

ANÁLISE DA PREVALÊNCIA DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM ACADÊMICOS DA ÁREA DA SAÚDE

Santiago Bailona Monteiro¹
Ana Karoline Souza Honório²
Janca Gontijo Cavalcante Santana³
Universidade Evangélica de Goiás – Campus Ceres

RESUMO

Introdução: Diversos estudos têm sido conduzidos no Brasil para avaliar a saúde mental dos estudantes da área da saúde, e os resultados obtidos revelam dados alarmantes sobre a prevalência de transtornos psicológicos, o que reflete um quadro alarmante considerando as demandas físicas e emocionais desses cursos. Fatores mais comuns associados à ansiedade e a depressão incluíam o estresse acadêmico, as longas jornadas de estudo, a falta de suporte emocional e outros. **Objetivo:** Realizou-se uma pesquisa de revisão da literatura sobre a prevalência de sintomas de depressão e ansiedade em acadêmicos de cursos da área da saúde. **Metodologia:** Tratou-se de uma Revisão Integrativa da Literatura, com coleta de dados entre agosto de 2024 a maio de 2025, utilizando informações científicas da área da saúde, extraídas das bases de dados da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino - Americana em Ciências de Saúde (LILACS) e National Center for Biotechnology Information (PubMed). **Resultados e discussão:** A implementação de estratégias de enfrentamento e suporte psicológico é fundamental para reduzir os transtornos mentais entre acadêmicos da área da saúde. Logo, a combinação de terapias farmacológicas e não farmacológicas oferece os melhores resultados, adaptados às necessidades individuais dos estudantes. **Conclusão:** Conclui-se que é necessário revisar todo o processo acadêmico, desde a seleção até as condições de trabalho, promovendo uma formação humanizada. E assim, atender às necessidades pedagógicas e emocionais dos estudantes, oferecendo suporte para que eles se tornem profissionais bem preparados tanto técnica quanto emocionalmente, permitindo que lidem de forma mais eficaz e compassiva com a complexidade da saúde humana.

Palavras-chave: Ansiedade. Depressão. Prevalência. Sintomas. Acadêmicos da saúde.

INTRODUÇÃO

Na sociedade contemporânea, as condições psicológicas tornaram-se uma preocupação crescente, especialmente pela influência na qualidade de vida e bem-estar. Nos últimos anos, a saúde mental de estudantes universitários, sobretudo da área da saúde, ganhou destaque em virtude da elevada prevalência de sintomas depressivos e ansiosos. O ambiente acadêmico, marcado por prazos rígidos, alta carga de estudos e competitividade, favorece o surgimento de transtornos que afetam o desempenho acadêmico e pessoal (Santos et al., 2024; Andrade et al., 2023).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), a depressão afeta mais de 300 milhões de pessoas e a ansiedade cerca de 264 milhões, frequentemente coexistindo e compartilhando sintomas como humor deprimido, fadiga e alterações do sono. Estudantes da área da saúde apresentam maior vulnerabilidade em razão do contato precoce com situações de dor e morte, aliado à carga horária

extensa e às responsabilidades clínicas. Esse desgaste se intensifica nos estágios e nas fases finais do curso, quando surgem preocupações com a inserção profissional (Murakami et al., 2024; Gaiotto et al., 2021).

Diante dessa realidade, torna-se fundamental implementar políticas institucionais que ofereçam suporte psicológico, favorecendo melhores condições de formação acadêmica e profissional. Assim, optou-se pela realização de uma Revisão Integrativa da Literatura para analisar a prevalência de ansiedade e depressão em acadêmicos da saúde.

MATERIAIS E MÉTODOS

Foi realizada uma Revisão Integrativa da Literatura entre agosto de 2024 e maio de 2025. A busca ocorreu nas bases BVS, SciELO, LILACS e PubMed, utilizando os descritores: Ansiedade (OR) Anxiety (AND) Depressão (OR) Depression (AND) Acadêmicos da saúde (OR) Health Academics. Os cruzamentos foram realizados entre si, eliminando repetições e resultados nulos, permitindo análise crítica sobre a prevalência de ansiedade e depressão em estudantes da saúde.

