,4% no período estudado, entre agosto e dezembro de 2019, tendo um valor compatível com o de outros estudos já realizados, como o de Amaral *et al.*<sup>7</sup>, e estando um pouco acima da média do que foi estimado no artigo de Noronha Júnior *et al.*<sup>8</sup>, o qual afirma que entre 15% e 25% dos estudantes de Medicina apresentarão algum transtorno psiquiátrico durante a sua formação<sup>8</sup>.

A ansiedade e a depressão surgem nos estudantes de Medicina devido a uma grande cobrança a que os alunos já se submetem desde a graduação médica, tanto devido à grande carga horária e ao fato de sempre almejarem boas notas e de ser difícil conquistá-las no futuro, quanto à necessidade de tomar decisões, haja vista que a indecisão frente a escolhas importantes para a vida foi o principal sintoma eleito pelos alunos entrevistados, com uma prevalência de 45% dentre os entrevistados.

A porcentagem de alunos com sintomas de ansiedade e depressão se mostrou mais prevalente nos estudantes do Ciclo Básico, isso porque os primeiros anos da graduação exigem grande adaptação e integração ao ambiente. Trata-se, portanto, de um período crítico, que influencia no restante da vida acadêmica e profissional, uma vez que evidencia os possíveis problemas que o estudante está enfrentando ou pode vir a enfrentar, podendo até mesmo aumentá-los<sup>9</sup>.

Além disso, a prevalência foi maior em estudantes do sexo feminino, assim como em diversos outros estudos<sup>10, 11, 12</sup>. Maiores níveis de marcadores inflamatórios, neurotróficos e serotoninérgicos, diferenças no perfil hormonal e fatores socioculturais, como desigualdade de gênero, podem explicar a maior sintomatologia depressiva em mulheres, consoante Heros Maial *et al.*<sup>13</sup> As mulheres apresentaram como sintomas principais a dificuldade de tomar decisões quanto às escolhas que necessitam fazer e a irritabilidade, bem como sintomas físicos, como palpitação e sensação de cansaço. Além disso, elas também demonstraram dificuldade para realizar suas ações diárias. Esse sintoma tem uma relação bidirecional, visto que, quanto maior o nível de ansiedade e de sintomas depressivos, maior a dificuldade de realização das atividades, principalmente as acadêmicas, o que gera ainda mais ansiedade e depressão, em detrimento de conquistar o desempenho desejado<sup>12</sup>.

Já o sexo masculino demonstrou ter mais sintomas relacionados a problemas físicos, como inquietação e insônia. Todavia, esses dados se apresentaram de forma diferente em um artigo feito por Deyvison Soares da Costa, o qual indicou que esses sintomas físicos foram mais presentes em mulheres, o que gera uma dicotomia entre esses dados. Porém, como dito nesse artigo, talvez os homens também tenham elevados níveis de ansiedade tanto quanto as mulheres, mas não têm facilidade de expressar o que os aflige tão bem quanto as mulheres.<sup>14</sup>

Assim como no estudo feito na Universidade Estadual de Feira de Santana, este estudo revela que alunos que moram sozinhos apresentaram mais sintomas de depressão e ansiedade. Todavia, um fato interessante é que tanto nesse estudo citado quanto no presente estudo, morar com os pais está em segundo lugar na prevalência de sintomas ansiosos e depressivos. Isso acontece devido a alta expectativa parental, o que gera uma influência estressante para os alunos.<sup>13</sup>

Dentre os sintomas mais prevalentes, tem-se além de indecisão, presente, principalmente, em alunos do Ciclo Clínico, além da presença de irritabilidade e de insônia. Esses sintomas estão relacionados entre si e entre a carga de horário de estudos em casa, excluindo a grade horária da faculdade, visto que 71,6% dos alunos que

apresentam sintomas de irritabilidade, são alunos que estudam mais de 4 horas por dia e 53% deles apresentam também dificuldades para dormir. Isso é causado pela auto cobrança e conteúdos complexos para o estudo individual, somado aos processos de adaptação, principalmente, nos primeiros períodos do curso, que apresentaram maior índice de sintomas de ansiedade e depressão<sup>15</sup>, o que possibilita o aumento de chance de os alunos desenvolverem transtornos como o de Ansiedade Generalizada e o de Depressão Maior.

Destaca-se, então, com o presente estudo que é necessária uma intervenção relacionada a essa área, com a realização de grupos de estudos, com o compartilhamento de métodos de estudos entre os estudantes, além de programas que promovam o bem-estar desses alunos, para facilitar a forma como eles lidam com um grande volume de matérias, possibilitando um tempo maior para o lazer, evitando a irritabilidade e a insônia.

## **CONCLUSÃO**

Foram analisados 29,4% no período estudado, entre agosto e dezembro de 2019, com maior destaque para o sexo feminino e para o Ciclo Básico. O sintoma geral mais apresentado foi o de indecisão, mais prevalentes no Ciclo Clínico. Os principais fatores que influenciaram nos sintomas depressivos foram: sexo, carga horária de estudos, com quem residem ou se residem sozinhos e em qual Ciclo estão em sua graduação.

Dessa forma, é preciso realizar a oferta de serviços de apoio ao aluno e é importante que se avaliem as suas condições psicológicas durante a graduação, especialmente a presença de sintomas de ansiedade e depressão<sup>16</sup>, para o diagnóstico e tratamento precoce desses transtornos.

