

O SOFRIMENTO PSICOEMOCIONAL ENTRE OS ESTUDANTES DO CURSO DE MEDICINA: UMA ANÁLISE À LUZ DE QUESTIONÁRIOS SEMIESTRUTURADOS

Caroline Smarzaró Valladão

Graduanda do curso de Medicina da Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC) –
Unidade Bom Jesus do Itabapoana, caroline_valladao@hotmail.com;

Jéssica Chantre Barcelos Lima

Graduanda do curso de Medicina da Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC) –
Unidade Bom Jesus do Itabapoana, jcbl.contato@gmail.com

Roana Claudino Barreto Pessanha Gomes

Graduanda do curso de Medicina da Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC) –
Unidade Bom Jesus do Itabapoana, roanapessanha@yahoo.com.br;

Tauã Lima Verdán Rangel

Professor orientador do curso de Medicina da Faculdade Metropolitana São Carlos
(FAMESC) – Unidade Bom Jesus do Itabapoana. E-mail: taua_verdan2@hotmail.com

RESUMO

A entrada na universidade é celebrada como um marco de vitória pessoal na vida de um indivíduo, ainda mais quando se trata do ingresso para o curso de medicina, um dos mais concorridos do país. No entanto, no decorrer do curso o aluno de medicina se depara com um caminho tortuoso ligado a distância da família, grande número de matérias, alta cobrança, pressão para aprender, poucas horas de sono, falta de tempo para momentos de lazer e entre outros fatores, que podem gerar um sentimento de frustração e culpa no aluno. Em decorrência disso, muitos desses estudantes apresentam sofrimento psicoemocional, conseqüentemente acabam usando drogas, abusando do álcool ou apresentando quadros de depressão. Esse presente estudo deseja analisar, através de questionário online do “Inventário de depressão de Beck”, os níveis de depressão eminente em acadêmicos do

curso de Medicina da Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC – Bom Jesus do Itabapoana/RJ) e de outras IES do país. Os resultados obtidos demonstram que há um risco de estudantes da área desenvolverem algum nível de depressão e, mais preocupante, alguns deles apresentaram idealização suicidada. Portanto, é necessário que as IES se conscientizem e acolham esses alunos para que haja uma melhora psicoemocional no perfil dos alunos do curso de medicina.

Palavras-chave: Sofrimento Psicoemocional, Depressão; Medicina; Estudantes.

ABSTRACT

Entering the university is celebrated as a milestone of personal victory in an individual's life, especially when it comes to admission to medical school, one of the busiest in the country. However, in the course of the course the medical student is faced with a tortuous path linked to family distance, large number of subjects, high collection, pressure to learn, few hours of sleep, lack of time for leisure moments and among others factors, which can generate a sense of frustration and guilt in the student. As a result, many of these students experience psychoemotional distress, consequently, end up using drugs, abusing alcohol, or displaying depression. This study aims to analyze, through an online questionnaire of the "Beck Depression Inventory", the levels of eminent depression in medical students of the 'Faculdade Metropolitana São Carlos' (FAMESC - Bom Jesus do Itabapoana / RJ) and other HEI parents. The results show that there is a risk that students in the area develop some level of depression and, more worrisome, some of them presented suicidal ideation. Therefore, it is necessary for HEIs to raise awareness and welcome these students so that there is a psychoemotional improvement in the profile of medical students.

Keywords: Psychoemotional Distress, Depression; Medical school; Students.

INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, a saúde mental dos estudantes universitários está em evidência para especialistas e a sociedade em geral. Esse público enfrenta, diariamente, situações de estresse, sendo considerado um grupo vulnerável quanto ao sofrimento psicoemocional, podendo ser este, um possível fator etiológico para o surgimento de problemas psíquicos.

Diversos estudos apontam uma maior prevalência de fatores estressantes entre os estudantes do curso de Medicina do que em outros, o que influencia em sua qualidade de vida. A escolha por essa graduação exigirá afeição pela prática médica, além da preparação contínua para atingir o nível intelectual dos demais colegas de profissão. A formação médica requer, ainda, grandes responsabilidades e técnicas, juntamente com uma formação extremamente densa.

MATERIAL E MÉTODOS

Para a elaboração desta obra, foram utilizados artigos científicos de revistas indexadas, provenientes de pesquisa no site Google Acadêmico, os quais foram compilados para elaboração deste trabalho, além de pesquisa de campo. O método empregado foi o dedutivo, classificado como aplicado quantitativo, no qual foi utilizado como instrumento um questionário fechado de aplicação online para avaliação do grau de depressão eminente nos alunos do curso de Medicina de diferentes Instituições de Ensino Superior (IES).

O teste “Inventário de depressão de Beck - IDB” foi escolhido para ser empregado nesta pesquisa, pois esse foi avaliado mediante seu potencial já que é o questionário mais utilizado para se auto-medir os níveis de depressão (INVENTÁRIO, s.d.). Entretanto, mesmo sendo o questionário de maior uso em pesquisas e clínica, o seu resultado não pode ser utilizado para diagnosticar depressão no indivíduo, pois isso deve ser feito mediante a um profissional. No entanto, as respostas provenientes dele podem indicar o sofrimento psicoemocional do aluno e se há um grau de depressão eminente.

O questionário engloba perguntas sobre níveis de tristeza, expectativas para o futuro, o quanto o indivíduo se sente um fracasso ou tem vontade de chorar, se se sente culpado sobre sua situação atual, interesse em relações sociais, irritabilidade, apetite, qualidade do sono, libido e entre outras. O “Inventário de Depressão de Beck” conta com 21 temas que podem ser respondidos em diversos graus que são contabilizados em pontuações de 0-3. Ao final do teste, se forem somados de 0-13 pontos é classificado como depressão mínima, de 14-19 depressão leve, 20-28 depressão moderada e 29-63 depressão severa.

O formulário on-line foi respondido por 86 estudantes do curso de Medicina, de diferentes instituições de ensino superior.