Os critérios de inclusão foram: artigos completos, publicados entre 2020 e 2025, em português ou inglês, relacionados à temática proposta. Foram excluídos trabalhos de acesso restrito, apenas resumo disponível, publicações com mais de 5 anos ou que abordassem apenas tratamentos não farmacológicos.

Foram inicialmente identificados 220 artigos. Destes, 78 foram excluídos por desatualização ou irrelevância, restando 142. Após exclusão de duplicados e indisponíveis, permaneceram 84. Desses, 54 foram eliminados por não abordarem ansiedade e depressão em acadêmicos da saúde. Ao final, 30 artigos atenderam aos critérios e foram analisados.

RESULTADOS

Os estudos analisados revelam prevalência elevada de ansiedade e depressão entre acadêmicos da saúde, evidenciando uma realidade preocupante. Segundo Freire (2021), a saúde mental é pilar essencial para qualidade de vida, mas frequentemente negligenciada. A OMS reconhece esses transtornos como problemas globais de alta incidência (Barbosa et al., 2023).

A ansiedade é classificada pelo DSM-5 em diferentes tipos, sendo o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) o mais comum, caracterizado por preocupações excessivas e persistentes. Outros quadros incluem TOC, fobias, transtorno do pânico e estresse pós-traumático, cujos sintomas envolvem palpitações, sudorese e crises de pânico (Muzzolon et al., 2022; Vasconcellos et al., 2023). A depressão, por sua vez, manifesta-se por humor deprimido, anedonia, alterações de sono e apetite, fadiga e, em casos graves, ideação suicida (Diniz et al., 2020; Santana et al., 2019). Ambas afetam profundamente a vida social e acadêmica, comprometendo o desempenho e o bem-estar (Menezes, 2021; Amadera, 2020).

No Brasil, Sacramento et al. (2021) identificaram em estudantes de Medicina prevalência de 36% para sintomas depressivos e 30,8% para sintomas de ansiedade, associadas a carga horária excessiva e pouco suporte social. Paixão et al. (2021), em estudo com acadêmicos de diferentes cursos da saúde, encontraram 34,3% de sintomas depressivos e 57,9% de ansiedade, além de altos níveis de estresse. Outro levantamento (Leão et al., 2020) relatou prevalência de 28,6% para depressão e 25,9% para ansiedade, reforçando a variação, mas também a magnitude do problema. Em estudantes de Medicina do Sul do Brasil, Felipe et al. (2024) observaram prevalência de 50% para depressão e 38% para ansiedade. Esses dados convergem para a conclusão de que a pressão acadêmica, expectativas sociais e fatores emocionais influenciam diretamente a saúde mental dos futuros profissionais.

CONCLUSÃO

A revisão evidenciou prevalência significativa de ansiedade (25,9% a 57,9%) e depressão (28,6% a 50%) entre acadêmicos da área da saúde, associada a fatores acadêmicos, sociais e emocionais. A sobrecarga de estudos, competitividade, contato com sofrimento humano e ausência de suporte adequado comprometem o bem-estar e o desempenho dos estudantes, com repercussões que podem se estender após a graduação. Para o manejo eficaz, são necessárias estratégias integradas que incluam intervenções farmacológicas e não farmacológicas, além da promoção de políticas institucionais voltadas ao suporte psicológico. Formar profissionais técnica e emocionalmente preparados exige uma abordagem mais humanizada, capaz de assegurar saúde mental e maior resiliência diante das demandas da prática em saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMADERA, G. **Transtorno de ansiedade generalizada (TAG) – Critérios diagnósticos DSM-5**. Publicação em 03 de junho de 2020. Disponível em: <https://kiai.med.br/transtorno-de-ansiedade-generalizada-tag-criterios-diagnosticos-dsm-5/#Caracteristicas-Diagnosticas>. Acesso em: 23 de abr.2025.

ANDRADE, Bruna Pereira et al. Promoção da saúde mental entre universitários: relato de experiência. **Rev Enferm Atual In Derme**, 96(1):e023015, 2023. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2023/05/1434656/promocao-da-saude-mental-entre-universitarios-relato-de-experiencia.pdf>. Acesso em: 09 de mar.2025.

