

SAÚDE MENTAL DOS ACADÊMICOS DE MEDICINA DO CICLO BÁSICO DA UNIVERSIDADE REGIONAL DE BLUMENAU

MENTAL HEALTH OF MEDICAL STUDENTS IN THE BASIC CYCLE AT THE REGIONAL UNIVERSITY OF BLUMENAU

Souza, D.L.¹, Derlam, A.J.¹, Wiggers, B.¹, Santos, G.¹, Valente, C.²

¹Universidade Regional de Blumenau (FURB), Curso de Medicina, Blumenau, SC, Brasil.

²Universidade Regional de Blumenau (FURB), Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, Blumenau, SC, Brasil.

Autor correspondente: Caroline Valente

Contato: Rua São Paulo, 2171 – Itoupava Seca, Blumenau – SC

CEP: 89030-001. E-mail: carolvalente11@gmail.com

Histórico | Submissão: 20/08/2024; Revisões: 10/09/2024; Aprovação: 12/02/2025.

Resumo

O curso de Medicina da Universidade Regional de Blumenau passou por mudanças em sua grade curricular em 2019, modificando a distribuição de disciplinas e acrescentando a Integração Básico-Clinica. Assim, o novo currículo utiliza uma combinação de Metodologia Tradicional com Ativa, uma novidade aos acadêmicos, que muitas vezes estão acostumados apenas ao método clássico de ensino. Tal fato, atrelado à pandemia vivenciada globalmente, pode ser considerado como um estressor dos acadêmicos de medicina. Deste modo, a pesquisa objetivou buscar conhecimento dos índices de estresse, depressão e ansiedade nos discentes do ciclo básico. Trata-se de um estudo transversal, que utilizou a *Depression, Anxiety and Stress Scales* (DASS-21) a fim de analisar os efeitos com a mudança curricular. A análise dos dados coletados demonstrou que a busca por acompanhamento psicológico não foi prevalente durante o período, enquanto a prática de atividade física esteve presente na rotina de mais de 70% dos acadêmicos. Ademais, a quantidade de horas diárias extras destinada a estudos esteve no intervalo de 2 a 4 horas. A junção destes fatores pode ter sido a responsável pelos índices das variáveis estarem sem alterações na maioria dos acadêmicos abordados, como demonstrou o resultado do DASS-21. Sendo assim, infere-se que a mudança curricular e a pandemia não afetaram significativamente a saúde mental dos estudantes de medicina do ciclo básico do segundo semestre de 2021.

Palavras-chave: Assistência Integral à Saúde, Currículo, Ensino, Pandemias.

Abstract

The Medicine course at the Regional University of Blumenau underwent changes to its curriculum in mid-2019, modifying some subjects and adding Basic-Clinical Integration. Therefore, the current curriculum uses a combination of Traditional and Active Methodology, something new for academics, who are often only accustomed to the classical teaching method. This fact, linked to the pandemic experienced globally, can be considered a stressor for medical students. Thus, the research aimed to seek knowledge of the rates of stress, depression and anxiety in students in the basic cycle, between the first and fourth phase. This is a cross-sectional study in which the Depression, Anxiety, and Stress Scale (DASS-21) questionnaire was applied to analyze the effects on students due to the change in the curriculum. Data demonstrated that the search for psychological support was not prevalent during the period, while the practice of physical activity was present in the routine of more than 70% of students. Furthermore, the amount of extra daily hours allocated to studies was in the range of 2 to 4 hours. The combination of these factors may have been responsible for the variable indices being unchanged in the majority of the students covered, as demonstrated by the DASS-21 result. Therefore, it is inferred that the curricular change and the pandemic did not significantly affect the mental health of medical students in the basic cycle in the second semester of 2021.

Keywords: Comprehensive Health Care, Curriculum, Teaching, Pandemics.

Introdução

O ingresso em uma universidade tem como principal característica a mudança da rotina do estudante, que encerra o período de ensino médio ou pré-vestibular e adentra em um ambiente em que os assuntos abordados são totalmente novos. Atrelado a esse fator, muitos jovens necessitam deixar seus lares e familiares e se direcionarem a cidades distantes para cursarem a faculdade. Sendo assim, a junção desses fatores de mudança de cotidiano constitui um ponto depressor para a qualidade de vida e saúde mental do acadêmico¹.

Em relação ao curso de medicina, nota-se uma elevada taxa de autocobrança, herança da competitividade adquirida desde o período de seleção do curso, a qual se funde a outras problemáticas, como a necessidade de absorver muito conhecimento em tempo relativamente curto, responsabilidade com a vida de terceiros e expectativas dentro da sociedade como um todo. Desse modo, as faculdades de medicina representam por si só um ambiente de elevado índice estressor, o qual prejudica não só o desempenho do estudante, como também seu bem-estar psicossocial².

