

Ansiiedade, depressão e estresse entre os acadêmicos de medicina*Anxiety, depression and stress among medical students*

Fernanda Moreira da Silva¹, Deborah de Farias Leelis², Marcelo Perim Baldo³,
Thaís de Oliveira Faria Baldo⁴, Luçandra Ramos Espírito Santo⁵.

RESUMO

Trata-se de um estudo transversal e analítico, realizado através de um formulário disponibilizado na plataforma Google Forms e divulgado por meio de contatos com as redes sociais dos centros acadêmicos dos cursos de medicina do Brasil, com o objetivo verificar os índices de depressão, ansiedade e estresse nos estudantes de medicina, bem como avaliar a diferença da prevalência desses transtornos em relação ao sexo. Para atestar a hipótese foi utilizado um questionário sociodemográfico e a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21), validada e traduzida no Brasil. Participaram 460 acadêmicos, dentre eles 19,30% possuíam ansiedade, 44,3% depressão e 43,70% estresse. Além disso, 23,20% das mulheres possuíam ansiedade, enquanto que para os homens este número era de 10,60% ($p=0,001$), 52% das mulheres foram identificadas com estresse, enquanto que somente 34,80% dos homens ($p<0,001$). Ainda nesse sentido, as mulheres possuíam esses transtornos em maior grau de severidade quando comparadas aos homens, $p=0,009$ e $0,008$, respectivamente. Portanto, este estudo reforça a necessidade de intervenções voltadas a saúde mental desses estudantes, por parte das universidades, em especial, ações direcionadas as vulnerabilidades femininas, a fim de mitigar o sofrimento psíquico e evitar o comprometimento da formação destes futuros médicos.

Palavras-chave: Mulheres. Estudantes. Ansiedade. Depressão. Estresse.

ABSTRACT

This is a cross-sectional and analytical study, carried using a form made available on the Google Forms platform and disseminated through contacts with the social networks of the academic centers of medical courses in Brazil, with the objective is to verify the rates of depression, anxiety and stress in medical students, as well as to evaluate the difference in the prevalence of these disorders in relation to sex. To confirm the hypothesis, a sociodemographic questionnaire and the Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21), valid and translated in Brazil, were used. 460 students participated, among them 19.30% had anxiety, 44.3% depression and 43.70% stress. Furthermore, 23.20% of women had anxiety, while for men this number was 10.60% ($p=0.001$), 52% of women were identified with stress, while only 34.80% of men ($p<0.001$). Still in this sense, women had these disorders with a greater degree of severity when compared to men, $p=0.009$ and 0.008 , respectively. Therefore, this study reinforces the need for interventions aimed at the mental health of these students, by universities, in particular, actions aimed at female vulnerabilities, in order to mitigate psychological suffering and avoid compromising the training of these future doctors.

Keywords: Women. Students. Anxiety. Depression. Stress.

¹ Graduanda em Medicina pela Universidade Estadual de Montes Claros. Orcid: <https://orcid.org/0009-0004-6477-2517>

E-mail:

fermoreira220197@gmail.com

² Doutorado em Ciências da Saúde pela Universidade Estadual de Montes Claros. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-1136-8591>

³ Doutorado em Ciências Fisiológicas pela Universidade Federal do Espírito Santo. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-7673-3580>

⁴ Doutorado em Ciências Fisiológicas pela Universidade Federal do Espírito Santo. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-8391-6177>

⁵ Doutorado em Ciências da Saúde pela Universidade Estadual de Montes Claros. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-0588-6149>

1. INTRODUÇÃO

Na última década, a saúde mental dos estudantes de medicina tem sido fonte de diversos estudos e foi demonstrado que eles estão em maior risco de depressão do que a população em geral.¹ Dentre as desordens mentais mais recorrentes é notório que a ansiedade, o estresse e a depressão se apresentam como as que mais acometem os estudantes de medicina brasileiros, tendo em vista a pressão cotidiana que envolve o acadêmico, uso de drogas, preocupações com o desempenho individual, desejo de mudar de curso, dificuldade em consolidar relacionamentos, falta de apoio no ambiente de ensino, percepção negativa de si mesmo e diminuição da qualidade de vida durante a graduação.² Os fatores que se associam a maior prevalência das doenças psicológicas nesse grupo são a carga horária excessiva, convívio contínuo com temas delicados, como a morte e as doenças, má estrutura de apoio universitário e familiar e a insegurança individual são fatores que levam tanto a vulnerabilidade quanto a manutenção da saúde mental.³

