

PREVALÊNCIA DE SINTOMAS DEPRESSIVOS E FATORES DE RISCO EM ESTUDANTES DE MEDICINA

Barbara Luiza Pereira¹
Enzo Henrique Silveira Ribeiro Brito¹
Miguel Felipe de Araujo Neto¹
Rafael Jabbar¹
Thalita Lisboa Cunha¹
George Martins Ney Da Silva Júnior²

Resumo

A depressão é o transtorno de saúde mental mais recorrente do século XXI. Contribuem para isso, a realidade efêmera, desgastante e materialista atual. Nesse contexto, os estudantes de medicina são vítimas em potencial por viverem uma rotina extremamente árdua, caracterizada pelo excesso de conteúdos abordados durante o curso, carga horária extenuante além da privação do lazer. Tais condições potencializam a recorrência de depressão nesse grupo de acadêmicos. O trabalho a seguir trata-se de um resumo expandido, feito a partir de 5 estudos provenientes da base de dados do SciELO e do PubMed com o intuito de identificar os principais fatores associados ao surgimento de sintomas depressivos e a prevalência de sintomas depressivos entre os estudantes de medicina.

Palavras chave: Sintomas depressivos. Estudantes de medicina. Prevalência de depressão.

PREVALENCE OF DEPRESSIVE SYMPTOMS AND RISK FACTORS IN MEDICAL STUDENTS

Abstract

Depression is the most recurrent mental health disorder of the 21st century. They contribute to this, the current ephemeral, exhausting and materialistic reality. In this context, medical students are potential victims because they live an extremely arduous routine, characterized by the excess of contents covered during the course, a strenuous workload beyond leisure deprivation. Such conditions potentiate the recurrence of depression in this group of academics. The following paper is an expanded summary, based on 5 studies from the SciELO and PubMed database, in order to identify the main factors associated with the onset of depressive symptoms and the prevalence of depressive symptoms among medical students.

Keywords: Depressive symptoms. Medical students. Prevalence of depression.

1. Introdução

No modelo educacional atual, passa-se todo o período escolar fundamental e médio preparando os indivíduos para a escolha e ingresso em determinado curso que o tornará apto a exercer uma profissão. A escolha pelo curso de medicina torna árdua essa formação acadêmica pois, a formação em medicina é densa e com grandes responsabilidades. Permeada por muitos desafios, uma carga horária extenuante, contato com a morte, privação de lazer, ambiente competitivo, sensação de incapacidade técnica, a formação médica pode levar os estudantes ao esgotamento físico e psíquico. Esse esgotamento psíquico pode evoluir para o sofrimento e chegar à se tornar patológico, sendo a depressão o transtorno mental mais recorrente entre os estudantes de medicina (Pacheco et al, 2017).

Diante dessa recorrência entre esses alunos, diversos estudos científicos se voltam para este tema da depressão na formação médica. Esta mini revisão, tem como objetivos analisar os fatores de risco associados a sintomas depressivos, bem como a prevalência desses sintomas dentro das faculdades de medicina.

2. Metodologia

A pesquisa foi realizada nos sites PubMed e Scielo, utilizando os termos "depression", "medical students", "health" e "mental health". Junto a isso, foi aplicada uma limitação de tempo de 5 anos sobre o ano de publicação para os artigos pesquisados, ou seja, com limite do ano de publicação até 2013.

Foram separados 15 artigos inicialmente que continham abordagens sobre o tema escolhido. No entanto, foram excluídos 10 dessas publicações, por não se adequar aos critérios de seleção a seguir. Foram inclusos os artigos que avaliam as condições que acarretam sintomas depressivos; artigos em que a amostra é exclusivamente composta por estudantes de medicina ou que apresentam a prevalência especificada para estudantes de medicina dentre outras categorias, bem como artigos que apresentam a prevalência de depressão estratificada em ao menos um dos ciclos do curso (básico e clínico).

3. Resultados e discussão

Após a seleção dos artigos, para comparar os resultados foram construídas 2 tabelas, a primeira relacionava os artigos e suas características descritivas: autores, título do trabalho, tipo de estudo, revista publicada, perfil do estudo e ano de publicação. A segunda tabela analisa os principais fatores associados à geração de sintomas depressivos, a prevalência de sintomas depressivos entre os estudantes de medicina e as escalas utilizadas como parâmetro para avaliar os principais cofatores e a prevalência.

Os resultados deste estudo revelaram grande prevalência de depressão entre os estudantes de medicina, com diferenças estatisticamente significativas entre os períodos do curso, entre os estudos e as metodologias utilizadas em cada artigo analisado (Tabela 1 e Tabela 2).