A Universidade Regional de Blumenau (FURB) oferta o curso de Medicina desde o ano de 1990 e, após passar por mudanças em sua grade curricular, durante o segundo semestre do ano de 2019, iniciou-se o currículo atual. Tais alterações foram realizadas de acordo com as novas Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN), as quais

visam a formação de médicos que possuem capacidade crítica e reflexiva na execução da profissão³. O novo currículo é composto por uma carga horária de 9072 horas, divididas em 504 créditos ao longo de doze semestres, sendo estes fragmentados em ciclo clínico, ciclo básico e internato. O modelo de ensino utilizado durante o primeiro ciclo, do primeiro ao quarto semestre, constitui-se por uma mistura entre a Metodologia Tradicional com a Metodologia Ativa, a qual engloba, por meio da disciplina de Interação Básico-Clínica, o *Team-Based Learning* (TBL), o *Problem-Based Learning* (PBL), gamificações, salas de aula invertidas, cine saúde e estudo de caso, dentre outras estratégias⁴.

Entretanto, a pandemia de SARS-CoV 2 (COVID-19), iniciada no ano de 2019, promoveu o distanciamento social como medida de prevenção da disseminação do Coronavírus⁵. Após o primeiro caso surgir na China em dezembro de 2019, a propagação da enfermidade apresentou extrema rapidez, atingindo o Brasil entre outros países. Como reflexo da gravidade do caso, no dia 18 de março de 2020 o Ministério da Educação (MEC) suspendeu as aulas presenciais no Brasil pela portaria nº 343 e, no dia 03 de abril de 2020⁶.

Diante desse cenário, que perdurou até o ano de 2021, a educação mediada por tecnologia foi umas das alternativas para que as aulas não cessassem durante o período do distanciamento social⁷. A exemplo, a FURB utilizou de tal ferramenta, realizando aulas síncronas através da plataforma online Microsoft Teams[®]⁴.

Este contexto fez com que os estudantes de Medicina ficassem incertos sobre o futuro de sua formação, passando por uma carga emocional que gerou danos à sua saúde mental⁸. Ademais, a mudança da metodologia utilizada pela universidade, a qual saiu da clássica e cômoda transmissão de conhecimentos de docentes para discentes e se transportou para uma constante busca ativa de informações, pode agravou os níveis de estresse vivenciados por alguns acadêmicos, em virtude da mudança de hábitos vindos desde o ensino infantil, até o pré-vestibular.

Sabe-se que os universitários de medicina são propensos a desenvolver transtornos de estresse, depressão e ansiedade, principalmente durante os primeiros anos do curso⁹. Por conseguinte, tal pesquisa teve por finalidade conhecer os aspectos relacionados à saúde mental destes estudantes de Medicina da FURB, que iniciaram sua vida acadêmica em um novo currículo e em um mundo em pandemia. Sendo assim, utilizou-se o questionário DASS-21 (*Depression, Anxiety and Stress Scale*), com o objetivo de conhecer os índices de estresse, depressão e ansiedade nos acadêmicos que estava no ciclo básico do curso de medicina da Universidade Regional de Blumenau (FURB) durante o segundo semestre de 2021. Ademais, buscou-se identificar a fase dentro do ciclo básico com o maior escore para os índices pesquisados, além de investigar a qualidade de vida dos estudantes baseada nos níveis de depressão, ansiedade e estresse e relacionar as horas destinadas aos

estudos e prática de atividade esportiva com a carga de desordens na saúde mental.

Métodos

Delineamento e participantes

O presente trabalho é um estudo transversal, tendo como foco os acadêmicos do ciclo básico (1ª a 4ª fase) do curso de medicina da FURB de Blumenau-SC. Foram recrutados os 160 acadêmicos matriculados que se encontravam nestas quatro fases durante o segundo semestre de 2021. Como critério de exclusão, não foram analisados os dados de menores de 18 anos e de acadêmicos que vieram de transferência, não estando matriculados na Universidade durante o período enquadrado na pesquisa. Este trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética na Pesquisa em Seres Humanos (CEPH) da FURB (CAAE) nº 48562921.0.0000.5370.

Procedimentos

Os dados foram coletados presencialmente a partir da entrega do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e do questionário da pesquisa durante o horário de aula dos acadêmicos, havendo a necessidade de solicitação prévia aos docentes quanto a permissão para utilizar vinte minutos do período inicial de cada aula.

O questionário utilizado na pesquisa era composto pelos questionários sociodemográfico e DASS-21, sendo este uma escala dividida em três subescalas (depressão, ansiedade e estresse) tipo Likert de quatro pontos (0, 1, 2 e 3). A escala é composta por frases em que o participante deve manifestar

seu grau de concordância com ela. A pontuação zero representa “discordo totalmente” e a pontuação três “concordo totalmente”. Os participantes devem assinalar a afirmação que se aplicou a ele na última semana. Cada subescala é composta por 7 itens englobando a avaliação do estado emocional de depressão, ansiedade e estresse. Sintomas avaliados na depressão: inércia, anedonia, disforia, falta de interesse/participação, autodepreciação, desvalorização da vida e desânimo. Sintomas avaliados na ansiedade: excitação do sistema nervoso autônomo, efeitos musculoesqueléticos, ansiedade situacional e experiências subjetivas de ansiedade. Sintomas avaliados no estresse: dificuldade para relaxar, excitação nervosa, perturbação fácil, agitação, irritabilidade, reação exagerada e impaciência. O resultado da DASS-21 é obtido através da soma dos escores de cada subescala multiplicados por dois, para se ter o cálculo do escore final, o qual mostra as faixas de severidade (normal/leve, mínimo, moderado, grave e muito grave) para cada subescala.

