

IMPACTOS DOS PSICOESTIMULANTES E BENZODIAZEPÍNICOS NO DESEMPENHO COGNITIVO DOS ACADÊMICOS DE MEDICINA

Ana Paula Beirigo Barbosa¹

Isadora Moraes Dias¹

Samuel Pikhardt Martins¹

Jalsi Tacon Arruda²

Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA^{1,2}

RESUMO

Introdução: A formação médica impõe grandes demandas cognitivas e emocionais, levando estudantes a usarem psicoestimulantes e benzodiazepínicos para lidar com a pressão acadêmica. **Objetivo:** Analisar os impactos do uso dessas substâncias no desempenho cognitivo de estudantes de Medicina, considerando fatores individuais, contextuais e riscos psicossociais. **Método:** Revisão narrativa sistematizada nas bases PubMed, LILACS, SciELO, DOAJ e documentos oficiais, incluindo 16 estudos publicados entre 2015 e 2024, focados no uso, motivações e consequências dos psicotrópicos em estudantes de Medicina. **Resultados:** Psicoestimulantes aumentam alerta e concentração temporariamente, porém causam insônia, ansiedade e sintomas depressivos. Benzodiazepínicos, usados para ansiedade e insônia, podem gerar dependência e prejudicar memória e raciocínio. A automedicação é comum, impulsionada por uma cultura acadêmica que prioriza produtividade e naturaliza o adoecimento. Esse comportamento está ligado a sofrimento psíquico, procrastinação, riscos éticos e farmacológicos, e ocorre em diversos níveis da formação e contextos culturais. **Conclusão:** O uso frequente e sem supervisão dessas substâncias compromete a saúde mental e o desempenho cognitivo dos estudantes. É urgente que instituições adotem estratégias integradas para oferecer suporte emocional e promover formas saudáveis de enfrentamento acadêmico.

Palavras-chave: Psicoestimulantes; Benzodiazepínicos; Desempenho cognitivo; Estudantes de Medicina.

INTRODUÇÃO

A formação médica impõe exigências cognitivas e emocionais intensas, frequentemente associadas ao adoecimento psíquico (Tovani et al., 2021; Fasanella et al., 2022). Diante de jornadas exaustivas e da pressão por alto rendimento, muitos estudantes recorrem a substâncias psicotrópicas — especialmente psicoestimulantes e benzodiazepínicos — como estratégia de enfrentamento (Fasanella et al., 2022).

Essas substâncias, que atuam no sistema nervoso central, incluem fármacos como metilfenidato e lisdexanfetamina, utilizados no tratamento do TDAH, e benzodiazepínicos como clonazepam e alprazolam, indicados para ansiedade e insônia. (Ministério da Saúde, 2025; Solmi et al., 2020). Apesar de suas indicações clínicas, seu uso não prescrito tem se disseminado entre estudantes que buscam melhorar o desempenho, resistir à fadiga e lidar com a ansiedade (Ferreira et al.,

2023). Esse comportamento reflete uma cultura acadêmica que naturaliza o sofrimento e prioriza a produtividade em detrimento do cuidado pessoal (Covre et al., 2024; Zartaloudi et al., 2021; Tovani et al., 2021), favorecendo a automedicação e a banalização dos riscos associados.

Nesse contexto, compreender a relação entre essas práticas e o desempenho acadêmico torna-se essencial para discutir os limites entre enfrentamento saudável e dependência de recursos farmacológicos.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, cujo objetivo foi examinar os impactos cognitivos, emocionais e acadêmicos relacionados ao uso de psicoestimulantes e benzodiazepínicos por estudantes de Medicina. A estratégia de busca foi estruturada nas bases PubMed, LILACS, SciELO, DOAJ, em repositórios com DOI e em documentos oficiais do Ministério da Saúde (gov.br), utilizando descritores controlados e não controlados, como: “Psychotropic Drugs”, “Methylphenidate”, “Lisdexamfetamine Dimesylate”, “Receptors GABA-A”, “clonazepam”, “alprazolam” e os termos populacionais “medical student”, “health sciences student” e “clinical student”, combinados por operadores booleanos.