A SAÚDE MENTAL NO ÂMBITO UNIVERSITÁRIO

A saúde mental do universitário tem sido tema de discussão recentemente, uma vez que essa população é considerada um grupo vulnerável por enfrentar, frequentemente, situações de estresse. (REZENDE *et al*, 2008). O ingresso na vida universitária é descrito como um período de transformações, a começar pela conquista de maior independência, o assumir de novas responsabilidades, muitas vezes, a saída e residência longe da casa dos

pais, cobranças dos pais e do curso, medo do fracasso, entre outras. (BARBOSA *et al*, 2015)

Diversos estudos evidenciam uma maior prevalência de fatores estressantes entre os acadêmicos de medicina do que nos de outros cursos. Esses fatores impactam diretamente na qualidade de vida dessas estudantes, dentre os quais podem ser citados: a extensa carga horária curricular, comumente associada a uma carga excessiva de atividades extracurriculares, o que limitam a prática de esportes, lazer e qualidade de sono, preocupações financeiras e o contato com doenças graves e a morte. (ALVES *et al*, 2010)

Em decorrência das indiscutíveis exigências psicoemocionais enfrentadas durante a progressão do curso, o preparo acadêmico pode ser um possível fator etiológico no aparecimento de problemas de saúde mental, como depressão, distúrbios conjugais, abuso de drogas, prejuízo no cuidado do paciente e suicídio. (ALVES *et al*, 2010)

O contato precoce com a morte, a personalização do cadáver nas aulas práticas, o ambiente acirrado vindo dos cursinhos pré-vestibulares, a demanda dos professores, a exigência pela excelência em avaliações como uma forma de perpetuar o perfil do Ensino Médio, a proximidade com a realidade do paciente, o sofrimento pessoal e familiar, a privação de lazer, a carga horária extenuante, as incertezas quanto ao exercício da profissão, o contato com preceptores, residentes e alunos de outras faculdades como modelo de concorrência, a sensação de insegurança técnica e as incertezas quanto ao mercado de trabalho funcionam como um retrato do contexto de formação em Medicina hoje. (ANDRADE *et al*, 2014, p. 232.)

O assunto acerca da temática referente à saúde mental de estudantes de medicina não é tão novo quanto aparenta. Na década de 1950, ocorreram, na Europa, conferências que visavam discutir os transtornos mentais e dificuldades psicológicas do estudante de Medicina. Inicialmente, acreditava-se que a satisfação do graduando estava associada com aprovação em um dos vestibulares mais concorridos, alcançando o sonho de cursar Medicina. Contudo, estudos indicaram que, quando as expectativas em relação ao curso não se concretizam, surgem quadros de depressão, angústia, fustração, incerteza já nos primeiros momentos da graduação, podendo inclusive levar a transtornos mentais mais graves, muitas vezes não conseguindo ser enfrentados sozinhos pelos alunos, necessitando de ajuda especializada. (TANAKA *et al*, 2016)

(...) os momentos mais críticos enfrentados são a entrada no curso (que requer adaptação ao novo estilo de vida), o contato com o paciente (que exige do aluno não apenas conhecimentos, mas habilidades para relacionamento interpessoal e para lidar com situações difíceis), o internato e a escolha da especialidade médica. Além dos problemas pessoais a que todos estão sujeitos, o estudante enfrenta uma

formação exaustiva e exigente, na qual deve internalizar inúmeros conhecimentos em pouco tempo e aprender a lidar com a dor, o sofrimento, a morte e com o contexto competitivo de sua formação. Nessa nova vida há o contato com pessoas diferentes, a ameaça do trote, festas, bebidas e drogas disponíveis e, algumas vezes, impostas. Muitas vezes, as primeiras decepções ocorrem no contato com as disciplinas básicas, percebidas frequentemente como um adiamento do ingresso real na carreira escolhida. (TANAKA *et al*, 2016, p. 664)

A literatura apresenta como problemas enfrentados pelos acadêmicos de Medicina: solidão, timidez, limitações nas competências sociais e tomadas de decisão, dificuldade de relacionamento com professores e colegas, sexualidade, nova rotina, alta cobrança nos estudos, o grande número de atividades a serem executadas, dificuldade para administrar o tempo, estresse nas avaliações, ansiedade, falta de informação por parte da instituição, falta de tempo para familiares, amigos e lazer, problemas financeiros, dificuldade com a gestão da moradia e hábitos alimentares. (TANAKA *et al*, 2016)

O evento da saída da casa dos pais é marcante e, muitas vezes, encarado com dificuldade, pois o aluno sente saudade, solidão, conquista de independência e liberdade. Com o desenvolver da saudade, os estudantes que se mudam para lugares distantes de casa, procuram finais de semana, feriados e férias para regressar, conseqüentemente se isolam do meio acadêmico e das atividades extracurriculares. Isso é evidenciado principalmente nos anos iniciais da graduação, demonstrando que os alunos dependem do apoio e proximidade dos familiares. (TANAKA *et al*, 2016)

A extensa carga horária limita o estudante de medicina a realizar práticas consideradas saudáveis e que combatam o estresse, como momentos de lazer, prática de atividades físicas, relações familiares, horas corretas de sono, entre outras. Com isso, a saúde deles acaba se debilitando aos poucos, aliada com a falta de tempo que estes possuem para obterem um estilo de vida saudável. Muitas vezes a alimentação dos alunos se baseia em comidas consideradas precárias como macarrão instantâneo, comidas enlatadas ou gastronomia de rua. O tempo de sono é outro fator considerado insatisfatório nesses alunos, devido ao grande volume de matérias necessárias para realizar as provas e a carga horária extensiva. (FIGUEIREDO *et al*, 2014).

