

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS – PUC GOIÁS
ESCOLA DE CIÊNCIAS MÉDICAS E DA VIDA – ECMV
CURSO DE MEDICINA

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

**FATORES ASSOCIADOS AOS SINTOMAS DE ANSIEDADE, DEPRESSÃO E
ESTRESSE EM ESTUDANTES DE MEDICINA DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19**

ACADÊMICOS: Gustavo Felipe Oliveira Barros
João Bosco Rocha Coimbra Neto

ORIENTADOR: Prof. Dr. Rogério José de Almeida

Goiânia, outubro de 2021

FATORES ASSOCIADOS AOS SINTOMAS DE ANSIEDADE, DEPRESSÃO E ESTRESSE EM ESTUDANTES DE MEDICINA DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

RESUMO

Introdução: O curso de medicina apresenta alta prevalência de transtornos mentais e essa situação é agravada com a pandemia da COVID-19. Assim, o objetivo deste estudo foi analisar os fatores associados aos sintomas de ansiedade, depressão e estresse em estudantes de medicina durante o período pandêmico. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal analítico com abordagem quantitativa. Foram aplicados dois questionários, sendo o primeiro sobre dados sociodemográficos, pessoais e acadêmicos e o segundo a Escala DASS-21. **Resultados:** Investigou-se uma amostra de 274 estudantes de medicina. A maioria dos participantes era do sexo feminino (63,5%) e tinha entre 21 a 25 anos (58,4%). Dos entrevistados, 40,1% raramente encontraram os amigos. A maior parte estava insatisfeita com o rendimento acadêmico (79,9%) e acusou piora na qualidade de vida (54,7%). Em relação aos dados sociodemográficos, foi evidenciada uma incidência muito maior de depressão, ansiedade e estresse em estudantes do sexo feminino ($p < 0,0001$). No que diz respeito aos dados pessoais e clínicos os estudantes que já tinham doença psiquiátrica apresentaram mais comumente ansiedade, estresse e depressão ($p < 0,0001$), também, quem já fazia terapias psicológicas tiveram o mesmo resultado ($p < 0,0001$). Já para os aspectos acadêmicos, no grupo que referiu já ter pensado em abandonar o curso houve maior incidência de depressão, ansiedade e estresse ($p < 0,0001$), bem como quem referiu piora na qualidade de vida durante a pandemia teve depressão, ansiedade e estresse com maior frequência ($p < 0,0001$). **Conclusão:** Este estudo evidenciou aspectos sociodemográficos, pessoais e acadêmicos e, conseqüentemente, os fatores que estiveram associados a maiores níveis de ansiedade, depressão e estresse em estudantes de medicina durante a pandemia da COVID-19. Tendo em vista o impacto da pandemia na saúde mental dos estudantes, é essencial a adoção de medidas e programas específicos que visem a diminuição e prevenção dos transtornos psíquicos no ambiente estudantil. **Palavras-chave:** Covid-19; Educação médica; Estudantes de medicina; Saúde mental.

FACTORS ASSOCIATED WITH ANXIETY, DEPRESSION AND STRESS SYMPTOMS IN MEDICINE STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

ABSTRACT

Introduction: The medical school has a high prevalence of mental disorders and this situation is aggravated by the COVID-19 pandemic. Thus, the aim of this study was to analyze the factors associated with symptoms of anxiety, depression and stress in medical students during the pandemic period. **Methods:** This is an analytical cross-sectional study with a quantitative approach. Two questionnaires were applied, the first on sociodemographic, personal and academic data and the second on the DASS-21 Scale. **Results:** A sample of 274 medical students was investigated. Most participants were female (63.5%) and aged between 21 and 25 years (58.4%). Of those interviewed, 40.1% rarely met friends. Most were dissatisfied with their academic performance (79.9%) and reported a worsening in their quality of life (54.7%). Regarding sociodemographic data, a much higher incidence of depression, anxiety and stress was evidenced in female students ($p < 0.0001$). Considering the personal and clinical data, students who already had psychiatric illness more commonly presented anxiety, stress and depression ($p < 0.0001$), also, those who were already undergoing psychological therapies had the same result ($p < 0.0001$). As for academic aspects, in the group that reported having thought about leaving the course, there was a higher incidence of depression, anxiety and stress ($p < 0.0001$), and those who reported worsening of their quality of life during the pandemic had depression, anxiety and stress more frequently ($p < 0.0001$). **Conclusion:** This study evidenced sociodemographic, personal and academic aspects and, consequently, the factors that were associated with higher levels of anxiety, depression and stress in medical students during the COVID-19 pandemic. In view of the impact of the pandemic on the mental health of students, it is essential to adopt specific measures and programs aimed at reducing and preventing mental disorders in the student environment.

Keywords: Covid-19; Medical education; Medical students; Mental health.

INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) já há tempos consolidou um conceito de saúde amplo e que contempla os aspectos do bem-estar biopsicossocial dos indivíduos. Porém, para o estudante de medicina isso é uma realidade distante, pois o modelo do curso, a cobrança e a carga horária excessiva geram um ambiente que predispõe ao desenvolvimento de transtornos psicológicos (CONCEIÇÃO et al., 2019).

Com o início da pandemia da COVID-19, a educação sofreu mudanças globais. A Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO) estima que são 890 milhões de estudantes afetados em 114 países. No Brasil, o ensino teve que se adaptar a realidade do distanciamento social, para isso foi implementado o ensino remoto como alternativa. Para o curso de medicina não foi diferente, o ensino remoto substituiu a maioria das aulas presenciais, inclusive algumas práticas. Essa nova realidade é de extremo impacto na vida do acadêmico de medicina, visto que o contato com os pacientes é um fator importante na boa formação médica (GOMES et al., 2020).