Análise de dados

Os dados obtidos pelos questionários foram transcritos numa planilha eletrônica do programa Microsoft Excel e analisados com o uso dos programas SPSS *Static* e *GraphPad Prism* 8.0. A normalidade dos dados foi verificada através do teste de Shapiro-Wilk ($p > 0,05$). Para as variáveis qualitativas do questionário sociodemográfico utilizou-se frequência. Para as variáveis quantitativas dos índices de depressão, ansiedade e estresse do

questionário DASS-21 nas diferentes fases do ciclo básico foi utilizado ANOVA de duas vias com o teste *post-hoc* de Tukey que foi utilizado para identificar as diferenças significativas entre as médias, considerando-se estatisticamente significativos valores de $p < 0,05$. Utilizou-se ANOVA de duas vias, pois os resultados apresentavam duas variáveis independentes, os acadêmicos nas diferentes fases do curso e os diferentes índices de ansiedade, depressão e estresse.

Resultados

Os questionários foram aplicados em cada turma em dias separados. A turma que respondeu em relação à 1ª fase era composta por 39 estudantes, sendo que um era proveniente de transferência externa e um não se encontrava presente durante a aplicação do questionário, realizado previamente a uma aula de Bioquímica. Sendo assim, totalizou-se 37 formulários respondidos. Em relação à 2ª fase, a turma era composta por 42 estudantes, porém três eram transferidos e oito estavam ausentes, totalizando 31 formulários preenchidos. Tal turma foi abordada antes de uma aula de Interação Comunitária. Já a 3ª fase, também abordada em uma aula de Interação Comunitária, contava com 42 estudantes, no entanto, três eram transferidos, dezoito não estavam presentes e um se negou a responder, totalizando 20 questionários completos. Por fim, a turma que se encontrava na 4ª fase durante o segundo semestre de 2021 respondeu o questionário previamente a uma aula de Cirurgia Torácica, sendo que, dos 40

estudantes, cinco não estavam presentes e dois se negaram a responder, totalizando 33 formulários coletados.

A análise do questionário sociodemográfico foi capaz de definir um padrão em relação aos acadêmicos que se encontravam no ciclo básico durante o segundo semestre de 2021. De acordo com a Tabela 1, predominavam acadêmicos jovens, na faixa etária de 18 a 25 anos, do sexo feminino, brancos, solteiros, provenientes de uma rede de ensino médio particular, naturais do estado de Santa Catarina e ainda morando com os familiares, além de ter uma renda mensal maior do que nove salários-mínimos.

Em relação à busca por atendimento psicológico durante o período, a Tabela 1 demonstra que não foi prevalente a procura, sendo representada pela busca em 21,62%, 20% e 24,24% nas 1ª, 3ª e 4ª fase, enquanto foi nula para os estudantes da 2ª fase.

A prática de atividade física se mostrou frequente entre os acadêmicos durante o período analisado, em que a 1ª a 4ª fase se mostrou ativa em 70,27%, 83,87%, 85% e 84,84% de sua totalidade, respectivamente. Nota-se também, segundo a Tabela 1, que o duas a quatro vezes por semana foi a frequência mais aderida pelos acadêmicos.

A quantidade de tempo diária dedicada aos estudos predominante foi a do intervalo de duas a quatro horas, conforme a Tabela 1, representando 59,54%, 74,19%, 60% e 48,48% entre a 1ª e a 4ª fase.

Em relação aos resultados colhidos pelo questionário DASS-21, analisou-se o nível de depressão,

ansiedade e estresse entre os acadêmicos que estavam na 1ª a 4ª fase do curso de medicina durante o segundo semestre de 2021.

Quanto à depressão, a Figura 1 ilustra seu gráfico correspondente. As colunas em branco representam a quantidade de estudantes sem alteração, ou seja, que não apresentam depressão, e as colunas com escalas de cor cinza a preto representam a quantidade de estudantes com algum grau de depressão desde leve até extremamente severa. De acordo com a análise dos dados de cada fase, houve diferença significativa (*) entre os estudantes sem depressão comparado aos estudantes que apresentaram depressão leve, moderada, severa e extremamente severa ($p < 0,0001$). Ao realizar a comparação entre as fases não houve diferença significativa ($p < 0,05$).

Em relação à ansiedade, a Figura 2 ilustra os resultados. As colunas em branco representam a quantidade de alunos sem alteração, ou seja, que não apresentam ansiedade, e as colunas com escalas de cor cinza a preto representam a quantidade de alunos com algum grau de ansiedade desde leve até extremamente severa. De acordo com a análise dos dados de cada fase, houve diferença significativa (*) entre os alunos sem ansiedade comparado aos alunos que apresentaram ansiedade leve, severa e extremamente severa ($p = 0,0033$). Ao realizar a comparação entre as fases não houve diferença significativa ($p < 0,05$).