Os Transtornos mentais comuns (TMC) são classificados como quadros menos graves e mais frequentes de transtorno mental, os sintomas incluem esquecimentos, dificuldade na concentração e tomada de decisões, irritabilidade, fadiga e insônia, além de queixas somáticas, como cefaleia, falta de apetite, tremores, má digestão, sintomas gastrointestinais, entre outros. Um portador de TMC exibe sofrimento psíquico, impacto nos

relacionamentos, diminuição da qualidade de vida, comprometimento do desempenho nas atividades diárias, podendo desenvolver transtornos mais graves. (FIOROTTI *et al*, 2010)

Ser portador de TMC é uma condição que não implica diagnóstico psiquiátrico formal, porém representa custos enormes em termos de sofrimento psíquico e impacto nos relacionamentos e na qualidade de vida, comprometendo o desempenho nas atividades diárias e constituindo causa importante de afastamento do trabalho, demanda nos serviços de saúde e prejuízos econômicos, sendo potencial substrato para o desenvolvimento de transtornos mais graves. (...) Muitos indivíduos irão apresentar o seu primeiro episódio psiquiátrico durante a graduação e, segundo uma revisão, 12% a 18% dos universitários apresentam alguma doença mental diagnosticável. (...) principalmente do curso de medicina, que expõe os estudantes a fontes de tensão desde o processo de admissão até o final da graduação, com a entrada no mercado de trabalho e em programas de residência médica. (FIOROTTI *et al*, 2010, p. 18)

Esses transtornos possuem maior chance de surgir no início da vida adulta, principalmente no período universitário, apresentando uma maior prevalência entre os estudantes do curso de Medicina. (ROCHA; SASSI, 2013)

A Faculdade de Medicina ainda é descrita como um ambiente onde há perda da liberdade pessoal, o desenvolvimento de sentimentos de desumanização, o contato com pacientes doentes, os quais associados a outros fatores predispõem o surgimento de quadros depressivos, reações ansiosas, neurose obsessivo-compulsiva e hipocondria. Além disso, os estudantes que apresentam melhor desempenho escolar são os mais exigentes e estão mais propensos a sofrer as pressões impostas diante qualquer falha, o que resulta em sentimento de desvalia, pensamentos de abandono de curso, depressão e, mais preocupante, o suicídio. (MORO; VALLE; LIMA, 2005).

O PERFIL DOS DISCENTES DE CURSO DE MEDICINA

O estudante do curso de Medicina precisa, em decorrência do ambiente universitário, reconhecer a necessidade do aprendizado de competências gerais, que serão utilizadas durante e após a formação, com o intuito de gerenciar a saúde tanto do indivíduo como da comunidade em geral. Dentre os fatores que devem ser absorvidos pelos estudantes, encontra-se a atenção à saúde na qual exige que o médico saiba da importância da prevenção, proteção, promoção e reabilitação de saúde. (BRASIL, 2018)

Um bom profissional da área da saúde precisa ter noção de ética médica e boa capacidade de liderança, tendo total competência de orientar sua equipe. Englobando esses fatores, é necessário o conhecimento preciso sobre medicamentos, equipamentos, procedimentos e habilidades para terem a certeza que a tomada de uma decisão, a respeito de um paciente, possa ser a mais eficiente naquele momento. (BRASIL, 2018)

A partir dessa configuração, ficou evidente a necessidade de profissionais com uma formação que compreenda a integralidade dos cuidados demandados pela população e que inclua novas tecnologias. Estas, muitas vezes chamadas de “simples”, são também muito complexas e são denominadas, por alguns autores, de “tecnologias leves”. São vistas como as tecnologias da interação, da escuta, do olhar e que consideram o acolhimento e produzem autonomia. (ALMEIDA et al., 2006, p.157)

Para firmar uma boa relação médico-paciente, é necessário que haja uma boa comunicação. Assim, o estudante e o médico necessitam aprender a se adaptar a cada tipo de linguagem transferida pelo paciente, a fim de que ele compreenda com facilidade os procedimentos a serem tomados. Desta forma, as habilidades específicas que precisam ser compreendidas pelos acadêmicos de medicina serão necessárias à atuação em diferentes níveis de saúde, mas com enfoque na atenção primária e secundária. Além de dominar a prática de anamnese e exame físico, para que haja maior confiança e precisão na hora de dar diagnósticos. (BRASIL, 2018)

É de suma importância que o estudante de medicina tenha em mente que, mesmo após a faculdade, ele permanecerá estudante por toda sua trajetória profissional. Isso ocorre porque a ciência, na área médica, é muito mutável e sempre há novas pesquisas abrangendo esse campo, dessa forma, o médico precisará sempre estar atualizado através de artigos científicos recém-lançados. O curso de medicina é conhecido por ser extremamente concorrido e almejado, a tensão de seus acadêmicos se inicia desde o período de vestibular, pois se tem a necessidade de uma ótima pontuação para conseguir ingressar no curso. Já estando na faculdade, o aluno de medicina começa a sentir a pressão do curso, professores e veteranos, que incitam como será um caminho tortuoso a partir de sua chegada. (AGUIAR *et al*, 2009)

A literatura descreve vários momentos potencialmente estressantes na vida do acadêmico de Medicina, sendo a formação e a atividade médica consideradas de elevada toxicidade no tocante ao aspecto psicológico, e aponta vários motivos para o estresse entre os estudantes de Medicina, que também são encontrados em alguns outros cursos da área de saúde. O vestibular extremamente competitivo, a

metodologia de ensino que é diferente da usada no colegial, o curso básico longo que adia o contato com a profissão propriamente dita e pode ocasionar frustração ao aluno, o ritmo de plantões e a escolha da especialidade destacam-se como fatores de estresse. Adicionalmente, alguns momentos do curso, como o primeiro contato com o paciente e o término da faculdade, podem ser críticos para o estudante, quando o receio de sua atuação como profissional de saúde pode emergir. (AGUIAR et al., 2008, p.35)

As disciplinas do curso demandam muita dedicação e esforço por parte do acadêmico, uma vez que é necessário que ele tenha conhecimento sobre diversas palavras complexas e novas ao seu vocabulário, boa capacidade de memorização e maturidade para saber que tudo não virá com facilidade. Haverá uma grande carga horária que deverá ser cumprida, o que pode levar os estudantes também a um desgaste físico além do emocional. (AGUIAR *et al*, 2009)