A pandemia chegou como mais uma problemática para influenciar a saúde mental do estudante de medicina. Isso tudo, em um curso que já apresenta as maiores prevalências de depressão, ansiedade, estresse, consumo de drogas e suicídio dentre todos os outros cursos. Portanto, a pandemia vem como mais um fator de preocupação para a vida desses acadêmicos (NEPONUCENO; SOUZA; NEVES, 2019).

Nesse contexto, tem-se a ansiedade como um transtorno relacionado às preocupações cotidianas do indivíduo, que chegam ao ponto de afetá-lo fisicamente. Situação semelhante ocorre com o estresse, no qual eventos estressores desencadeiam alterações comportamentais e emocionais. Já a depressão é um transtorno que se manifesta com inapetência, humor triste e perda de prazer na realização de atividades diárias (APA, 2014; ESTEVES et al., 2021).

O contexto pandêmico e as medidas adotadas para controle afetam toda a população em várias esferas da vida, como a social, a econômica, a da saúde e, entre elas, de forma significativa, o componente de saúde mental (BARROS et al., 2020). Esse componente sempre esteve afetado entre os estudantes de medicina, agravando-se ainda mais na atual situação de pandemia. Isso porque, com a adoção de medidas como distanciamento e isolamento social e ensino remoto, o acadêmico deparou-se com uma nova rotina repleta de ainda mais desafios. O tempo exacerbado em frente às telas, a falta de contato com colegas e pacientes, a maior compreensão em relação à doença bem como as mudanças na programação acadêmica são fatores que deixam os estudantes ainda mais ansiosos ou deprimidos (PEREIRA et al., 2020; RODRIGUES et al., 2020).

Essa situação gerou e ainda está gerando reflexos preocupantes. Além da exacerbação dos próprios transtornos psíquicos, o estudante de medicina está convivendo com o adoecimento ou morte de familiares e pessoas próximas por conta da COVID-19, com instabilidade financeira e com o adiamento do cronograma acadêmico, o que repercute nos planos do futuro profissional e na

busca pela estabilidade e independência financeira, as quais estão associadas à expectativa de formação universitária (GUNDIM et al., 2020; SILVA et al., 2020).

Dessa forma, nota-se que os transtornos de ansiedade, depressão e estresse, muito presentes entre os estudantes de medicina, requerem uma atenção ainda mais especial devido a atual pandemia da COVID-19. Ações de saúde e de educação mediadas pelas instituições públicas, pautadas na prevenção ou redução de danos são essenciais, com vistas a preservar a saúde mental desses acadêmicos atual e futuramente.

Nesse sentido, o presente estudo teve por objetivo analisar os fatores associados aos sintomas de ansiedade, depressão e estresse em estudantes de medicina durante a pandemia da COVID-19.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal analítico com abordagem quantitativa. Este é um método de pesquisa que se enquadra nos estudos observacionais e tem como finalidade analisar condições de saúde e doenças numa população ou populações num determinado lugar e tempo. Os estudos transversais referem-se a um ponto no tempo ou a um curto intervalo de tempo, sendo que a informação sobre a exposição é coletada simultaneamente à doença, permitindo comparar diferentes subpopulações de exposição relativamente à prevalência de doença. Ao permitir o estudo simultâneo de várias doenças e seus determinantes, o estudo transversal, quando repetido ao longo do tempo, permite também a avaliação da evolução do problema. Como vantagens desse tipo de estudo, destacam-se o baixo custo, o tempo relativamente curto de execução, o amplo potencial descritivo, a simplicidade analítica e a rapidez de coleta associada à facilidade na representatividade de uma população (FRONTEIRA, 2013; SITTA; ARAKAWA; CALDANA, 2010).

A pesquisa foi realizada por meio de questionários aplicados aos estudantes de medicina de todo país. Não envolveu nenhuma universidade em particular, já que toda pesquisa se desenvolveu em formato digital por meio de redes sociais, como WhatsApp, E-mail e Facebook. O link contendo o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e os questionários foi encaminhado pelos pesquisadores a grupos que fazem parte e também a colegas estudantes de medicina de várias partes do país. Foi solicitado aos colegas estudantes de medicina que replicassem esse link em suas redes sociais e e-mails constituindo uma amostragem por “bola de neve” (snow ball).

Para que a pesquisa fosse realizada ainda em um momento de pandemia com a utilização de aulas remotas, optou-se que a coleta de dados fosse realizada entre os dias 01 e 11 de dezembro de 2020, ou seja, final de semestre em uma experiência totalmente nova com aulas remotas e em isolamento social.

Crítérios de inclusão: discentes de medicina, com idade igual ou maior que 18 anos e que cursaram medicina durante a pandemia causada pela COVID-19. Crítérios de exclusão: discentes

que não estavam frequentando o curso e que não responderam a todas as questões dos questionários.

Para o desenvolvimento da pesquisa foram utilizados dois instrumentos de pesquisa. O primeiro foi um questionário sociodemográfico, pessoal e acadêmico criado pelos pesquisadores com variáveis de interesse para a pesquisa e que, pela literatura científica, se relacionam o fenômeno investigado.