Por fim, a Figura 3 representa o gráfico da análise do estresse. As colunas em branco representam a quantidade de alunos sem alteração, ou seja, que não

apresentam estresse, e as colunas com escalas de cor cinza a preto representa a quantidade de alunos com algum grau de estresse desde leve até extremamente severo. De acordo com a análise dos dados de cada fase, houve diferença significativa (*) entre os alunos sem estresse comparado aos alunos que apresentaram estresse extremamente severo ($p=0,04$). Ao realizar a comparação entre as fases não houve diferença significativa ($p<0,05$).

Discussão

A depressão representa um dos problemas de saúde mental mais comuns entre os estudantes do ensino superior, promovendo consequências na atuação acadêmica e na performance no futuro mercado de trabalho. Estudos mostraram que diversos fatores podem estar associados à estado mental, entre eles o nível de educação, comportamentos sedentários, prática de atividades físicas, alimentares, fatores socioeconômicos e ambientais, como a pandemia do Covid-19^{10,11}.

Um estudo realizado em 2020, o qual utilizou a escala DASS-21 com estudantes do ensino superior, observou uma prevalência moderada de depressão (18,4%) na sua população¹². Nosso estudo mostrou que a depressão (figura 1), em todas as fases estudadas, estavam presentes em níveis diferentes (leve, moderado, severo e extremamente severo) e apenas uma turma não apresentou uma sessão extremamente severa. Observou-se que 77 dos 121 pesquisados encontravam-se na classificação sem alteração no quesito

depressão. Sendo assim, 36,36% dos que responderam a escala apresentavam algum nível de depressão de acordo com a escala.

A ansiedade, transtorno que afeta grande parte dos universitários, principalmente os estudantes de medicina, pode desencadear diversos sintomas no organismo, como palpitações, dispneia, tremores e cefaleia, e muito comumente, manifestar-se nos acadêmicos através de nervosismo, esquecimento de conteúdos, desinteresse em algumas disciplinas, assim como provocar sintomas de sudorese, taquipneia e taquicardia, por exemplo. Podendo ser definida como um estado emocional de tensão ou medo indefinido, a ansiedade é um dos principais transtornos psiquiátricos que pode afligir cerca de 15 a 25% dos universitários durante suas vidas acadêmicas¹³. Contribuindo com esse dado, diversos fatores ligados à formação médica podem influenciar não só na ansiedade, como no estresse e depressão, sendo eles a carga horária curricular, dificuldade na conciliação da vida pessoal e acadêmica, competitividade dos estudantes, privação do sono, entre outros¹⁴. Além dos pontos supracitados, outro a se considerar, pensando no presente trabalho, é a presença da metodologia PBL na matriz curricular, que leva os acadêmicos a vivenciarem novas situações, que podem ser consideradas estressoras e aumentar os níveis de ansiedade¹⁵.

Em estudo feito com 279 estudantes de medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN),

distribuídos nas 12 fases do curso, para avaliar seus índices de estresse, ansiedade e depressão, demonstrou uma prevalência de 185 (66,3%) estudantes com sinais mínimos de ansiedade e 94 (33,7%) com sinais de ansiedade leve, moderada ou severa, sendo eles 61 (21,9%), 30 (10,8%) e 3 (1%), respectivamente¹⁴. Outra análise, está em uma capital do Nordeste brasileiro, encontrou uma prevalência de sintomas de ansiedade em 30,8% dos 458 universitários de medicina entrevistados, sendo 91 (19,9%) com ansiedade leve, 39 (8,5%) moderada e 11 (2,4%) severa¹⁶. Comparando com o presente estudo, foram observados do total de 121 estudantes, 56 (46,3%) não apresentaram nenhuma alteração, 6 (4,96%) apresentaram ansiedade leve, 30 (24,8%) moderada, 10 (8,26%) severa e 19 (15,7%) ansiedade extremamente severa. Diferente do que foi observado nos estudos de Costa et al.¹⁴ e Sacramento et al.¹⁶ considerando aqueles que apresentaram algum grau de ansiedade, neste trabalho a prevalência maior foi de ansiedade moderada, enquanto nos outros predominou sinais leves.

Um ponto que vale ressaltar dentro daqueles que apresentaram algum grau de ansiedade, é sua presença nos dois extremos avaliados, 1ª e 4ª fases. Na 1ª fase houve o predomínio de ansiedade moderada, vista em 10 (27%) dos 37 acadêmicos, enquanto na 4ª fase 10 (30,3%) dos acadêmicos da turma apresentaram ansiedade severa. Levando em conta o estudo de Bento et al.¹⁵ foi observada uma maior prevalência de ansiedade nas fases iniciais, com declínio conforme ia-se avançando no curso¹⁵.

As discordâncias percebidas entre os dados coletados neste trabalho e os utilizados como comparativo estão sujeitas a variáveis como a metodologia de ensino utilizada em cada universidade; as diferenças regionais e culturais de cada lugar; as fases do curso analisadas, na qual foram feitos os estudos; e os tipos de questionários utilizados na coleta dos dados.