Importante destacar a ocorrência da pandemia de covid-19 que estudos apontaram diversos danos à saúde mental dos estudantes de medicina pelo mundo, aumentando casos de depressão, ideação suicida, ansiedade, burnout, insônia e angústia. Isso ocorreu porque embora a educação médica encontrasse alternativas para continuar com as aulas durante o período pandêmico, o contexto do acadêmico teve impacto individual e coletivo, haja vista que ela gerou dúvidas sobre segurança familiar, financeira e de convívio social, a partir de fatores como o isolamento social e as altas taxas de mortalidade.⁴

Esse estudo teve como objetivo verificar os índices de depressão, ansiedade e estresse nos estudantes de medicina, bem como avaliar a diferença da prevalência desses transtornos em relação ao sexo, a fim de motivar futuras intervenções para a melhoria da saúde mental desses estudantes.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal e analítico, realizado durante a pandemia da Covid-19, através de um formulário disponibilizado na plataforma Google Forms e divulgado através de contatos com as redes sociais dos centros acadêmicos dos cursos de medicina do Brasil, porém, sem direcionamentos feitos por e-mails, sendo iniciado após aprovação

pelo Comitê de Ética em pesquisa da Unimontes conforme parecer número 4874909. A pesquisa obedeceu aos preceitos éticos definidos pelo Conselho Nacional de Saúde através da resolução 466/2012 para realização de pesquisa em seres humanos e está em consonância com as recomendações da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa para estudos em ambientes virtuais. Os participantes foram informados quanto à não identificação e ao sigilo dos dados coletados, dos objetivos da pesquisa e da não obrigatoriedade de participação. Por fim, na primeira página do link, foi apresentado o Termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), cuja versão em formato pdf foi assinada e poderia ser baixada através de um link disponibilizado no próprio formulário. Caso o respondente não aceitasse assinar o TCLE, marcando a opção “Não”, o formulário era finalizado e o estudante não foi incluído no estudo.

A participação no estudo está vinculada a aceitação do TCLE, assim como da adequação aos critérios de inclusão: ser estudante do curso de medicina e ter 16 anos ou mais, de modo que a análise final contou com 460 alunos.

Para atestar a hipótese foi utilizado um questionário sociodemográfico composto por 7 perguntas fechadas e a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21), traduzida e validada no Brasil, construída com o objetivo de avaliar estados de depressão, ansiedade e estresse, separadamente e de forma concisa.⁷ Trata-se de uma escala de autorrelato que contém 21 perguntas. Neste estudo a amostra foi dividida em dois grupos, aqueles com classificação de gravidade Normal/Leve foram considerados em não possuem depressão, ansiedade e estresse e aqueles estratificados em Moderado/Severo/Extremamente Severo possuem esses transtornos. Para definir as categorias supracitadas o cálculo é feito somando-se os escores das perguntas de cada condição e multiplicando o escore por 2, em seguida avalia e classifica -o de acordo com a tabela 1.

Tabela 1. Classificação de gravidade DASS-21

	Escore z	Percentil	Depressão	Ansiedade	Estresse
Normal	<0,5	0-78	0-9	0-7	0-14
Leve	0,5-1,0	78-87	10-13	8-9	15-18
Moderado	1,0-2,0	87-95	14-20	10-14	19-25
Severo	2,0-3,0	95-98	21-27	15-19	26-33
Extremamente severo	>3,0	98-100	28+	20+	34+

Fonte: Manual Dass (Lovibond & Lovibond, 2004)

Utilizou-se para análise de dados o programa Statistical Package for Social Sciences® (SPSS), versão 22, considerando as distribuições de frequência simples, relativa, mínimo, máximo, mediana, média e desvio padrão. Adotou-se um nível de significância com $p < 0,05$, onde foi utilizado o teste de associação de frequência Qui – quadrado.

3. RESULTADOS

Em relação aos dados sociodemográficos, obteve-se um total de 460 acadêmicos, dos quais 69,30% eram do sexo feminino, 53,90% se autodeclararam brancos, 43% possuíam renda até 6 salários mínimos, 74,10% não moravam sozinhos, 6,10% eram tabagistas, 32,60% consumiam bebida alcoólica, 62,20% eram de instituição privada de ensino.