Tabela 1: Descrição dos artigos analisados

Autores	Título do artigo	Tipo de estudo	Revista publicada	Perfil do estudado
PACHECO, JP., et al., 2017	Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis.	Revisão sistemática com metanálise.	Revista Brasileira de Psiquiatria	Estudantes de medicina matriculados em escolas médicas brasileiras.

ANDRADE, J., <i>et al.</i> , 2014	Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina	Coorte	Revista Brasileira de Educação Médica.	Estudantes de medicina das escolas médicas cearenses
MAYER, F., <i>et al.</i> , 2016	Factors associated to depression and anxiety in medical students: a multicenter study.	Estudo transversal, multicêntrico	BMC medical education	Estudantes de medicina matriculados em escolas médicas brasileiras
MOUTINHO, I., <i>et al.</i> , 2017	Depressão, estresse e ansiedade em estudantes de medicina: uma comparação transversal entre estudantes de diferentes semestres.	Revisão sistemática com metanálise	Revista Associação Médica Brasileira vol.63 no.1	Estudantes de medicina da Universidade Federal de Juiz de Fora
LUDWIG, A., <i>et al.</i> , 2015	Depression and stress amongst undergraduate medical students	Coorte	BMC medical education 15:141	Estudantes de medicina da Faculdade de Medicina Albert Einstein

Tabela 2: Objetivos do trabalho

Autores	Escalas utilizadas	Fatores associados a sintomas depressivos	Prevalência de sintomas depressivos.
PACHECO, JP., <i>et al.</i>	BDI. IDB-II. HADS.	Sexo feminino; desejo de mudar de curso; fases posteriores do curso; ciclo de estágio; ciclo clínico; insatisfação com o curso; tabagismo; desempenho acadêmico médio (comparado a bom); dificuldades nos relacionamentos; tensão emocional; preferência do tipo da noite; sentindo-se pressionado pelos pais; ter preocupações sobre o futuro; não ter um pai que era médico; não participando de atividades sociais; os pais eram médicos; saúde física fraca ou razoável; pensamentos de desistir; Outra religião que não a católica; estilo de vida sedentário; envolvimento esporádico ou raro em atividades de lazer; incerteza sobre o futuro profissional.	Prevalência resumida: 30,6% (IC95% 24,0 37,7) Sintomas leves: 23,3% (IC 95% 19,3-27,6) Sintomas moderados: 8,4% (IC95% 5,4-12,0) Sintomas graves: 2,1% (IC95% 0,8-4,0).
ANDRADE, J., <i>et al.</i>	SRQ-20	Problemas pessoais e familiares; Mudar de cidade; Privação de lazer; Temer não ser um bom médico; Não realizar atividades físicas.	Prevalência de sintomas depressivos dos alunos do terceiro ano de curso: 41,9%.
MAYER, F., <i>et al.</i>	BDI. STAI.	Sexo feminino, Estudantes de escolas médicas do interior,	Prevalência de sintomas depressivos: 28%.

	Qui-quadrado. Kruskal Wallis. VIF.	fatores pessoais e institucionais	
MOUTINHO, I., et al.	Duke Religion Index. Dass-21. Qui-quadrado. ANOVA.	Gênero feminino, religiosidade intrínseca e sintomas associados de ansiedade e estresse.	Prevalência de sintomas depressivos: 34,6% (8,8% grave ou extremamente grave).
LUDWIG, A., et al.	CES-D. PSS. WAVE. NHIS.	Abuso de substâncias, distúrbios do sono e alimentação, falta de exercício físico, carga de estudo.	Prevalência de sintomas depressivos: 28,4% no 1º ano e de 39% no 3º ano.

Pacheco (2017), Mayer, (2016) e Moutinho (2017) e seus respectivos colaboradores, apresentaram fator comum associado a sintomas depressivos como o sexo feminino. Pacheco e seus coadjuvantes (2017), afirmam que sintomas depressivos e sintomas de outros distúrbios comportamentais e intimamente relacionados à ansiedade foram predominantes no sexo feminino enquanto o sexo masculino é mais suscetível ao burnout. O estudo do Pacheco e colaboradores e Moutinho e colaboradores, ambos de 2017, apresentaram como fator comum a religiosidade. Pacheco (2017) e Ludwig (2015), ambos juntamente com seus coautores, apresentaram como fator comum o uso de drogas lícitas, como o álcool e o tabaco, sendo tratadas como mecanismos de evasão da tensão a que os alunos estão submetidos. Andrade e colaboradores (2014) e Pacheco e colaboradores (2017) apresentaram a privação de lazer, e esses autores unidos ao Ludwig e seus coadjuvantes, em seu trabalho de 2014, apresentaram como fator comum a não ou pouca realização de atividades físicas. Ambos fatores descritos decorrem de um mesmo motivo: carga horária elevada e ao excesso de conteúdos apresentados ao decorrer do curso. Além dessas causas, os 5 autores e seus colaboradores citados apresentaram, sem discussão, fatores outros associados a sintomas depressivos como o desejo de mudar de curso; ciclo de estágio; ciclo clínico; insatisfação com o curso; desempenho acadêmico médio (comparado a bom); dificuldades nos relacionamentos; tensão emocional; sentir-se pressionado pelos familiares; pais médicos; problemas pessoais e familiares; mudar de cidade; temer em não ser um bom médico; distúrbios do sono e alimentação (Tabela 2).