O termo “estresse”, com o significado e propósito que conhecemos hoje, foi utilizado pela primeira vez pelo fisiologista austríaco Hans Selye, em 1936¹⁷. Para Selye, o estresse é uma série de adaptações neuroendocrinológicas sofridas pelo organismo humano com o objetivo de adaptação e superação, e essas alterações são denominadas por ele como Síndrome Geral da Adaptação. As manifestações clínicas dessa síndrome promovida pelo estresse, perpassavam três fases: alerta, na qual o corpo produz mais força, energia e motivação, para superar o desafio; resistência, na qual o corpo tenta se reestabelecer, e consome muita energia; e exaustão, com rendição do organismo ao estresse, que leva ao retorno dos sinais e sintomas da primeira fase de alerta, porém com mais intensidade¹⁸.

A resposta multifatorial desencadeada pela necessidade de adaptação a um evento estressor resulta em um desequilíbrio da homeostase do indivíduo em sua integridade¹⁹. Os estressores são definidos pela *American Psychological Association* como “um evento ou estímulo interno ou externo que induz ao estresse”. Na faculdade de medicina, a ocorrência do estresse é muito frequente e a sua prevalência

permanece aumentando²⁰. O presente estudo segue essa afirmação, demonstrando a prevalência de estresse no curso de medicina. Constatou-se que 54% dos 119 acadêmicos que responderam ao questionário apresentaram algum nível de estresse (leve, moderado, grave e severo). Essa porcentagem está muito próxima à resultados de outras pesquisas em outras universidades, como a de Guimarães, que encontrou uma incidência de 57,83% de estresse em estudantes de Medicina da Famema, demonstrando similaridade nos resultados obtidos em um mesmo curso entre diferentes universidades²¹.

Além disso, dos 37 estudantes que responderam ao questionário respectivamente à primeira fase, 67% apresentaram algum nível de estresse, assim como dos 20 estudantes da terceira fase e dos 33 estudantes da quarta fase, respectivamente, 60% e 69% dos estudantes que responderam aos questionários apresentaram algum nível de estresse. Apenas a segunda fase apresentou porcentagens mais baixas quando comparada às outras turmas, sendo que dos 29 estudantes que participaram da pesquisa, apenas 17% apresentaram níveis de estresse.

Os níveis de estresse atingiram a severidade nas turmas da primeira e quarta fase, sendo que respectivamente, 13% e 18% dos acadêmicos apresentaram estresse severo. Esse achado leva a refletir sobre as condições estressoras que esses acadêmicos estão sendo expostos, e uma variável encontrada ao comparar os dados com os questionários de identificação, percebeu-se que ambas as turmas obtiveram maior número de

acadêmicos estudando mais horas por dia, com mais de dez acadêmicos por turma estudando mais de 4 horas, chegando a 6 horas por dia, uma carga horária extremamente alta, principalmente quando analisamos que o curso de medicina é de caráter integral.

Além disso, com a aprovação na universidade os estudantes se deparam com um novo ambiente, novas exigências e obrigações, o que se torna uma variável a ser considerada, visto que a primeira fase do curso atingiu o nível severo de estresse, podendo estar atrelado a essas mudanças inerentes ao novo ciclo iniciado e aos desafios de adaptação. Um estudo realizado na Universidade Federal do Rio Grande do Sul obteve como resultado que o nível de estresse é maior no primeiro ano de faculdade²⁰, ressaltando os desafios da adaptação ao novo ambiente universitário.

Há ainda a se considerar que os acadêmicos avaliados no presente trabalho iniciaram sua vida universitária dentro do cenário da pandemia da COVID-19, sendo obrigados a ter suas aulas de maneira remota e impossibilitados do contato direto com outros estudantes, com os professores e sem atividades práticas. Muitos estudos apontam que a criação de vínculos e as relações sociais entre os indivíduos são necessários diante da atenção em saúde mental, ou seja, este apoio psicossocial tem a capacidade de conferir proteção e promoção da saúde mental²¹.

Na análise de Teixeira et al²², com 656 estudantes de medicina de várias universidades espalhadas pelas 5 regiões brasileiras, 81,4% relataram ter percebido alguma mudança psicológica ou

comportamental durante o período de isolamento, com 62,8% dos entrevistados sinalizando sinais de adoecimento mental²².

Diante disso, mostra-se relevante ressaltar a importância de uma rede de apoio social quando se pensa em saúde mental e o quanto a falta de contato direto com outras pessoas e a construção de vínculos pode afetar o psicológico de um indivíduo. Considerando que os acadêmicos participantes desta pesquisa iniciaram a sua formação médica no contexto da pandemia e não tiveram a oportunidade de se relacionar com seus colegas e os demais acadêmicos frequentadores da universidade, assim como também foram obrigados a permanecerem isolados dentro de suas casas, alguns até mesmo longe de suas famílias, é possível se pensar que esses fatores podem ter contribuído de alguma forma no adoecimento da saúde mental dos mesmos que, ao regressar ao modelo presencial se viram mais ansiosos e estressados com a rotina e as cobranças exigidas do curso, afetando, dessa forma, diretamente sua saúde mental.