Foi observado nesse estudo que 23,20% das mulheres possuíam ansiedade, enquanto que para os homens este número era de 10,60%, diferença estatisticamente relevante $p=0,001$. Diferença semelhante também foi observada em relação ao estresse, 52% das mulheres foram identificadas com esse sintoma, enquanto que este valor foi de 34,80% para os homens ($p < 0,001$), como pode ser visto na tabela 2.

Tabela 2: Prevalência de ansiedade, depressão e estresse entre estudantes de medicina estratificados por sexo.

Variáveis	Homens – n (%)	Mulheres – n (%)	p-valor
Ansiedade			0.001
Não	126 (89,4%)	245 (76,8%)	
Sim	15 (10,6%)	74 (23,2%)	
Depressão			0.269
Não	82 (58,2%)	174 (54,5%)	
Sim	59 (41,8%)	145 (45,5%)	
Estresse			<0.001
Não	92 (65,2%)	153 (48%)	
Sim	49 (34,8%)	166 (52,0%)	

No que se refere a depressão a quantidade total de estudantes identificadas com este distúrbio mental foi de 44,30%, mas não houve diferença estatisticamente significativa na porcentagem entre os sexos onde 41,80% dos homens e 45,50% das mulheres ($p = 0,269$) apresentaram esse transtorno. É importante ressaltar que 24,80% dos homens possuíam este distúrbio em grau severo ou extremamente severo, sendo este número ainda maior entre as mulheres 27,30%.

Em relação a ansiedade, 10,60% dos homens a possuíam em grau moderado, severo ou extremamente severo, enquanto que para as mulheres esse número foi de 23,20%. 34,80% dos homens apresentavam estresse em grau moderado, severo ou extremamente severo, sendo que este número era de 46,80% para as mulheres. Portanto, a estratificação desses dois sexos em categorias de severidade do transtorno mental, evidencia que as mulheres possuíam graus mais severos de ansiedade e estresse quando comparadas aos homens, diferença estatisticamente relevante $p=0,009$ e $0,008$, respectivamente, como pode ser visto na tabela 3.

Tabela 3. Prevalência de ansiedade, depressão e estresse entre estudantes de medicina estratificados por sexo e por categoria do instrumento

Variáveis	Homens – n (%)	Mulheres – n (%)	P-valor
Ansiedade			0.009
Normal	116	221	
Leve	10	34	
Moderado	11	52	
Severo	4	18	
Extremamente severo	0	4	
Depressão			0.700
Normal	62	118	
Leve	20	56	
Moderado	24	58	
Severo	14	34	
Extremamente severo	10	36	
Estresse			0.008
Normal	75	114	
Leve	17	39	
Moderado	21	63	
Severo	18	67	
Extremamente severo	10	36	

4. DISCUSSÃO

Neste estudo 19,30% dos alunos possuíam ansiedade, 44,3% depressão e 43,70% estresse. Os dados são alarmantes e estão de acordo com a literatura, como pode ser visto no estudo feito com 270 alunos do curso de medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Norte ⁸, cujas prevalências encontradas foram de estresse em 66,3% dos estudantes, sintomas ansiosos em 33,6% e sintomas depressivos em 28%. Além disso, elevados níveis de depressão também estão sugeridos na literatura como no estudo feito com 400 alunos da Universidade Federal de Uberlândia, indicando prevalência de depressão de 79% entre os alunos do curso médico. Sabe-se que isso pode ser

responsável pela redução do rendimento, aprendizagem, baixa autoestima, insegurança, abandono do curso e até suicídio.⁹

Em relação aos níveis de estresse e ansiedade apresentados, nota-se que as mulheres possuíam maiores índices quando comparadas aos homens e em níveis mais elevados. Tal dado está de acordo com o estudo com 274 estudantes de medicina da capital goiana em 2020¹⁰, no qual observou-se que as mulheres possuíam níveis mais elevados de estresse, com uma média de 10,8, enquanto os homens 7,0 ($p < 0,0001$). Ademais, no estudo realizado na universidade de Fayoum, no Egito¹¹, com 442 alunos do curso de medicina, no ano de 2016, usando o questionário DASS -21, identificou que as medianas dos escores de estresse e ansiedade foram significativamente maiores no sexo feminino do que no masculino, com p valor de 0,00 e 0,009, respectivamente, sem associação entre depressão e sexo, assim como foi visto neste presente estudo.