A amostra final foi composta por 16 estudos, publicados entre 2015 e 2024, selecionados após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão previamente definidos. A análise dos estudos incluídos foi realizada de forma crítica e integrativa, por meio de leitura analítica e extração sistematizada de dados referentes aos objetivos, delineamentos metodológicos, principais achados, limitações e implicações acadêmicas de cada pesquisa.

Os resultados foram organizados em eixos temáticos interpretativos, considerando não apenas os efeitos cognitivos e emocionais associados ao uso de psicoestimulantes e benzodiazepínicos, mas também os fatores acadêmicos e institucionais que influenciam essas práticas. A interpretação dos achados priorizou uma abordagem crítico-institucional, examinando como a cultura acadêmica, a organização curricular, a pressão por desempenho e a insuficiência de políticas institucionais de apoio à saúde mental contribuem para a medicalização do sofrimento entre estudantes de Medicina.

RESULTADOS

Os psicoestimulantes, como o metilfenidato, são usados frequentemente para aumentar o estado de alerta, concentração e combater a fadiga durante períodos de intensa demanda acadêmica (Fasanella et al., 2022; Miranda e Barbosa, 2022; Cohen et al., 2015). Contudo, seus efeitos positivos são temporários e associados a reações adversas como insônia, taquicardia, ansiedade, irritabilidade e sintomas depressivos, evidenciando custos cognitivos e emocionais do uso contínuo.

O consumo de benzodiazepínicos, utilizados para manejar insônia, ansiedade e crises de pânico, pode levar à dependência e comprometer a memória operacional e o raciocínio lógico, impactando negativamente o desempenho acadêmico (Santos Neto et al., 2023). Muitos estudantes consideram o uso dessas substâncias uma estratégia legítima para otimizar seu desempenho, reforçando a necessidade de educação e conscientização (Erasmus e Kotzé, 2020).

A automedicação é prática recorrente, favorecida pelo fácil acesso e pela crença de que essas substâncias auxiliam no enfrentamento da sobrecarga acadêmica, o que acarreta riscos farmacológicos, éticos e institucionais, sobretudo por envolver futuros prescritores (Ferreira et al., 2023; Tovani et al., 2021). Pressão por produtividade, perfeccionismo, ausência de políticas institucionais de acolhimento e medo do fracasso alimentam uma cultura de desgaste psíquico e adoecimento silencioso (Covre et al., 2024).

Foi identificada uma relação entre procrastinação acadêmica, sofrimento psíquico e uso de psicotrópicos, com estudantes mais procrastinadores apresentando maiores níveis de estresse e ansiedade (Zartaloudi et al., 2021), o que se relaciona ao impacto do bem-estar psicológico na performance acadêmica e à importância de políticas de suporte à saúde mental (Bermúdez et al., 2024). A associação entre abuso de substâncias e sintomas depressivos evidencia a complexidade do quadro clínico, exigindo abordagens integradas de prevenção e cuidado (Okoro e Chikezie, 2024).

O uso de substâncias psicoativas permanece socialmente tolerado em determinados contextos acadêmicos; contudo, dados do Ministério da Saúde (2025) alertam para riscos físicos, mentais e funcionais significativos. A análise integrada dos estudos demonstra que esse comportamento extrapola escolhas individuais ou estratégias pontuais de desempenho, configurando-se como fenômeno institucionalmente condicionado, sustentado por uma cultura universitária que valoriza

produtividade, competitividade e resiliência acrítica. A ausência de dispositivos efetivos de acolhimento psicológico e de espaços institucionais de debate sobre saúde mental contribui para a banalização do sofrimento e para a naturalização da medicalização da vida acadêmica, reforçando ciclos de sofrimento psíquico e dependência farmacológica ao longo da formação médica.