## **REFERÊNCIAS**

- 1 - Araujo AC, Albuquerque de Santana CL, Kozasa EH, Lacerda SS, Tanaka LH. Efeitos de um curso de meditação de atenção plena em estudantes da saúde no Brasil. *Acta Paulista de Enfermagem* v. 33, São Paulo. 2020, Junho 10. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/ape/v33/1982-0194-ape-33-eAPE20190170.pdf>
- 2 - Fabrício Cavion Castro. Os Temores na Formação e Prática da Medicina: Aspectos Psicológicos. *Revista Brasileira de Educação Médica*, vol.28, no.1, Brasília. 2020, Junho 15. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0100-55022004000100038&lang=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022004000100038&lang=pt)
- 3 - Camargos Rocha AM, de Carvalho MB, Cypriano CP, Freitas Ribeiro MM. Tratamento Psíquico Prévio ao Ingresso na Universidade: Experiência de um Serviço de Apoio ao Estudante. *Revista Brasileira de Educação Médica*, vol.44, n. 3, Brasília. 2020, Junho 24. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0100-55022020000300205&lang=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022020000300205&lang=pt)
- 4 - Costa DS, Batista Medeiros NS, Cordeiro RA, Frutuoso ES, Lopes JM, Tomaz Moreira SN. Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 44 n. 1. Brasília; 2020, Março 30. Disponível em: <https://www>

scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S0100-55022020000100223&lang=pt.

5 - Lima SO, Sentges Lima AM, Barros ES, Varjão RL, Santos VF, Varjão LL, et al. Prevalência da Depressão nos Acadêmicos da Área de Saúde. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 39. Brasília; 2019, Dezembro 20. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-98932019000100160&lang=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932019000100160&lang=pt).

6 - Toledo Ferraz Alves TC. Depressão e ansiedade entre estudantes da área de saúde. *Rev Med (São Paulo)*. 2014 jul.-set.;93(3):101-5.

7 - Amaral GF, Paula Gomide LM, Batista MP, Píccolo PP, Gonsalves Teles TB, Oliveira PM, et al. Sintomas depressivos em acadêmicos de medicina da Universidade Federal de Goiás: um estudo de prevalência. *Rev Psiquiatr RS*. 2008;30(2):124-130. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rprs/v30n2/v30n2a08>.

8 - Noronha Júnior MAG, Braga YA, Marques TG, Silva RT, Vieira SD, Ferreira Coelho VA, et al. Depressão em estudantes de medicina. *Revista Médica de Minas Gerais*, vol: 25. 4; 2014, Junho 01. Disponível em: <http://www.rmmg.org/artigo/detalhes/1872>.

9 - Tanaka MM, Furlan LL, Branco LM, Valerio NI. Adaptação de alunos de medicina em anos iniciais da formação. *Revista Brasileira de Educação Médica* vol.40 no.4 Rio de Janeiro Oct./Dec. 2016. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0100-55022016000400663&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0100-55022016000400663&script=sci_arttext)

10 - Leão AM, Gomes IP, Monteiro Ferreira MJ, Góes Cavalcanti LP. 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; 2018. Disponível em: <http://biblioteca.cofen.gov.br/wp-content/uploads/2019/04/1981-5271-rbem-42-4-0055.pdf>

11 - Cavestro JM, Rocha FL. Prevalência de depressão entre estudantes universitários. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria* v. 55 n. 4 Rio de Janeiro, 2006. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0047-20852006000400001&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0047-20852006000400001&script=sci_arttext)

12 - Flesch BD, Houvessou GM, Munhoz TN, Fassa AG. Episódio depressivo maior entre universitários do sul do Brasil. *Revista de Saúde Pública* 2020;54:11. Disponível em: [https://www.scielo.br/pdf/rsp/v54/pt\\_1518-8787-rsp-54-11.pdf](https://www.scielo.br/pdf/rsp/v54/pt_1518-8787-rsp-54-11.pdf).

13 - Antunes da Silva Maia HA, Silva Assunção AC, Silva CS, Pereira dos Santos JL, Jabar Menezes CJ, Júnior JB. Prevalência de Sintomas Depressivos em Estudantes de Medicina com Currículo de Aprendizagem Baseada em Problemas. *Revista Brasileira de Educação Médica* vol.44 no.3 Brasília; 2020, Agosto 03. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0100-55022020000300219&lang=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022020000300219&lang=pt).

14 - Costa DS, Batista Medeiros NS, Cordeiro RA, Frutuoso ES, Lopes JM, Tomaz Moreira SN. Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento. *Revista Brasileira de Educação Médica* 44 (1): e040; 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbem/v44n1/1981-5271-rbem-44-01-e040.pdf>.

15 - Monteiro Machado SL, Sirico NS, Barbosa PF, Machado Rosa RR. Ansiedade e depressão em estudantes de medicina. *Revista Eletrônica Saúde Multidisciplinar da Faculdade Morgana Potrich* 6<sup>a</sup> Ed; 2019, Maio 01.

16 - Brandtner M, Bardagi M. Sintomatologia de depressão e ansiedade em estudantes de uma universidade privada do Rio Grande do Sul. *Revista Interinstitucional de Psicologia* v. 2 n. 2 Juiz de fora dez. 2009.