Conclusão

A aplicação do questionário DASS-21 nos acadêmicos que estavam no ciclo básico durante o período do segundo semestre de 2021 foi capaz de demonstrar como estava os níveis de depressão, ansiedade e estresse nestes acadêmicos. Em relação à depressão, os estudantes da 4ª fase tiveram os maiores índices de alteração. Já quanto à ansiedade e estresse, os acadêmicos da 1ª e 4ª fase foram os que mais pontuaram.

Entretanto, a grande maioria dos indivíduos abordados tiveram os três índices contabilizados como sem alterações. O questionário sociodemográfico também abordou a necessidade de busca por acompanhamento psicológico, frequência de prática de atividade física e a quantidade de horas extras destinadas a estudo e o resultado foi capaz de associar essas três variáveis à saúde mental dos estudantes. Estudos previamente publicados mostram que taxas de depressão, ansiedade e estresse podem ser controladas por meio de uma rotina que atrela uma rotina organizada, prática de atividades físicas e a busca por acompanhamento psicológico quando necessário. Sendo assim, tanto a mudança de uma nova grade curricular abordada pelo curso de medicina, quanto passar por um período de pandemia, não foi responsável por prejudicar a saúde mental dos acadêmicos abordados.

Declarações e licença

Declaração de conflito de interesses

Os autores não possuem conflito de interesse a reportar.

Financiamento

Os autores receberam financiamento do PICBIC-CNPq FURB para a condução do presente estudo.

Licença Creative Commons (CC)

Aplica-se ao estudo a licença Creative Commons (CC BY-NC 4.0). Os autores retêm os direitos autorais e de publicação completos e concedem direitos de uso para terceiros, incluindo cópias e redistribuição do material em

qualquer suporte ou formato, desde que lícito e sem qualquer finalidade comercial. Igualmente, a licença CC BY-NC 4.0 estipula a necessidade de atribuição (os usuários devem atribuir o respectivo crédito ao estudo, indicando o link da licença e do material, bem como declarar se foram feitas alterações no conteúdo original) e não imposição de restrições adicionais (ou seja, não são aplicadas outras restrições jurídicas ou tecnológicas que limitem, nos termos da lei, os usuários de utilizarem o material conforme a licença CC BY-NC 4.0).

Referências

- 1 Lelis K.C.G., et al. Sintomas de depressão, ansiedade e uso de medicamentos em universitários. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, Porto, n. 23, 2020.
- 2 Grether E.O. et al. Prevalência de Transtornos Mentais Comuns entre Estudantes de Medicina da Universidade Regional de Blumenau. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 43, p. 276–285, 2019.
3. BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. Câmara de Educação Superior. Resolução Nº. 3 de 20 de junho de 2014. Institui diretrizes curriculares nacionais do curso de graduação em Medicina e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, Brasília, 23 jun. 2014; Seção 1, p. 8–11.
- 4 Melo A.C.; Valente C.; Souza D.M.; Batista K.Z.S.; Lopes R.D.; Barauna S.C. Educação Médica em tempos de pandemia e a utilização de metodologias ativas mediadas por tecnologia. *Medicina (Ribeirão Preto)*, 54(2):e-174684, 2021.
- 5 Duarte M.D.Q.; Santo M.A.D.S.; Lima C.P.; Giordani J.P.; Trentini C.M. COVID-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 3401–3411, 2020.
- 6 Oliveira, E.S. et al. A educação a distância (EaD) e os novos caminhos da educação após a pandemia ocasionada pela Covid-19. *Brazilian Journal of Development*, Curitiba, v. 6, n. 7, p. 52860–52867, 2020.
- 7 Carneiro L.A.; Rodrigues W.; França G.; Prata D.N. Use of technologies in Brazilian public higher education in times of pandemic COVID-19. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 9, n. 8, p. e267985485, 2020.
- 8 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*, Brasília, v. 44, 2020.
- 9 Ibrahim A.K.; Kelly S.J.; Adams C.E.; Glazebrook C. A systematic review of studies of depression prevalence in university students. *Journal Psychiatric Research*, 47(3), 391–400, 2013.
- 10 Zhou H; Dai X; Lou L; Zhou C; Zhang W. Association of Sedentary Behavior and Physical Activity with Depression in Sport University Students. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(18):9881, 2021.
- 11 Wathélet M., Duhem S. et al. Factors Associated With Mental Health Disorders Among University Students in France Confined During the COVID-19 Pandemic. *JAMA network open*, 3(10), e2025591, 2020.
- 12 Ramón-Arbués E. et al. The Prevalence of Depression, Anxiety and Stress and Their Associated Factors in College

Students. *Int J Environ Res Public Health*. 2020.

13 Duarte M.E.C. et al. Depressão e ansiedade e estudantes de medicina: uma revisão narrativa. *Revista Eletrônica Acervo Médico*, Vassouras, v. 9, p. e10070, jun. 2022.

14 Costa D.S.; Medeiros N.S.B.; Cordeiro R.A.; Frutuoso E.S.; Lopes J.M.; Moreira S.N.T. Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse em Estudantes de Medicina e Estratégias Institucionais de Enfrentamento. *Rev. Bras. Educ. Med.*, v. 44, n. 1, p. e40, 2020.