Essa concordância de achados fundamenta a maior vulnerabilidade feminina a desordens de estresse e ansiedade, o que pode ter relação com o fato da sociedade exigir da mulher, além de suas atribuições acadêmicas e profissionais, outros papéis biológicos e sociais mais dispendiosos que ao homem¹², além de estarem submetidas a maiores cargas de trabalho e a maiores cobranças sociais, conforme explica Wahed e Hassan.¹¹

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo deste estudo foi atingido, pois foi evidenciado os índices de ansiedade, depressão e estresse nos estudantes de medicina, bem como a diferença de prevalência desse transtorno em relação ao sexo. Contudo, como o estudo foi realizado durante a pandemia de Covid-19, outros fatores poderiam interferir na saúde mental destes estudantes e portanto os resultados obtidos podem não condizer com a realidade pós pandemia. Diante disso, sugerimos um novo estudo com essa mesma temática, tanto para fins comparativos, quanto para elucidar o cenário atual. Ademais, torna-se evidente a necessidade de intervenções voltadas a promoção de saúde mental destes estudantes, por parte das universidades, a fim de amenizar o sofrimento psíquico destes futuros médicos.

REFERÊNCIAS

- 1 Ibrahim AK, Kelly SJ, Adams CE, Glazebrook C. A systematic review of studies of depression prevalence in university students. *J Psiquiatria Res.* 2013 Mar;47(3):391–400. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23260171/>
- 2 Mendes TC, Dias ACP. Sintomas de depressão, ansiedade, estresse e fatores associados em estudantes de medicina brasileiros: revisão integrativa. *Research, Society and Development.* 2021 Apr 3;10(4):e14910414033. Available from: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/14033>
- 3 Pacheco JP, Giacomini HT, Tam WW, Ribeiro TB, Arab C, Bezerra IM, et al.. Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. *Braz J Psychiatry [Internet].* 2017 Oct;39(4):369–78. Available from: <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2017-2223>
- 4 Peng P, Hao Y, Liu Y, et al. A prevalência e os factores de risco de problemas mentais em estudantes de medicina durante a pandemia COVID-19: Uma revisão sistemática e meta-análise. *J Afetar Disord.* 2023;321:167-181. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.10.040>
- 5 Mittal R, Su L, Jain R. COVID-19 mental health consequences on medical students worldwide. *J Comunidade Hosp Estagiário Med Perspect.* 2021 May 4;11(3):296–8. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34234896/>
- 6 Ochnik D, Rogowska AM, Kuśniercz C, Jakubiak M, Schütz A, Held MJ, et al. Mental health prevalence and predictors among university students in nine countries during the COVID-19 pandemic: a cross-national study. *Scientific Reports [Internet].* 2021 Sep 20;11(1):18644. Available from: <https://www.nature.com/articles/s41598-021-97697-3>
- 7 Vignola, Rose Claudia Batistelli. Escala de depressão, ansiedade e estresse (DASS): adaptação e validação para o português do Brasil. Dissertação (Mestrado) - Instituto de Saúde e Sociedade, Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), 2013. Disponível em: <http://repositorio.unifesp.br/handle/11600/48328>
- 8 Costa DS da, Medeiros N de SB, Cordeiro RA, Frutuoso E de S, Lopes JM, Moreira S da NT. Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento. *Rev bras educ med [Internet].* 2020;44(1):e040. Available from: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.1-20190069>
- 9 Abrão CB, Coelho EP, Passos LB da S. Prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de medicina da Universidade Federal de Uberlândia. *Rev bras educ med [Internet].* 2008 Jul;32(3):315–23. Available from: <https://doi.org/10.1590/S0100-55022008000300006>
- 10 Barros GFO, Coimbra Neto JBR, Campanholo EM, Ritter GP, Silva AMTC, Almeida RJ de. Fatores associados a ansiedade, depressão e estresse em estudantes de Medicina na pandemia da Covid-19. *Rev bras educ med [Internet].* 2022;46(4):e135. Available from: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v46.4-20210482>

11 Abdel Wahed WY, Hassan SK. Prevalence and associated factors of stress, anxiety and depression among medical Fayoum University students. Alexandria Journal of Medicine [Internet]. 2017 Mar;53(1):77–84. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2090506816000063>