A categoria médica (tanto acadêmicos como graduados) é extremamente vulnerável a apresentar sintomas depressivos. O contato estreito com portadores de diferentes doenças e prognósticos ruins, a grande carga horária e o volume de matéria a ser estudado, bem como a imposição do alto nível de cobrança, não só pela sociedade ou instituição de ensino, como pelo próprio indivíduo, expõem-no a constantes crises que, muitas vezes, o levam a episódios de depressão. As faculdades de Medicina são ambientes hostis, de muita competição. Três fases psicológicas enfrentadas por estes acadêmicos devem ser destacadas: (1) euforia inicial, na qual são ativadas crenças de caráter onipotente; (2) decepção, causada pela extrema mudança de hábitos do cotidiano e, às vezes, pelo desempenho insatisfatório nas disciplinas; (3) internato, composto por um período de adaptação e, ao mesmo tempo, por uma alta competitividade pela residência. (REZENDE et al., 2005, p.316)

Devido às dificuldades do curso em si, não raro, são encontrados casos de estudantes que viram alcoólatras, usuários de drogas ou adquirem depressão. Chamando a atenção de que é preciso que as instituições ajam em relação a esses acadêmicos, tanto com tratamentos psicológicos como com palestras que possam auxiliar sobre casos como esses. (ALMEIDA *et al*, 2007)

Pesquisa recente divulgada pelo Conselho Federal de Medicina revelou que mais da metade dos médicos no Brasil apresenta distúrbios psiquiátricos, como ansiedade e depressão, além de estafa. Também apontou que 5% dos médicos se sentem sem esperança, infelizes e com pensamentos suicidas. Alguns estudos apontam a presença de fatores estressantes já na formação médica e suas consequências para a saúde dos estudantes. Enns enfatizam que fatores estressantes – como pressão para aprender, grande quantidade de novas informações, falta de tempo para atividades sociais, contato com doenças graves e com a morte no cuidado clínico dos pacientes–podem contribuir para o aparecimento de sintomas depressivos nos estudantes. E CostaePereira discorrem sobre os diversos tipos de abuso (verbal,

institucional, por risco médico desnecessário, físico e sexual) vivenciados pelos estudantes de Medicina, que podem agravar seu estresse. (ALVES et al., 2009, p.92)

Dessa forma é possível inferir que a depressão é comumente indentificada em profissionais da área medica, pois eles vivem em constante pressão social desde o período da faculdade até o seu presente momento de atuação em instituições de saúde. (ALVES et al., 2009)

O ESTUDANTE DE MEDICINA EM ANÁLISE: SAÚDE EMOCIONAL E O PAPEL DA IES NA PREVENÇÃO DO DESCASTE PSICOEMOCIONAL

Ao ingressar em uma IES cujo curso de escolha é a Medicina, o aluno cria expectativas, porém, ao se deparar com a cobrança excessiva, quantidade de matérias ministradas, o pouco tempo disponível para assimilar o conteúdo que já foi aplicado, a falta de tempo para desfrutar de um descanso, a distância dos familiares e amigos, acabam sendo as principais causas de futuros transtornos psicoemocionais. Sem embargos, tendo em vista a impossibilidades de suportar tamanha mudança em sua vida, em seu cotidiano, a ajuda especializada é solicitada. (TANAKA et al, 2016).

Mediante a exposição diária aos fatores de riscos e ao crescimento significativo de transtornos mentais nos estudantes de medicina, sendo produto de experiências impactantes, como o acompanhamento de pacientes graves, refletindo de forma negativa em seu emocional, o foco no acolhimento deste estudante é fundamental para haja uma boa qualidade de vida, reduzindo o sofrimento psíquico. (TANAKA et al, 2016)

Uma pesquisa realizada com alunos do curso de Medicina de Botucatu, no interior do Estado de São Paulo, teve como finalidade estimar a prevalência de transtornos mentais entre os estudantes e respectivos fatores de risco. Os dados mostraram que a prevalência desses transtornos foi elevada e era ligada a experiências emocionalmente tensas, como o contato com pacientes graves e a formação de grupos. Diante dos resultados, o pesquisador sugere que as instituições formadoras estabeleçam intervenções voltadas ao acolhimento e ao cuidado com o sofrimento dos estudantes, visando à melhoria da qualidade de vida e à redução do sofrimento psíquico. (TANAKA et al, 2016)

O interesse pelas condições psicológicas dos estudantes de medicina. Hipócrates já questionava o risco do médico tornar-se onipotente e também discorreu sobre os atributos

daquele que tinha o desejo de se tornar médico, o qual deveria ter aptidão natural, cultura, disposição para estudar, instrução desde cedo, perseverança, amor pelo trabalho e tempo disponível. (MILLAN; ARRUDA, 2008)

Desde 1950 foram realizadas conferências na Europa com objetivo de debater sobre aspectos relativos à saúde mental do estudante de medicina e seus problemas psicológicos, desde então, estudos foram elaborados para auxiliar na assistência psicológica a esses acadêmicos. (MILLAN; ARRUDA, 2008)

No Brasil, o professor Gaudino Loreto, da Universidade Federal de Pernambuco, em 1957, que iniciou com a assistência psiquiátrica aos estudantes de medicina. Embora muitos centros nacionais quisessem seguir seu exemplo, não foram disponibilizados recursos suficientes. (MILLAN; ARRUDA, 2008). Segundo os pesquisadores Millan e Arruda (2008), quanto às motivações que levam os alunos a procurar ajuda psicológica, foram identificadas a prevalência de transtornos de humor, principalmente quadros depressivos e transtorno bipolar. Neste sentido, os autores supramencionados complementam:

As perdas com que os alunos deparam-se no transcorrer do curso, como a redução das horas de lazer e do contato com antigos amigos, a menor disponibilidade para estar com a (o) namorada (o), o fim da idealização do curso e a crescente conscientização dos problemas existentes na profissão médica, somados a uma personalidade que costuma ser exigente, podem, em parte, dar sentido à alta incidência de quadros depressivos. A seguir, aparecem os transtornos de ansiedade que poderiam estar ligados à intensa competição existente entre os alunos pelas melhores notas e por vagas em Ligas Assistenciais Extracurriculares, em estágios no exterior e na residência médica. São raros os casos de psicoses e de dependência a drogas, porém, quando ocorrem, as repercussões (tanto no campo pessoal como no acadêmico) para o aluno e a instituição são muito graves. Nos últimos anos, observa-se tendência de aumento dos transtornos alimentares. (MILLAN; ARRUDA, 2008, p. 91)

Alguns autores, como descrito por Zonta, Robles e Grosseman (2006) enfatizam acerca da melhoria da qualidade de vida desses discentes, capacitando-os a lidar melhor com suas necessidades psicossociais e, conseqüentemente, com as dos seus futuros pacientes. Estratégias devem ser desenvolvidas para lidar com fatores estressantes, como a valorização dos relacionamentos interpessoais com parentes, namorados, amigos e colegas, compartilhar experiências com outras pessoas, maior equilíbrio entre estudo e lazer, prática de atividade física, cuidado com a alimentação, qualidade no sono, prática de técnicas de relaxamento ou meditação, ter religiosidade ou espiritualidade e cuidados com a saúde. Além do trabalho com a própria personalidade, evitando sentir-se pressionado com as situações desfavoráveis.

O perfeccionismo tem sido apontado como um traço comum da personalidade em acadêmicos de medicina, tendo uma forte relação com estresse psicológico, o que provoca um aumento de riscos de depressão, ansiedade, sintomas obsessivo-compulsivos e suicídio. (ZONTA; ROBLES; GROSSEMAN, 2006). Enquanto certos estudantes conseguem lidar naturalmente com situações estressantes no processo de sua formação, outros necessitam procurar assistência profissional de um psicólogo, por não estarem conseguindo lidar com o estresse a que estão submetidos, prejudicando sua saúde. Por isso, se torna necessário criar espaços onde os estudantes possam refletir sobre suas angústias vivenciadas no dia-a-dia e discuti-las. Também é importante que as instituições de ensino superior possam prover suporte psicológico e pedagógico aos alunos que não conseguem lidar adequadamente com essas situações. (ZONTA; ROBLES; GROSSEMAN, 2006)

Zonta, Robles e Grosseman (2006) sugerem que as escolas médicas criem estratégias de gerenciamento do tempo de seus estudantes, sendo particularmente útil na redução do estresse entre eles. Além de programas que ensinem técnicas para lidar com estresse e a promoção de grupos de suporte para expressão das emoções e da afeição. A criação de serviços de orientação psicopedagógica também é de fundamental importância no apoio desses universitários, devendo ser estruturados de acordo com as peculiaridades institucionais de cada escola. Adicionalmente, modificações curriculares que incluam o ensino de psicologia médica podem ser extremamente úteis, uma vez que podem proporcionar ao estudante um contato com os próprios sentimentos e emoções, através da troca de experiências e reflexões. (ZONTA; ROBLES; GROSSEMAN, 2006)

Percebendo o avanço de distúrbios emocionais dentro a área médica, é necessário que haja maneiras de barrar a progressão desse mal. Sendo de fundamental importância que os grupos de risco sejam precocemente identificados e encaminhados para um auxílio psicológico, antes que os danos emocionais se tornem permanentes a esses indivíduos. (MARTINS, 1996). Visando prevenir que os estudantes e futuros médicos possuam problemas psicoemocionais é imprescindível que as instituições médicas de ensino tomem iniciativas de prevenção, através da disponibilização de palestras, grupos de apoio e atendimento psicológico. Além de sempre reforçar a ideia de que o posicionamento positivo pode ser a saída para evitar a depressão desse grupo de pessoas. (MARTINS, 1996)

Em resumo, há evidências sugestivas de que uma parcela da população médica - cerca de 8% a 10% - seja um grupo de risco em relação a distúrbios emocionais. Este grupo apresenta, portanto, uma maior vulnerabilidade psicológica. Essa

vulnerabilidade psicológica deve ser considerada no âmbito do planejamento das atividades médicas na graduação e pós-graduação. (MARTINS, 1996, p.04)

Ainda assim, é necessário que o grupo de risco reconheça a necessidade de auxílio psicológico e busque por esse serviço, almejando o sentimento de possibilidade de melhora da condição emocional logo no início, aumentando as chances de um tratamento mais ágil. (MARTINS, 1996)

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O Inventário de Depressão de Beck foi respondido por 86 alunos de diferentes instituições de ensino superior, incluindo as provenientes de 24 (28%) estudantes da FAMESC. As respostas obtidas foram somadas para classificar em qual nível eminente de depressão o resultado se enquadra.

O somatório das respostas foi tipificado de acordo com os seguintes graus de depressão eminentes, ressaltando que os resultados não podem ser utilizados para fins de diagnóstico, servindo somente para indicar o sofrimento psicoemocional do aluno e qual o grau de depressão eminente:

- Depressão mínima: 0 – 13 pontos;
- Depressão leve: 14 – 19 pontos;
- Depressão moderada: 20 – 28 pontos;
- Depressão severa: 29 – 63 pontos.

Trinta e oito alunos (44,2%) foram enquadrados em eminência de depressão mínima, sendo treze alunos da FAMESC. Doze (14,0%) apresentaram eminência de depressão leve, dos quais cinco alunos eram da FAMESC. Vinte e um (24,4%) estudantes enquadravam-se em eminência de depressão moderada, dentre os quais três eram FAMESC. Quinze (17,4%) acadêmicos apresentaram eminência de depressão severa, sendo três deles da FAMESC. Os gráficos 1 e 2 descrevem os resultados encontrados.