15 Bento L.M.A. et al. Percepção dos Alunos de Medicina Quanto a Aprendizagem X Ansiedade na Metodologia Ativa. *Rev. Ens. Educ. Cienc. Human.*, Campo Grande, v. 18, n. 2, p. 178–182, 2017.

16 Sacramento B.O.; Anjos T.L.; Barbosa A.G.L.; Tavares C.F.; Dias J.P. Sintomas de ansiedade e depressão entre estudantes de medicina: estudo de prevalência e fatores associados. *Rev. Bras. Educ. Med.*, Salvador, v. 45, n. 1, p. e021, 2021.

17 Lima R.L. et al. Estresse do estudante de medicina e rendimento acadêmico.

Revista Brasileira de Educação Médica, v. 40, p. 678–684, 2016.

18 Selye H.S. *A tensão da vida*. São Paulo: Ibrasa – Instituição Brasileira de Difusão Cultural. 1959.

19 Kam S.X.L. et al. Estresse em estudantes ao longo da graduação médica. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 43, p. 246–253, 2020.

20 Bassols A. et al. Stress and coping in a sample of medical students in Brazil. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, v. 42, p. 1–5, 2015.

21 Guimarães K.B.S. *Estresse e a formação médica: implicações na saúde mental dos estudantes*. 2005.

22 Teixeira L.A.C.; Costa R.A.; Mattos R.M.P.R.; Pimentel D. Saúde mental dos estudantes de Medicina do Brasil durante a pandemia da coronavirus disease 2019. *J. bras. psiquiatr.*, Aracaju, v. 70, n. 1, p. 21–29, jan–mar 2021.

Tabela 1 – Indicadores sociodemográficos dos acadêmicos de medicina que se encontravam no ciclo básico durante o segundo semestre de 2021

		1ª fase (n = 37)	2ª fase (n = 31)	3ª fase (n = 20)	4ª fase (n = 33)
Sexo	Masculino	12	8	6	4
	Feminino	25	23	14	29
Faixa etária	18 – 25 anos	37	29	20	33
	25 – 30 anos	0	1	0	0
	Mais de 30 anos	0	1	0	0
Raça	Branco(a)	35	29	19	33
	Preto(a)	0	0	0	0
	Pardo(a)	2	2	1	0
	Amarelo(a)	0	0	0	0
	Indígena	0	0	0	0
Estado civil	Solteiro(a)	36	29	20	33
	Casado(a)	1	2	0	0
Naturalidade	SC	30	24	15	29
	RS	2	2	2	1
	PR	4	2	3	2
	Outros estados	1	3	0	1
Com quem reside	Sozinho(a)	11	6	7	7
	Com a família	24	22	13	26
	Em república	0	0	0	0
	Colega de quarto/casa	2	3	0	0
Ensino médio	Todo em escola pública	5	3	7	3
	Todo em escola particular (sem bolsa parcial ou total)	27	24	9	28
	Todo em escola particular (com bolsa parcial ou total)	4	4	3	1
	Parte em escola pública e parte em escola particular	1	0	1	1
	Todo em escola pública	5	3	7	3
	Todo em escola particular (sem bolsa parcial ou total)	27	24	9	28

Renda mensal em salário
mínimo (SM)

Até 1 SM	0	0	0	0
De 1 a 3 SM	1	3	2	3
De 3 a 6 SM	9	7	5	7
De 6 a 9 SM	9	5	3	4
Mais de 9 SM	17	14	8	19
Não responderam	1	2	2	0

Procura por atendimento
psicológico

Sim	8	0	4	8
Não	29	31	16	25

Frequência de atividade
física

1 vez por semana	5	8	0	4
2 a 4 vezes por semana	19	15	12	19
5 vezes ou mais	2	3	5	5
Não praticou	11	5	3	5

Horas diárias dedicadas ao
estudo

1 hora	5	0	6	7
De 2 a 4 horas	22	23	12	16
De 4 a 6 horas	9	8	2	9
Mais de 6 horas	1	0	0	1

Fonte: Autores (2024)