O segundo instrumento foi a Escala de Ansiedade, Depressão e Estresse (DASS-21), que avalia o estado geral de humor da pessoa medindo estados depressivos, ansiosos e de estresse. Foi desenvolvido na Universidade de New South Wales no ano de 1995 por Lobivond e Lobivond, sendo adaptado e validado no Brasil por Machado e Bandeira em 2013. Originalmente, a DASS foi desenvolvida em língua inglesa com 42 itens distribuídos em três fatores, no entanto, a versão reduzida da DASS com 21 itens é mais utilizada (PATIAS et al., 2016).

No Brasil, a DASS-21 já foi utilizada para avaliar indivíduos adultos, idosos e adolescentes, respectivamente, a fim de investigar a validade e confiabilidade da escala (PATIAS et al., 2016; VIGNOLA; TUCCI, 2014). Outro aspecto que pode ser destacado no que tange à utilização da DASS-21 é sua aplicabilidade em estudantes universitários, haja vista que essa população é apontada como suscetível a estados emocionais aversivos (MARTINS et al., 2019).

A DASS-21 possui seus itens divididos em três fatores (Itens Depressão: 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21; Ansiedade: 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20; Estresse: 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18). As respostas são dadas em uma escala Likert de 4 pontos (0=não se aplicou a mim, 1= aplicou-se a mim um pouco ou durante parte do tempo, 2= aplicou-se bastante a mim ou durante uma boa parte do tempo, 3 = aplicou-se muito a mim ou a maior parte do tempo). Os escores para depressão, ansiedade e estresse são calculados como a soma dos escores para os sete itens relevantes variando entre 0 e 21. Maiores escores indicam maior predisposição para os sintomas de depressão, ansiedade e estresse (MARTINS et al., 2019).

Com os dados coletados foi confeccionado um banco de dados utilizando o software IBM SPSS Statistics 18. Posteriormente, foi realizada estatística descritiva com o cálculo das frequências absoluta e relativa percentual, bem como do desvio padrão. Na sequência foi aplicado teste de normalidade (Kolmogorov-Smirnov) para distinguir as distribuições paramétricas e não-paramétricas, com o intuito de comparação dos resultados do questionário estratificado pelas variáveis sociodemográficas. Foram utilizados, para as distribuições paramétricas, os testes t de Student e ANOVA e para as distribuições não-paramétricas os testes Mann-Whitney e Kruskal-Wallis. Para todos os testes comparativos será assumido p-valor menor ou igual a 0,05 como significativo.

Antes de iniciar a coleta de dados, o presente trabalho foi encaminhado ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC Goiás), obtendo sua aprovação com o parecer n. 4.423.451 em 26 de novembro de 2020.

RESULTADOS

A pesquisa investigou uma amostra de 274 estudantes de medicina, dos quais 174 (63,5%) eram do sexo feminino e 100 (36,5%) do sexo masculino. A maioria dos participantes estava na faixa etária entre 21 a 25 anos (58,4%), estavam solteiros (56,9%), afirmaram ter um envolvimento religioso fraco (54,4%) e estavam morando com os familiares (75,9%) (Tabela 1).

Tabela 1. Caracterização dos aspectos sociodemográficos dos 274 estudantes de medicina, Goiânia, Goiás, Brasil, 2020.

Variável (N=274)	<i>n</i>	<i>f</i> (%)
Sexo		
Feminino	174	63,5
Masculino	100	36,5
Idade		
18 a 20 anos	94	34,3
21 a 25 anos	160	58,4
26 a 30 anos	16	5,8
Mais que 30 anos	4	1,5
Período/Módulo		
1º até 4º	123	44,9
5º até 8º	109	39,8
9º até 12º	42	15,3
Estado Civil		
Solteiro(a)	156	56,9
Solteiro(a)/Namorando	112	40,9
Casado(a)	6	2,2
Envolvimento Religioso		
Nenhum	28	10,2
Fraco	149	54,4
Forte	63	23,0
Não tenho religião	34	12,4
Com Quem Mora		
Sozinho(a)	49	17,9
Amigos	17	6,2
Familiares	208	75,9

No que se refere à caracterização dos aspectos pessoais e acadêmicos, identificou-se que os entrevistados raramente encontraram os amigos (40,1%). No que tange ao sono dos estudantes, observou-se que 24,8% referiram insônia e 42,7% afirmaram dormir menos de 7 horas por noite. A grande maioria dos participantes consome bebida alcoólica (73,4%) (Tabela 2).

Observou-se que 23,7% dos participantes afirmaram ter alguma doença psiquiátrica e 33,9% faziam terapia. Dos participantes, 79,9% não estavam satisfeitos com o rendimento e 31,4% pensaram em abandonar o curso. Em relação à qualidade de vida, mais da metade dos participantes (54,7%) acusaram piora (Tabela 2).

Tabela 2. Caracterização dos aspectos pessoais e acadêmicos dos 274 estudantes de medicina, Goiânia, Goiás, Brasil, 2020.