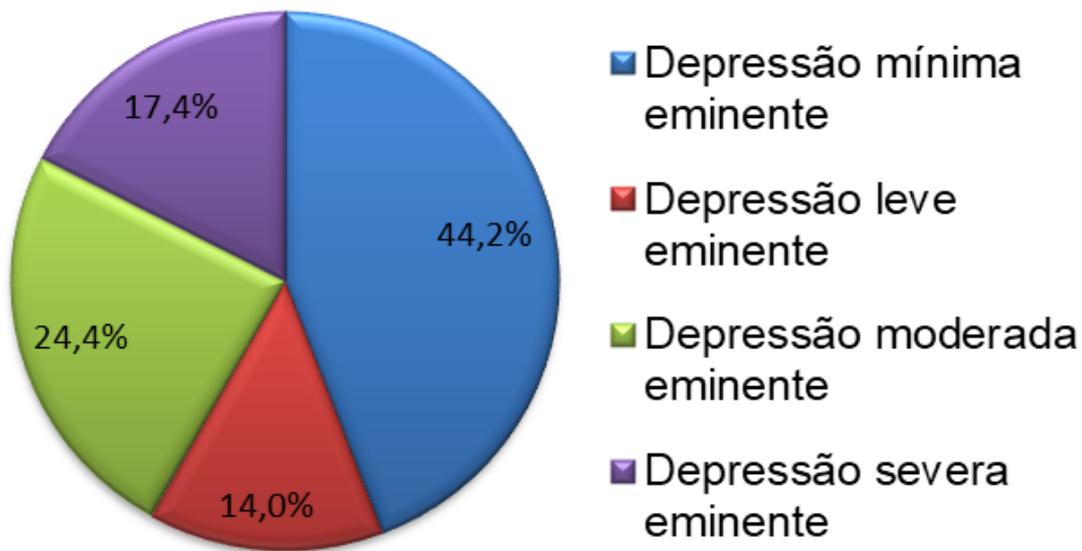


Gráfico 1: Resultados dos questionários de todos os entrevistados
Fonte: Os autores (2018)

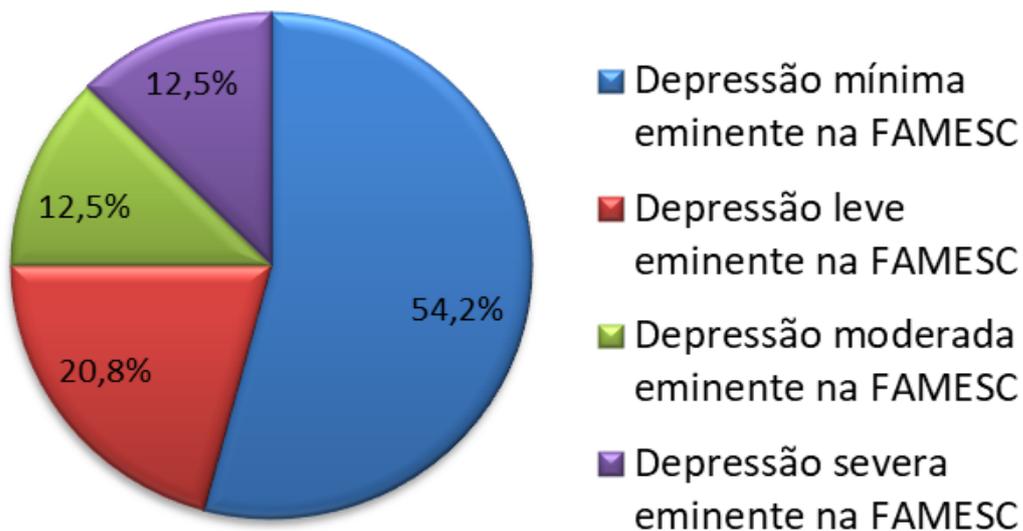


Gráfico 2: Resultados dos questionários de alunos da FAMESC.
Fonte: Os autores (2018)

O gráfico 3 mostram os resultados, excluindo dos alunos da FAMESC, para questão de comparação:

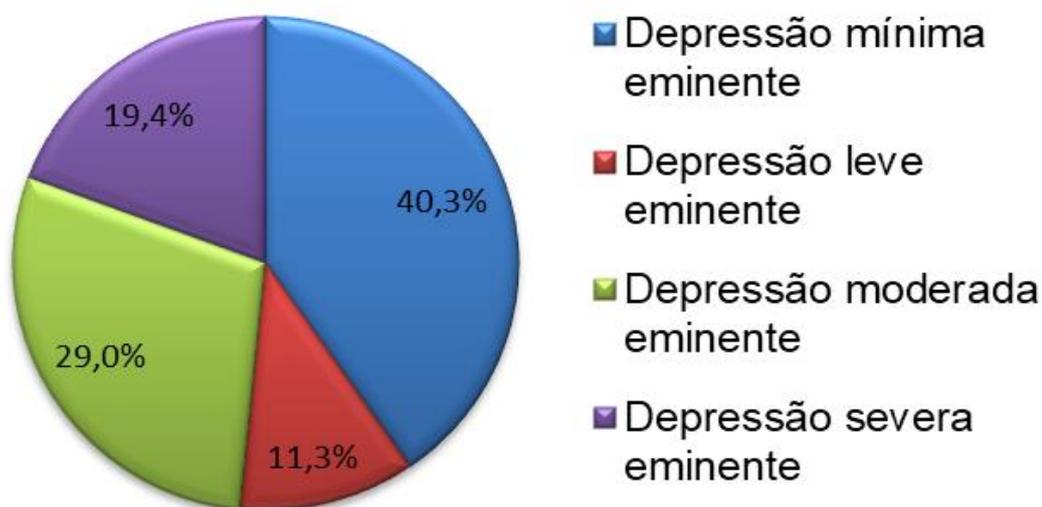


Gráfico 3: Resultados dos questionários de outras IES, excetuando-se a FAMESC.
Fonte: Os autores (2018)

Observando as respostas, verifica-se que os alunos da FAMESC obtiveram menores scores para eminência de depressão moderada à severa, conforme observado no gráfico 4. Entretanto, um entrevistado na FAMESC obteve o 2º maior score da entrevista, com somatório de 49 pontos de suas respostas.