FELIPPE, L. M et al Avaliação da prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de medicina de uma Universidade do Sul Catarinense. **Revista Eletrônica Acervo Científico**, vol. 47, e17262, 2024. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/cientifico/article/view/17262>. Acesso em: 05 de mai.2025.

FREIRE, M.M. **O papel do farmacêutico na gestão da saúde mental**. Dissertação (Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas), Universidade de Lisboa, Faculdade de Farmácia, 2021. Disponível em: <https://repositorio.ul.pt/handle/10451/53058>. Acesso em: 12 de abr.2025.

GAIOTTO, E.M.G *et al*. Resposta a necessidades em saúde mental de estudantes universitários: uma revisão rápida. **Rev Saúde Pública**, v.55, p.114, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/3q8cn4H3vvgcsCcm8GSdRRg/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 10 de mar.2025.

LEÃO, Andrea Mendes et al. 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**, v. 42, n. 4, p. 55-65; 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/kyYq35bwkZKHpKRTjyqjMYz/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 11 de mai.2025.

LIMA, S.O. *et al*. Prevalência da depressão nos acadêmicos da área de saúde. **Psicologia: Ciência e profissão**, v. 39, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/Qd5gjh8KPsf6kXVvQWFgmHp/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 12 de abr.2025.

MENEZES, I.C. **Transtornos depressivos**. Programa de Pós-Graduação em Saúde Mental da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, 2021. Disponível em: https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4169741/mod_resource/content/1/ARTIGO%20DEPRESS%C3%83O.pdf. Acesso em: 27 de abr.2025.

MURAKAMI, Karolina et al. Estresse e Enfrentamento das Dificuldades em Universitários da Área da Saúde. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 44, e258748, 1-16, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/Cxx6KcwWvKmpmFqd55B9jtL/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 03 de mar.2025.

MUZZOLON, S.R *et al.* 130 anos de evidências: risco de suicídio entre médicos e estudantes de medicina. **Revista de Medicina**, vol. 100, n.6, p. 528-535, 2021. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/revistadc/article/view/174956>. Acesso em: 03 de abr.2025.

NOGUEIRA, E.G *et al.* Avaliação dos níveis de ansiedade e seus fatores associados em estudantes internos de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, n.1, e017, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/bkzPCH6nwfBfNHzsVj6YJyF/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 21 de abr.2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS). **World mental health report: transforming mental health for all. Revisão da OMS sobre a Saúde Mental no Mundo**. ISBN 978-92-4-004933-8 (electronic version), 2022. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>. Acesso em: 09 de mar.2025.

PAIXÃO, J.T.S *et al.* Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários da área da saúde. **Enferm Foco**, v. 12, n.4, p. 780-6, 2021. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/4595/1229>. Acesso em: 27 de abr.2025.

SACRAMENTO, Bartira Oliveira *et al.* Sintomas de Ansiedade e Depressão entre Estudantes de Medicina: estudo de prevalência e fatores associados. **Revista Brasileira de Educação Médica**, 45(1), 1-7, 2021. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/349011247_Sintomas_de_ansiedade_e_depressao_entre_estudantes_de_medicina_estudo_de_prevalencia_e_fatores_associados. Acesso em: 26 de abr.2025.

SANTANA, B.R.O *et al.* Transtornos depressivos como causa de absenteísmo entre profissionais da saúde pública no período entre 2009 e 2017 em Sergipe. Artigo Original, **Rev Bras Med Trab**. v.17, n. 3, p.346-5, 2019. Disponível em: <https://cdn.publisher.gn1.link/rbmt.org.br/pdf/v17n3a08.pdf>. Acesso em: 18 de abr.2025.

SANTOS, Giulia Gabriela Silva *et al.* Depressão, ansiedade e estresse em acadêmicos de Enfermagem: um estudo transversal. **Revista de Enfermagem UFJF**, vol.10, n.1, p. 1-18, 2024. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/enfermagem/article/view/46350/28220>. Acesso em: 05 de mar.2025.

VASCONCELLOS, S. J *et al.* A relação entre fobias específicas com ansiedade, impulsividade e depressão: Um estudo exploratório. **Rev. Psico**, v. 54, n. 1, p. 37366, 2023. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/revistapsico/article/view/37366/27957>. Acesso em: 25 de abr.2025.