Variável (N=274)	n	f(%)
Faz Atividade Extracurricular		
Sim	224	81,8
Não	50	18,2
Encontro com Amigos		
Não encontrei	20	7,3
Raramente	110	40,1
Às vezes	90	32,8
Frequentemente	54	19,7
Praticou Atividade Física		
Não pratiquei	23	8,4
Raramente	48	17,5
Às vezes	72	26,3
Frequentemente	131	47,8
Doença Crônica		
Sim	21	7,7
Não	253	92,3
Doença Psiquiátrica		
Sim	65	23,7
Não	209	76,3
Terapia Psiquiátrica		
Sim	93	33,9
Não	181	66,1
Insônia		
Sim	68	24,8
Não	206	75,2
Horas de Sono/Noite		
Menos de 7 horas	116	42,3
Entre 7 e 9 horas	153	55,8
Mais de 9 horas	5	1,8
Etilista		
Sim	201	73,4
Não	73	26,6
Tabagista		
Sim	20	7,3
Não	254	92,7
Satisfeito com Rendimento Acadêmico		
Sim	55	20,1
Não	219	79,9
Pensou Abandonar o Curso		
Sim	86	31,4
Não	188	68,6
Realizar Outras Atividades		
Sim	216	78,8
Não	58	21,2
Qualidade de Vida Piorou		
Sim	150	54,7
Não	124	45,3

Na comparação dos dados sociodemográficos com os escores da escala DASS–21, foi observado que as estudantes de medicina do sexo feminino apresentaram maiores escores para depressão ($p<0,0001$), ansiedade ($p<0,0001$) e estresse ($p<0,0001$) em relação aos estudantes do sexo masculino (Tabela 3).

Tabela 3. Comparação dos aspectos sociodemográficos com os níveis da condição de saúde mental dos 274 estudantes de medicina, Goiânia, Goiás, Brasil, 2020.

Variável (N=274)	Depressão			Ansiedade			Estresse		
	Média	DP	p-valor	Média	DP	p-valor	Média	DP	p-valor
Sexo									
Feminino	7,7	5,1		6,5	4,9		10,8	4,7	
Masculino	4,9	4,4	<0,0001	3,3	3,4	<0,0001*	7,0	4,8	<0,0001
Idade									
18 a 20 anos	6,2	4,9		5,6	4,7		9,3	5,3	
21 a 25 anos	7,1	5,1		5,1	4,7		9,4	4,9	
Mais de 25 anos	6,2	5,5	0,3200	5,7	4,4	0,6496	9,7	4,7	0,9405
Período/Módulo									
1º até 4º	6,6	5,5		5,7	5,0		9,5	5,2	
5º até 8º	6,9	4,8		5,1	4,5		9,3	4,8	
9º até 12º	6,4	4,5	0,8005	4,7	4,2	0,5394	9,4	5,3	0,9414
Estado Civil									
Solteiro(a)	6,7	4,8		4,7	3,8		9,0	4,8	
Solteiro(a)/Namorando	6,6	5,4		6,0	5,6		9,8	5,3	
Casado(a)	9,5	4,7	0,6068	7,7	5,1	0,3274	13,3	5,6	0,0698
Envolvimento Religioso									
Nenhum	7,2	5,4		5,2	4,0		9,4	4,8	
Fraco	6,8	5,1		5,6	4,8		9,3	5,2	
Forte	5,9	4,4		4,6	3,9		9,0	4,7	
Não tenho religião	7,5	5,7	0,5872	5,4	5,8	0,7547*	10,3	5,3	0,7119
Com Quem Mora									
Sozinho(a)	6,9	4,8		4,8	4,0		8,2	5,0	
Amigos	7,3	5,3		6,0	5,3		9,4	6,0	
Familiares	6,6	5,1	0,8313	5,4	4,8	0,5930	9,7	5,0	0,1825

Na comparação dos aspectos pessoais e acadêmicos com os escores da escala DASS-21, identificou-se que maiores escores em relação à depressão foram encontrados nas seguintes variáveis: não encontrar com os amigos ($p=0,0485$), não praticar atividade física ($p=0,0103$), ter doença psiquiátrica diagnosticada ($p<0,0001$), fazer terapia psiquiátrica/psicológica ($p=0,0001$), ter insônia ($p=0,0004$), dormir mais de 9 horas por noite ($p=0,0398$), insatisfação com rendimento acadêmico ($p=0,0136$), ter pensado em abandonar o curso ($p<0,0001$), não realizar outras atividades durante o curso ($p=0,0005$) e quem relatou piora na qualidade de vida durante a pandemia ($p<0,0001$) (Tabela 4).

Em relação aos sintomas de ansiedade foram encontrados maiores escores nas seguintes variáveis: não realizar atividades extracurriculares ($p=0,0056$), ter doença psiquiátrica diagnosticada ($p<0,0001$), estar fazendo terapia psiquiátrica/psicológica ($p<0,0001$), ter insônia ($p<0,0001$), dormir mais de 9 horas por noite ($p=0,0084$), ter pensado em abandonar o curso ($p<0,0001$), não realizar

outras atividades durante o curso ($p=0,0064$) e ter referido redução na qualidade de vida após a pandemia ($p<0,0001$) (Tabela 4).

Já no que se refere aos sintomas de estresse, maiores escores foram identificados nas seguintes variáveis: não realizar atividades extracurriculares ($p=0,0009$), ter doença psiquiátrica ($p<0,0001$), estar fazendo terapia psiquiátrica/psicológica ($p<0,0001$), ter insônia ($p<0,0001$), ter pensado em abandonar o curso ($p<0,0001$), não realizar outras atividades durante o curso ($p=0,0197$) e aqueles que afirmaram ter tido redução na qualidade de vida após a pandemia ($p<0,0001$) (Tabela 4).

Tabela 4. Comparação dos aspectos pessoais e acadêmicos com os níveis da condição de saúde mental dos 274 estudantes de medicina, Goiânia, Goiás, Brasil, 2020.