A ansiedade é tratada em todos os estudos, por serem revisões a respeito de diversos distúrbios mentais, sendo que Pacheco e colaboradores (2017) mostraram que os estudantes de medicina demonstram sintomas de várias doenças de saúde mental simultaneamente.

Os estudos elencados nessa revisão mostram valores de prevalência de sintomas depressivos similares variando de 28 a 41,9%.

Pacheco e coautores (2017) apresentaram a prevalência resumida de sintomas depressivos (30,6%, IC95% 24,0 - 37,7). Ademais, eles estratificam os sintomas depressivos em sintomas leves

23,3% (IC 95% 19,3-27,6); moderados 8,4% (IC95% 5,4-12,0) e graves 2,1% (IC95% 0,8-4,0). Andrade e colaboradores apresentaram a prevalência de sintomas depressivos apenas em estudantes que cursam o segundo ano, equivalente a 41,9%.

Os artigos de Pacheco (2017), Andrade (2014) e Moutinho (2017), juntamente com seus respectivos coadjuvantes, dialogam ao declarar maiores níveis de prevalência dos sintomas depressivos no início do curso, fase em que os estudantes estão mais ansiosos, inseguros com a carreira profissional escolhida, em uma fase de adaptação à metodologia ativa e sob a pressão da carga horária extensa e do excesso de conteúdos durante o ciclo básico, o que colabora para maiores prevalências de sintomas depressivos. Ludwig e colaboradores, em 2015, contradizem os artigos de Pacheco e Moutinho, ambos em 2017, e de Andrade, de 2014, cada qual com seus coautores, ao apresentarem maior prevalência de sintomas depressivos durante o ciclo clínico, sendo que o último autor e seus colaboradores apresentam a prevalência apenas do primeiro ano e do terceiro ano de curso. Moutinho e seus coadjuvantes (2017) apresentam a prevalência de sintomas depressivos entre os estudantes de medicina de 34,6% e enfatizam que, dessa porcentagem, 8,8% são de sintomas graves ou extremamente graves. Todos os artigos mostram que os estudantes de medicina demonstram prevalência de sintomas depressivos acima da média da população de mesma idade, fator alarmante e que exige apoio psicológico.

4. Conclusão

Baseado nos dados avaliados, percebe-se que os principais fatores associados a sintomas depressivos em estudantes de medicina são o sexo feminino, a privação de lazer e de atividades físicas, distúrbios no sono e na alimentação e uso de substâncias psicoativas. A prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de medicina foi de 28% a 41,9%. Os dados coletados são de extrema importância devido à grande incidência de sintomas depressivos em alunos do curso de medicina, sendo assim, considerados uma população de risco para tal.

Diante do exposto, faz-se de extrema importância uma atenção direcionada das instituições de ensino para esse cenário. É necessário ações específicas para a amenização e prevenção dos sintomas, como uma adequação de carga horária, incentivo a realização de atividades sociais e lazer, disponibilização de grupos de suporte psicológico, estímulo à prática de atividades físicas e disseminação de conhecimentos sobre a depressão.

Referências bibliográficas

ANDRADE, J., et al. Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v.38, n.2, p.231-242.

LUDWIG, A., et al. Depression and stress amongst undergraduate medical students. **BMC Medical Education**, v.15, 2015.

MAYER, F., et al. Factors associated to depression and anxiety in medical students: a multicenter study. **BMC Medical Education**, v.16, n.1, p.282, 2016.

MOUTINHO, I., et al. Depressão, estresse e ansiedade em estudantes de medicina: uma comparação transversal entre estudantes de diferentes semestres. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v.63, n.1, p.21-28, 2017.

PACHECO, JP., et al. Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v.39, n.4, p.369-378, 2017.