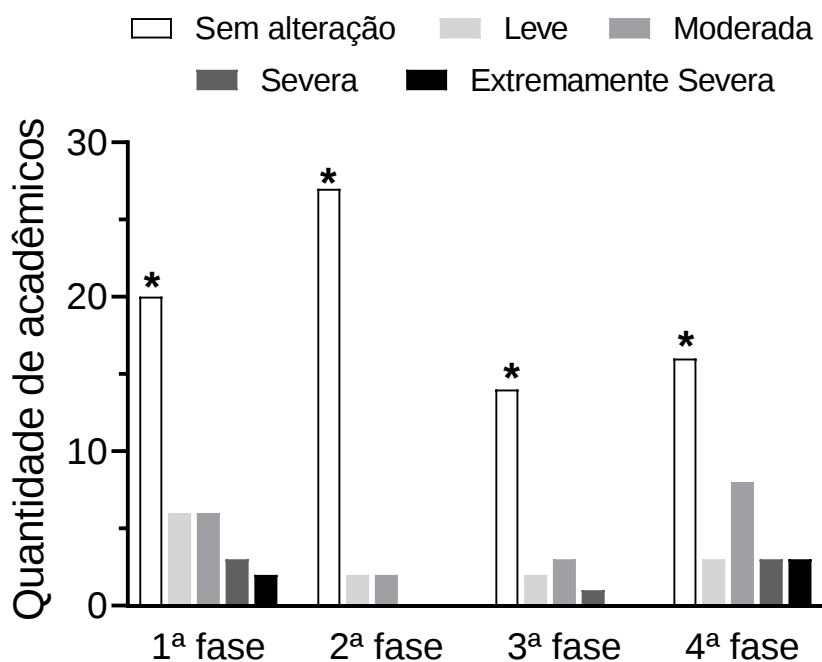


Figura 1 – Resultado do questionário DASS-21 que avaliou o índice de depressão nos acadêmicos de medicina que se encontravam no ciclo básico durante o segundo semestre de 2021

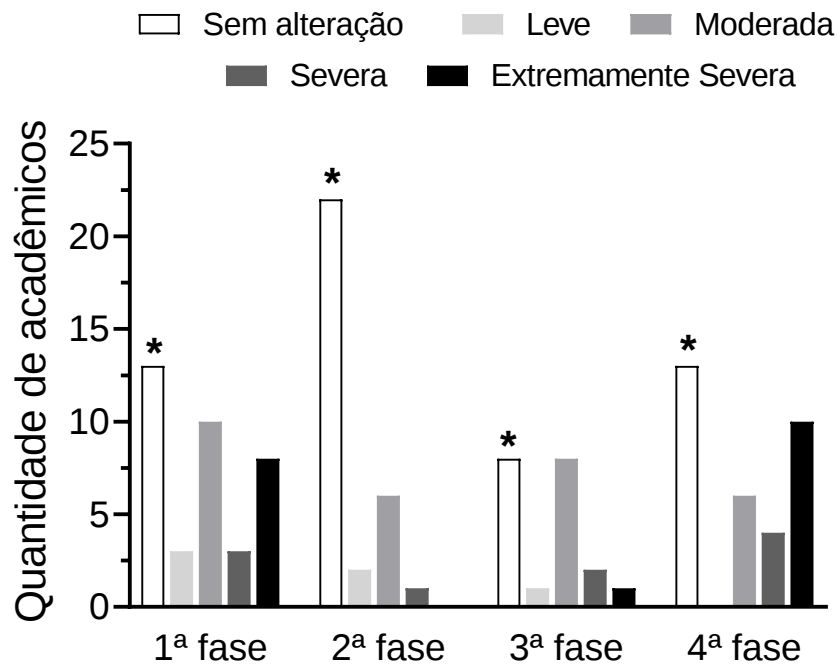


Figura 2 – Resultado do questionário DASS-21 que avaliou o índice de ansiedade nos acadêmicos de medicina que se encontravam no ciclo básico durante o segundo semestre de 2021

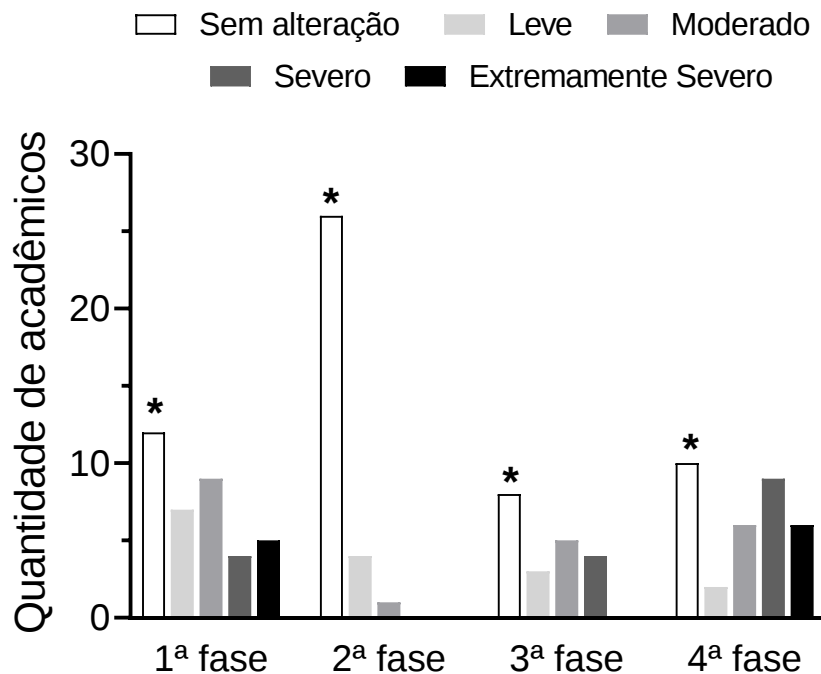


Figura 3 – Resultado do questionário DASS-21 que avaliou o índice de estresse nos acadêmicos de medicina que se encontravam no ciclo básico durante o segundo semestre de 2021