Variável (N=274)	Depressão			Ansiedade			Estresse		
	Média	DP	p-valor	Média	DP	p-valor	Média	DP	p-valor
Atividade Extracurricular									
Sim	6,5	4,8		4,9	4,4		8,9	4,8	
Não	7,8	5,8	0,1035	7,0	5,4	0,0056	11,6	5,4	0,0009
Encontro com Amigos									
Não encontrei	9,6	5,1		6,6	6,5		11,8	6,5	
Raramente	6,8	5,3		5,5	4,5		9,3	5,3	
Às vezes	6,3	5,0		5,1	4,9		9,1	4,7	
Frequentemente	6,1	4,5	0,0485	4,7	3,9	0,6416*	9,1	4,2	0,1736
Praticou Atividade Física									
Não pratiquei	9,4	5,2		6,4	4,4		10,1	4,3	
Raramente	7,6	5,3		5,6	4,6		9,3	4,9	
Às vezes	6,6	5,6		5,6	5,1		9,4	5,4	
Frequentemente	5,9	4,4	0,0103	4,9	4,5	0,5942	9,3	5,1	0,9054
Doença Crônica									
Sim	6,5	5,4		5,7	4,5		10,6	5,4	
Não	6,7	5,0	0,8300	5,3	4,7	0,6869	9,3	5,0	0,2503
Doença Psiquiátrica									
Sim	9,5	5,6		8,1	4,9		12,0	5,0	
Não	5,8	4,5	<0,0001*	4,5	4,3	<0,0001	8,6	4,8	<0,0001
Terapia Psiquiátrica									
Sim	8,5	5,5		7,3	5,2		11,5	4,9	
Não	5,8	4,6	0,0001*	4,3	4,1	<0,0001*	8,3	4,7	<0,0001
Insônia									
Sim	8,6	5,3		8,6	4,7		12,0	4,5	
Não	6,1	4,8	0,0004	4,2	4,2	<0,0001	8,5	4,9	<0,0001
Horas de Sono/Noite									
Menos de 7 horas	7,4	5,7		6,0	5,0		9,5	4,8	
Entre 7 e 9 horas	6,0	4,2		4,7	4,3		9,1	5,1	
Mais de 9 horas	12,4	6,8	0,0398*	9,4	5,4	0,0084	14,4	6,7	0,0650
Etilista									
Sim	6,7	5,2		5,4	4,7		9,3	5,0	
Não	6,7	4,7	0,9266	5,2	4,5	0,8118	9,8	5,1	0,4670
Tabagista									
Sim	8,0	5,7		4,6	4,5		9,5	4,0	
Não	6,6	5,0	0,2538	5,4	4,7	0,4777	9,4	5,1	0,9253
Satisfeito com Rendimento									
Sim	5,1	4,1		4,5	4,0		9,2	5,5	
Não	7,1	5,2	0,0136*	5,5	4,8	0,1626	9,4	4,9	0,7686
Pensou Abandonar o Curso									
Sim	9,1	5,4		7,2	5,2		12,2	4,7	
Não	5,6	4,5	<0,0001*	4,4	4,1	<0,0001*	8,1	4,7	<0,0001
Realizar Outras Atividades									
Sim	6,2	4,9		4,9	4,6		9,0	5,1	
Não	8,8	5,0	0,0005	6,8	4,8	0,0064	10,8	4,5	0,0197
QV Piorou									
Sim	8,0	5,1		6,4	4,9		10,7	5,0	
Não	5,1	4,5	<0,0001	4,0	4,1	<0,0001*	7,9	4,7	<0,0001

DISCUSSÃO

Diante dos resultados apresentados, este estudo evidenciou um perfil de estudante de medicina em que a maioria era do sexo feminino, na faixa etária dos 21 a 25 anos e solteiras. Esse cenário reflete a maior inserção das mulheres no curso de medicina, processo que se iniciou na década de 1970 e foi acompanhado por conquistas de mais liberdade e autonomia do sexo feminino em várias esferas (PEREIRA et al., 2021). O processo de feminização do curso de medicina fica evidenciado ao se comparar dados atuais com de anos anteriores: em 1970, o curso de medicina tinha 11% de mulheres, de modo que em 1980 e 1990, esses números foram para 22% e 33%, respectivamente, e, em 2020, já atingiu a marca de 47,5% de mulheres ingressantes (HERNANDES; VIEIRA, 2020).

Identifica-se não só o aumento de mulheres no curso de medicina, mas como na área da saúde em geral. No cenário pandêmico constata-se que em torno 70% das equipes mundiais de saúde são compostas por mulheres, as quais têm representantes em cargos de diversas complexidades (HERNANDES; VIEIRA, 2020). Esse cenário evidencia o enorme avanço e conquistas do sexo feminino em um mercado de trabalho antes dominado pelos homens. Todavia, traz à tona a importância da preservação da saúde mental, haja vista que o contexto assistencialista do cuidado ao paciente demanda muito esforço do profissional da saúde, o qual enfrenta carga horária de trabalho extenuante e pressão por ter que lidar com a vida do outro, fatores bastante potencializados durante a pandemia (ESTEVES; LEÃO; ALVES, 2019; HERNANDES; VIEIRA, 2020; LIMA; FARAH; BUSTAMANTE-TEIXEIRA, 2020).

Outro ponto relevante deste estudo foi a idade, sendo maior a prevalência de estudantes na faixa etária dos 21 a 25 anos. Esse achado está de acordo com o estudo “Demografia médica no Brasil 2018”, o qual evidencia o rejuvenescimento da medicina no Brasil, com a média de idade dos profissionais decrescendo ao longo dos anos. Essa tendência está relacionada a abertura recente de novos cursos médicos e ao aumento do ingresso de profissionais mais jovens no mercado de trabalho (REGO et al., 2018).