CONCLUSÃO

O estudo demonstra que, apesar de efeitos cognitivos imediatos, o uso prolongado e não supervisionado de psicoestimulantes e benzodiazepínicos acarreta prejuízos à saúde mental, declínio cognitivo e dependência acadêmica. Esse quadro reflete não apenas escolhas individuais, mas sobretudo um contexto institucional que sustenta a medicalização do sofrimento acadêmico como resposta implícita às exigências de desempenho, silenciando o adoecimento psíquico e deslocando para o estudante a responsabilidade por falhas estruturais do ensino médico. O enfrentamento desse problema exige políticas universitárias que priorizem saúde mental, suporte emocional e alternativas saudáveis de adaptação, redefinindo o conceito de sucesso acadêmico para além da produtividade.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BERMÚDEZ, P. et al. Relationship between quality of life and academic performance in a sample of Colombian university students. *European Psychiatry*, [S. l.], 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2024.1248>. Acesso em: 11 jul. 2025.
- COVRE, S. et al. Indiscriminate use of psychotropic drugs by health discipline students at a private university in Colatina. *Journal of Clinical and Translational Research*, [S. l.], 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.36922/jctr.00093>. Acesso em: 11 jul. 2025.
- COHEN, Yael Givon et al. Methylphenidate use among medical students at Ben-Gurion University of the Negev. *Journal of Neurosciences in Rural Practice*, [S. l.], v. 6, n. 3, p. 320–325, 2015. Disponível em: <https://ruralneuropractice.com/methylphenidate-use-among-medical-students-at-ben-gurion-university-of-the-negev/>. Acesso em: 11 jul. 2025.
- ERASMUS, Nelly; KOTZÉ, Carla. Medical Students' Attitudes Towards Pharmacological Cognitive Enhancement With Methylphenidate. *Academic Psychiatry*, v. 44, n. 6, p. 721–726, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s40596-020-01303-z>. Acesso em: 11 jul. 2025.
- FASANELLA, Nicoli Abrão et al. Use of prescribed psychotropic drugs among medical students and associated factors: a cross-sectional study. *São Paulo Medical Journal*, [S. l.], 2022. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-31802022005020201&tling=en. Acesso em: 11 jul. 2025.
- FERREIRA, Pamela et al. Automedicação com psicotrópicos: riscos e práticas exercidas pela população de estudantes. In: _____. [S. l.]: Editora Científica Digital, 2023. v. 2, p. 94–110. Disponível em: <http://www.editoracientifica.com.br/artigos/automedicacao-com-psicotropicos-riscos-e-praticas-exercidas-pela-populacao-de-estudantes>. Acesso em: 11 jul. 2025.
- MIRANDA, Miguel; BARBOSA, Miguel. Use of Cognitive Enhancers by Portuguese Medical Students: Do Academic Challenges Matter? *Acta Médica Portuguesa*, v. 35, n. 4, p. 257–263, 2022. Disponível em: _____. Acesso em: _____. 2025.

em: <https://www.actamedicaportuguesa.com/revista/index.php/amp/article/view/14220>. Acesso em: 11 jul. 2025.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasil). Substâncias Psicoativas. *Saúde Brasil*. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/glossario/substancias-psicoativas>. Acesso em: 11 jul. 2025.

OKORO, Tamaraemumoemi Emmanuella; CHIKEZIE, Uzoechi Eze. Prevalence of alcohol and other psychoactive substance abuse and association with depression among medical students in Niger Delta University, Bayelsa State. *The Pan African Medical Journal*, v. 47, 2024. Disponível em: <https://www.panafrican-med-journal.com//content/article/47/90/full>. Acesso em: 11 jul. 2025.

SANTOS NETO, João Caetano dos et al. Prevalence and factors associated with the use of benzodiazepines by health students. *Concilium*, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.53660/clm-1813-23m31>. Acesso em: 11 jul. 2025.

TOVANI, João Borges Esteves; SANTI, Luísa Jobim; TRINDADE, Eliana Villar. Uso de psicotrópicos por acadêmicos da área da saúde: uma análise comparativa e qualitativa. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 45, n. 3, p. e175, 2021. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022021000300227&tlng=pt. Acesso em: 11 jul. 2025.

ZARTALOUDI, A. et al. Academic procrastination in university students: the role of gender, age, academic year, and psychological distress. *Annals of General Psychiatry*, v. 20, n. 1, p. 1–10, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12991-021-00350-3>. Acesso em: 11 jul. 2025.