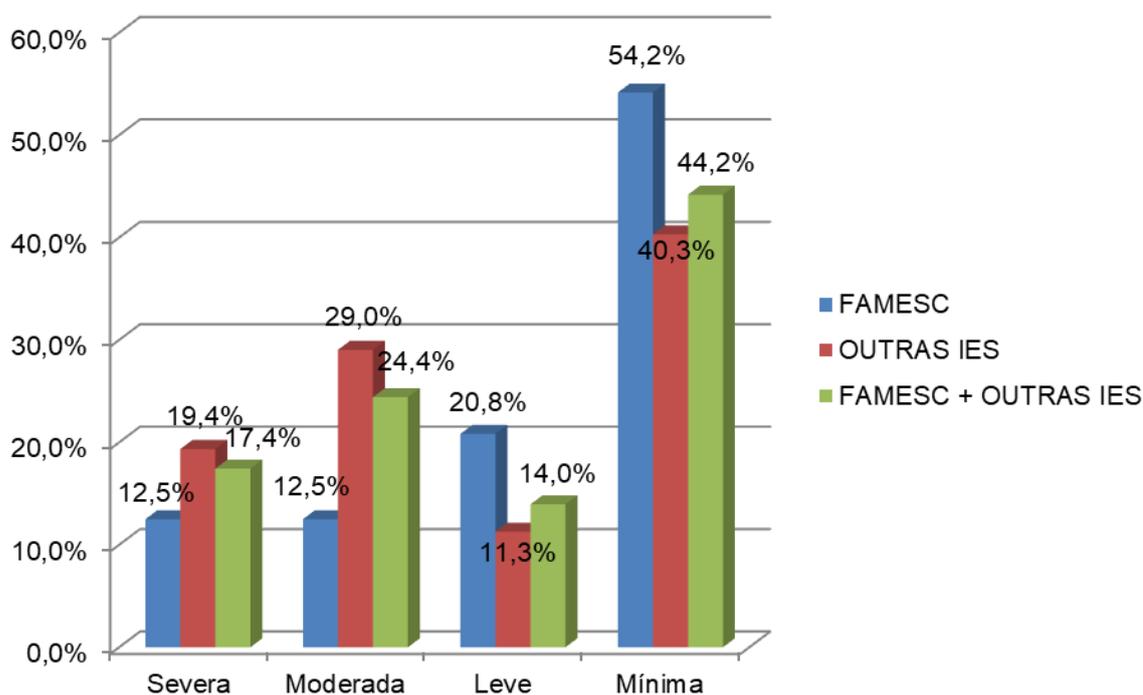


Gráfico 4: Comparativo de resultados

Fonte: Os autores (2018)

A FAMESC ainda obteve a 6^o e 10^o posições entre as maiores pontuações encontradas na pesquisa, conforme descrito na tabela 1.

Tabela 1: Score do somatório dos pontos obtidos pelos entrevistados

	Somatório dos pontos das respostas	IES
1	50	Outras
2	49	FAMESC
3	49	Outras
4	38	Outras
5	38	Outras
6	37	FAMESC
7	37	Outras
8	35	Outras
9	34	Outras
10	33	FAMESC

Fonte: Os autores (2018)

Outro ponto preocupante identificado, foi o feedback pertinente à pergunta sobre desejos suicidas, a qual foi respondida por 15 entrevistados, sendo dois deles estudante da FAMESC. Essas respostas compreenderam a ideação suicida em qualquer aspecto, não

necessariamente o dejeso de sua prática. Entretanto, o item que descrevia: “Eu me mataria se tivesse oportunidade”, foi selecionado por dois estudantes (2,3%).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho teve como objetivo avaliar o sofrimento psicoemocional entre os estudantes do curso de Medicina, incluindo os níveis eminentes de depressão entre eles, além de comparar com os resultados encontrados entre os acadêmicos da FAMESC. Podem ser percebidos altos índices de depressão entre esses alunos e uma alta taxa de ideação suicida entre eles, o que é um fator que deve ser considerado de extrema preocupação.

Esperam-se que os resultados encontrados nesta pesquisa sirvam como alerta e ajuda na orientação pretendidas pelas Instituições de Ensino Superior, para que estas olhem com a devida atenção e preocupação para o tema abordado nesta obra e a partir disto, promover melhores formas de intervenção, que contribuam para o bem-estar de seus discentes. Assim como diversos autores identificaram taxas superiores de suicídio entre os estudantes de Medicina quando comparado às de outras áreas, sua prevenção também é possível, mas consiste em formas de intervenção para diagnóstico e tratamento dos transtornos psicológicos e uma mudança no processo de formação médica que valorize as habilidades sociais e emocionais a fim de contribuir com o bem-estar desses alunos. Medidas de intervenção para aliviar o sofrimento psicoemocional desses indivíduos também devem ser avaliadas pelas IES.

Diferentes caminhos podem ser utilizados para promover a qualidade de vida do estudante de Medicina. Cabe aos educadores a responsabilidade do cuidado no ensino e da prática da relação educador-educando. A IES deve estar preparada para o cuidado, respeito, atenção e ajuda através do desenvolvimento de estratégias que auxiliem seus acadêmicos a lidar com a pressão vivenciada no cotidiano de sua formação, bem como dando suporte psicológico e pedagógico, especialmente àqueles que estejam passando por sofrimento psicoemocional.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGUIAR, Sâmia et al. Prevalência de sintomas de estresse nos estudantes de medicina. *In: J. Bras. Psiquiatr.*, v. 58, n. 1, p. 33-38, 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v58n1/a05v58n1>>. Acesso em: 09 nov. 2018.

ALVES, João Guilherme Bezerra *et al.* Qualidade de vida em estudantes de medicina no início e final do curso: avaliação pelo Whoqo-bref. *In: Rev. Bras. De Educação Médica*, v. 34, n. 1, p. 91-96, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbem/v34n1/a11v34n1.pdf>>. Acesso em: 05 set. 2018.