No que se refere à caracterização dos aspectos pessoais e acadêmicos dos estudantes, identificou-se que a maior parte deles raramente encontrou os amigos durante a pandemia, estava insatisfeita com o rendimento acadêmico e acusou piora na qualidade de vida no período pandêmico. Com a pandemia houve a necessidade do distanciamento social, que por sua vez alterou bastante o cotidiano das pessoas (NAKATA; BERTOIA, 2021).

A permanência em casa para trabalhar ou estudar pode gerar uma sobrecarga nas pessoas, adicionado a essa realidade tem-se a impossibilidade de realizar diversas atividades recreativas fora do ambiente domiciliar (NAKATA; BERTOIA, 2021). Os estudantes de medicina possuem mais fatores que podem provocar uma alteração na qualidade de vida, dentre elas estão: contato mais próximo com a morte, medo de contaminar pessoas próximas e até mesmo as incertezas sobre o ano letivo (FELIPPE et al., 2021).

Na comparação dos dados sociodemográficos com a escala DASS-21, este estudo evidenciou uma predominância dos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes de medicina do sexo feminino, o que é condizente com achados de vários outros estudos (CARDOSO et al., 2021; COSTA et al., 2020; MARTINS et al., 2019). As mulheres, no geral, são mais acometidas pelas desordens de depressão e ansiedade em comparação aos homens, bem como há uma maior prevalência de casos de depressão no sexo feminino (MARTINS et al., 2019). Esse padrão também é observado no curso de medicina e está relacionado ao fato de as mulheres serem mais vulneráveis a esses sintomas, o que está ligado a maior clareza para expressá-los, às alterações hormonais do próprio sexo feminino e maior envolvimento empático com os pacientes (CARDOSO et al., 2021; COSTA et al., 2020).

No que se refere ao estresse, nota-se que o sexo feminino também possui maior predisposição a esse transtorno em comparação ao sexo oposto, o que está associado aos mesmos fatores que predispõem maiores sintomas de depressão e ansiedade (MACHADO et al., 2020). Neste estudo, evidenciou-se maior associação ao estresse para as acadêmicas de medicina, o que está em conformidade com achados de outros estudos que abordaram essa temática (KAM et al., 2019; SILVA et al., 2020).

Sabe-se que o estresse é caracterizado por uma resposta multifatorial, podendo acometer o estudante tanto na dimensão física, emocional e social. Prejuízo na aprendizagem e na memória e sintomas como cefaleia, sudorese e alterações gastrintestinais são alguns dos fatores que apontam para a necessidade de estratégias que busquem amenizar o estresse entre os estudantes de medicina, principalmente em relação ao sexo feminino (COSTA et al., 2020; MENDES; DIAS, 2021).

O isolamento social, apesar de ser necessário, causou diversos impactos negativos na vida cotidiana e na saúde mental da população. Um desses impactos foi a redução do contato das pessoas com seu círculo social. Diante disso, problemas como a frustração e o tédio ficam maiores nesses estudantes de medicina, o que predispõem ainda mais à deterioração da saúde mental (STURZA; TONEL, 2020).

No que se refere à prática de atividade física, observou-se neste estudo que os estudantes sedentários apresentaram maior associação aos sintomas de depressão, o que é corroborado por outros estudos (AZEVEDO et al., 2021; MAIA et al., 2020). O tratamento para o transtorno depressivo consiste em psicoterapia, administração de medicamentos e/ou mudanças no estilo de vida. A atividade física enquadra-se nesse último item, aliviando sintomas de depressão por mecanismos envolvendo o eixo hipotálamo-hipófise, com liberação de hormônios como a endorfina, responsável pelas sensações de bem-estar do indivíduo, além de oferecer efeito protetor àqueles indivíduos geneticamente propensos a desenvolverem transtornos mentais (MAXIMIANO et al., 2020). Em países como Suécia e Canadá, a atividade física está incluída nos *guidelines* como tratamento complementar da depressão, sendo, portanto, um fator de proteção e que deve ser estimulado entre os estudantes de medicina (CARNEIRO et al., 2018).

As doenças psiquiátricas associadas à demais vulnerabilidades da vida cotidiana, principalmente depois da pandemia da COVID-19, são um importante fator que causa maior ocorrência de depressão entre os estudantes que relataram doenças psiquiátricas prévias e fazer terapia. O estresse é um importante fator que causa o esgotamento psíquico desses estudantes, consequentemente maior suscetibilidade à depressão (COSTA et al., 2020).

Conforme os resultados apresentados, verificou-se que a insônia se destacou como um fator predisponente a maiores sintomas de depressão, ansiedade e estresse para os acadêmicos de medicina. O sono é uma função biológica essencial ao ser humano, desempenhando ampla importância nos processos cognitivos e na saúde física e mental, tendo como duração adequada de 7 a 8 horas por noite (VAZ et al., 2020). Entretanto, observa-se uma realidade diferente entre os estudantes de medicina, em que as exigências do próprio curso prejudicam as horas e a qualidade do sono (DUTRA et al., 2021). Esse fato leva a uma exacerbação dos sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre os acadêmicos, tal como observado neste e em outros estudos (FELIPPE et al., 2021; NOGUEIRA et al., 2021).

Em contrapartida, este estudo evidenciou que dormir muito foi um fator predisponente a maiores sintomas de depressão e ansiedade entre os alunos de medicina. Com o fechamento das universidades e a adoção do ensino remoto, bem como a aplicação de medidas de isolamento social, o estudante passou a ficar mais tempo em casa, não precisando se deslocar até a universidade ou hospital, o que permitiu maiores horas de sono (ARAGÃO et al., 2021). Contudo, notou-se que dormir mais de 9 horas por noite aumenta a tendência a desenvolver sintomas de depressão e ansiedade. Tal como descrito em um estudo sobre a mudança comportamental da população durante a pandemia da COVID-19, 67% dos entrevistados acusaram modificação na rotina do sono, o que influenciou no aparecimento de distúrbios mentais (BEZERRA et al., 2020).

A insatisfação com o rendimento acadêmico gera um quadro de angústia e preocupação no estudante. Tal quadro tende a piorar a saúde mental e a começar a ter pensamentos de abandonar o curso. Essa problemática situação acaba piorando ainda mais o rendimento acadêmico, quanto mais esse estudante deteriora sua saúde mental. Dessa maneira, ficando extremamente vulnerável a quadros depressivos (MACHADO et al., 2020; MENDES; DIAS, 2021).

O distanciamento social foi a medida mais eficaz para conter a propagação do vírus, todavia, teve repercussões clínicas e comportamentais, de modo que o menor contato interpessoal teve repercussões na saúde mental de toda a população, inclusive nos estudantes de medicina (BARROS et al., 2020; MALTA et al., 2020).

CONCLUSÃO

O presente estudo identificou diversos fatores associados a sintomas de depressão, estresse e ansiedade em estudantes de medicina durante a pandemia da COVID-19. Os fatores associados à depressão foram: sexo feminino, não encontrar amigos, não praticar atividades físicas, ter doença psiquiátrica, fazer terapia psiquiátrica/psicológica, ter insônia, dormir mais de 9 horas, estar insatisfeito com rendimento acadêmico, pensar em abandonar o curso, não realizar atividades fora da universidade e uma percepção ruim da qualidade de vida. Os fatores associados à ansiedade foram: sexo feminino, não realizar atividades extracurriculares, ter doença psiquiátrica, fazer terapia psiquiátrica/psicológica, ter insônia, dormir mais de 9 horas, pensar em abandonar o curso, não realizar atividades fora da universidade e uma percepção ruim da qualidade de vida. Já os fatores associados ao estresse foram: sexo feminino, não realizar atividades extracurriculares, ter doença psiquiátrica, fazer terapia psiquiátrica/psicológica, ter insônia, pensar em abandonar o curso, não realizar atividades fora da universidade e uma percepção ruim da qualidade de vida.

Abordar a saúde mental dos estudantes de medicina é uma questão fundamental, haja vista a maior prevalência de transtornos psíquicos no campo da educação médica. Essa abordagem faz-se ainda mais necessária ao se associar a pandemia da COVID-19 como fator agravante. Como consequência, o acadêmico de medicina passou a enfrentar novos desafios, como o ensino remoto, a falta de contato com colegas e pacientes, a convivência com o adoecimento ou morte de familiares e pessoas próximas, bem como o adiamento do cronograma acadêmico e as incertezas em relação ao futuro universitário. Esse cenário favoreceu o aumento de sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre os alunos de medicina, evidenciando uma questão de saúde pública.

Os resultados encontrados nesta pesquisa podem auxiliar na delimitação de um perfil de estudante de medicina que tem mais risco de desenvolver sintomas de depressão, ansiedade e/ou estresse. A partir dos fatores associados identificados neste estudo, poderão ser elaboradas medidas que visem a diminuição e prevenção dos transtornos psíquicos no ambiente estudantil. É de suma importância que as instituições acadêmicas desenvolvam programas e ações de suporte específicas voltados para a preservação da saúde mental do estudante de medicina, de modo a diminuir o impacto gerado pela pandemia da COVID-19.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAGÃO, J. A. et. al. Ansiedade, depressão e outros transtornos mentais no estudante de medicina durante a pandemia da COVID-19. **Saúde em foco: doenças emergentes e reemergentes**. p. 15–30. 2021

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. Porto Alegre: Artmed, 2014

AZEVEDO, L. G. et. al. Prevalência de ansiedade e depressão, nível de atividade física e qualidade de vida em estudantes universitários da área de saúde. **Revista Científica UNIFAGOC-Multidisciplinar**, v. 5, n. 1, 2021.