ALMEIDA, Márcio José et al. Implantação das Diretrizes Curriculares Nacionais na Graduação em Medicina no Paraná. *In: Rev. Bras. De Educação Médica*, v. 31, n. 2, p. 156-165, 2007. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/%0D/rbem/v31n2/05.pdf>>. Acesso em: 09 nov. 2018.

ANDRADE, João Brainer Clares de *et al.* Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina. *In: Rev. Bras. De Educação Médica*, v. 38, n. 2, p. 231-242, 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbem/v38n2/a10v38n2.pdf>>. Acesso em: 05 set. 2018.

BARBOSA, Roberto Ramos et al. **Estudo sobre Estilos de Vida e Níveis de Estresse em Estudantes de Medicina.** 2015. Disponível em: <<http://www.onlineijcs.com/exportar-pdf/426/v28n4a08.pdf>>. Acesso em: 02 abr. 2018.

FIGUEIREDO, Adriana Maria de *et al.* Percepções dos estudantes de medicina da Ufop sobre sua qualidade de vida. *In: Rev. Bras. De Educação Médica*, v. 38, n. 4, p. 435-443, 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbem/v38n4/04.pdf>>. Acesso em: 05 set. 2018.

FIOROTTI, Karoline Pedroti *et al.* Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. *In: J. Bras. Psiquiatr.*, v. 59, n. 1, p. 17-23, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v59n1/v59n1a03>>. Acesso em: 05 set. 2018.

INVENTÁRIO de depressão de Beck: Propriedades psicométricas da versão em português. Disponível em : <https://www.researchgate.net/publication/284700806_Inventario_de_depressao_de_Beck_Propriedades_psicometricas_da_versao_em_portugues>. Acesso em: 02 out. 2018.

MARTINS, Luiz Antonio Nogueira. **Saúde mental do médico e do estudante de medicina.** 1996. Disponível em: <<https://repositorio.observatoriodocuidado.org/bitstream/handle/31/2/ramb.S0104-42302008000100027.pdf>>. Acesso em: 09 nov. 2018.

MORO, Adriana; VALLE, Juliana Barros do; LIMA, Leandro Prates de. Sintomas depressivos nos estudantes de medicina da Universidade da Região de Joinville (SC). *In: Rev. Bras. De Educação Médica*, v. 29, n. 2, p. 97-102, 2005. Disponível em: <http://www.educacaomedica.org.br/UserFiles/File/2005/volume29_2/sintomas_depressivos.pdf>. Acesso em: 05 set. 2018.

MILLAN, Luiz Roberto; ARRUDA, Paulo Corrêa Vaz de. Assistência psicológica ao estudante de medicina: 21 anos de experiência. *In: Rev. Assoc. Med. Bras.*, v. 54, n. 1, p.

90-94, 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ramb/v54n1/27.pdf>>. Acesso em: 05 set. 2018.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. DIRETRIZES CURRICULARES NACIONAIS DO CURSO DE GRADUAÇÃO EM MEDICINA. Disponível em:

<<http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/Med.pdf>>. Acesso em: 09 nov. 2018.

REZENDE, Carlos Henrique Alves de *et al.* Prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de medicina da Universidade Federal de Uberlândia. *In: Rev. Bras. De Educação Médica*, v. 32, n. 3, p. 315-323, 2008. Disponível em:

<<http://www.scielo.br/pdf/rbem/v32n3/v32n3a06>>. Acesso em: 05 set. 2018.

ROCHA, Emmanuelle Santana; SASSI, André Petraglia. Transtornos mentais menores entre estudantes de medicina. *In: Rev. Bras. De Educação Médica*, v. 37, n. 2, p. 210-216, 2013. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v59n1/v59n1a03>>. Acesso em: 05 set. 2018.

TANAKA, Márcia Miki *et al.* Adaptação de Alunos de Medicina em Anos Iniciais da Formação. *In: Rev. Bras. de Educação Médica*, São José do Rio Preto, v. 40, n. 4, p.663-668, 2016. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbem/v40n4/1981-5271-rbem-40-4-0663.pdf>>. Acesso em: 09 nov. 2018.

ZONTA, Ronaldo; ROBLES, Ana Carolina Couto; GROSSEMAN, Suely. Estratégias de Enfrentamento do Estresse Desenvolvidas por Estudantes de Medicina da Universidade Federal de Santa Catarina. *In: Rev. Bras. de Educação Médica*, São José do Rio Preto, v. 30, n. 3, p.147-153, 2006. Disponível em:

<<http://www.scielo.br/pdf/%0D/rbem/v30n3/04.pdf>>. Acesso em: 09 nov. 2018.

SOBRE OS AUTORES:

AUTOR 1: Graduanda do I período do curso de Medicina da Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC) – Unidade Bom Jesus do Itabapoana, caroline_valladao@hotmail.com;

AUTOR 2: Graduanda do I período do curso de Medicina da Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC) – Unidade Bom Jesus do Itabapoana, jcbl.contato@gmail.com

AUTOR 3: Graduanda do I período do curso de Medicina da Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC) – Unidade Bom Jesus do Itabapoana, roanapessanha@yahoo.com.br;

AUTOR 4: Professor orientador: Mestre (2013-2015) e Doutor (2015-2018) em Ciências Jurídicas e Sociais pela Universidade Federal Fluminense. Especialista *Lato Sensu* em Gestão Educacional e Práticas Pedagógicas pela Faculdade Metropolitana São Carlos (FAMESC) (2017-2018). Especialista *Lato Sensu* em Direito Administrativo pela Faculdade de Venda Nova do Imigrante (FAVENI)/Instituto Alfa (2016-2018). Especialista *Lato Sensu* em Direito Ambiental pela Faculdade de Venda Nova do Imigrante (FAVENI)/Instituto Alfa (2016-2018). Especialista *Lato Sensu* em Direito de Família pela Faculdade de Venda Nova do Imigrante (FAVENI)/Instituto Alfa (2016-2018). Especialista *Lato Sensu* em Práticas Processuais Civil, Penal e Trabalhista pelo Centro Universitário São Camilo-ES (2014-2015). E-mail: taua_verdan2@hotmail.com