- BARROS, M. B. et. al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. **Epidemiologia e serviços de saúde : revista do Sistema Unico de Saude do Brasil**, v. 29, n. 4, p. e2020427, 2020.
- BEZERRA, A. C. V. et. al. Factors associated with people's behavior in social isolation during the covid-19 pandemic. **Ciencia e Saude Coletiva**, v. 25, p. 2411–2421, 2020.
- CARDOSO, Y. S. et. al. Levantamento de sintomas depressivos e ansiosos entre estudantes de medicina de uma universidade brasileira. **Revista de Medicina**, v. 100, n. 3, p. 204–211, 2021.
- CARNEIRO, L. S. R. S. F. et al. Portuguese and Brazilian guidelines for the treatment of depression: Exercise as medicine. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 40, n. 2, p. 210–211, 2018.
- CONCEIÇÃO, L. S. et al. Saúde mental dos estudantes de medicina brasileiros: uma revisão sistemática da literatura. **Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior**, v. 24, n. 3, p. 785–802, 2019.
- COSTA, D. S. et al. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes de medicina e estratégias institucionais de enfrentamento. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. 1, p. 1–10, 2020.
- DUTRA, L. L. et. al. Avaliação do Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh em estudantes de Medicina: Uma revisão integrativa da literatura. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 8, p. e52410817530, 2021.
- ESTEVES, C. S. et al. Avaliação de sintomas depressivos em estudantes durante a pandemia do COVID-19. **Revista Família, Ciclos Vida e Saúde no Context Social**, v. 9, n. 1, p. 9-17, 2021.
- ESTEVES, G. G. L.; LEÃO A. A. M.; ALVES. E. O. Fadiga e Estresse como preditores do Burnout em Profissionais da Saúde. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, v. 19, n. 3, p. 695–702, 2019.
- FELIPPE, T. O. et. al. O estresse do estudante de Medicina durante a pandemia de COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 9, p. 58. 2021.
- FRONTEIRA, I. Observational studies in the era of evidence based medicine: short review on their relevance, taxonomy and designs. **Acta medica portuguesa**, v. 26, n. 2, p. 161–70, 2013.
- GOMES, V. T. S. et al. A pandemia da Covid-19: repercussões do ensino remoto na formação médica. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. 4, e114, 2020.
- GUNDIM, V. A. et. al. Saúde Mental de Estudantes Universitários Durante a Pandemia de Covid-19. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 35, p. 1–14, 2020.
- HERNANDES, L. C.; VIEIRA, L. A guerra tem rosto de mulher: trabalhadoras da saúde no enfrentamento à Covid-19. **ANESP**. 2021.
- KAM, S. X. L. et. al. Estresse em Estudantes ao longo da Graduação Médica. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 43, n. 1 suppl 1, p. 246–253, 2019.
- LEÃO, A. M. 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, 2018.

- LIMA, A. S.; FARAH, B. F.; BUSTAMANTE-TEIXEIRA, M. T. Análise da prevalência da Síndrome de Burnout em profissionais da atenção primária em saúde. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 16, n. 1, p. 283–304, 2017.
- LIMA, R. C. Covid-19 no Brasil: impactos na saúde mental. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 30, n. 2, p. 10, 2020.
- MACHADO, J. N. et. al. Fatores associados aos níveis de estresse percebido em estudantes internos de um curso de medicina. **Revista Brasileira Militar de Ciência**, v. 6, n. 16, 30 Nov 2020.
- MAIA, B.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia**, v. 37, p. 1–8, 2020.
- MALTA, D. C. et. al. Distanciamento social, sentimento de tristeza e estilos de vida da população brasileira durante a pandemia de Covid-19. **Saúde em Debate**, v. 44, n. spe4, p. 177–190, 2020.
- MARTINS, B. G. et al. Depression, anxiety, and stress scale: Psychometric properties and affectivity prevalence. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 68, n. 1, p. 32–41, 2019.
- MAXIMIANO, V. S. et. al. Physical activity level, depression, and anxiety of undergraduate students in Physical Education. **Motricidade**, v. 16, n. S1, p. 104–112, 24 Dez 2020.
- MENDES, T. C.; DIAS, A. C. P. Sintomas de depressão, ansiedade, estresse e fatores associados em estudantes de medicina brasileiros: revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 4, p. e14910414033, 2021.
- MEO, S. A. et al. Covid-19 pandemic: impact of quarantine on medical students' mental wellbeing and learning behaviors. **Pakistan Journal of Medical Sciences**, v. 36, n. COVID19-S4, p. S43–S48, 2020.
- NAKATA, L. E.; BERTOIA N. Mudanças de hábitos e qualidade de vida durante a quarentena de acordo com os diferentes grupos geracionais. **Estudos e negócios acadêmicos**. n. 2010, p. 57–68, 2021.
- NEPONUCENO, H. J.; SOUZA, B. D.; NEVES, N. M. B. C. Transtornos mentais comuns em estudantes de medicina. **Rev Bioética**, v. 27, n. 3, p. 465-70, 2019.
- NOGUEIRA, É. 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, 2021.
- PATIAS, N. D. et. al. Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21): Adaptação e validação para adolescentes brasileiros. **Psico-USF**, v. 21, p. 459-469, 2016.
- PEREIRA, M. D. et al. A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 9, 2020.
- PEREIRA, M. G. et. al. Saúde mental de mulheres profissionais de saúde no Brasil: uma revisão narrativa. **Saúde mental e suas interações: rompendo paradigmas**. 24-29. 2021.
- REGO, R. M. et. al. O perfil atual do estudante de Medicina e sua repercussão na vivência do curso. **Pará Research Medical Journal**, v. 2, n. 1–4, 2018.
- RODRIGUES, B. B. et al. Aprendendo com o Imprevisível: Saúde Mental dos Universitários e Educação Médica na Pandemia de COVID-19. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v.44, p. 8-12, 2020.

SILVA, R. A. et. al. Avaliação do estresse em estudantes de medicina de uma universidade particular de São Paulo. **Revista Extensão**, v. 4, n. 1, p. 17-27, 2020.

SITTA, É. I.; ARAKAWA, A. M.; CALDANA, M. L. Contribution of cross-section studies in the language area with focus on aphasia. **Revista CEFAC**, v. 12, n. 6, p. 1059–66, 2010.

STURZA, J. M.; TONEL, R. Os Desafios Impostos Pela Pandemia Covid-19: Das Medidas De Proteção Do Direito À Saúde Aos Impactos Na Saúde Mental. **Rev Opinião Jurídica**. 2020;18(29):1.

VAZ, A. L. L. et. al. Fatores Associados aos Níveis de Fadiga e Sonolência Excessiva Diurna em Estudantes do Internato de um Curso de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. 1, 2020.

VIGNOLA, R. C. B.; TUCCI, A. M. Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese. **Journal of affective disorders**, v. 155, p. 104-109, 2014.