



## **CONTRIBUIÇÕES DA PSICOLOGIA PARA A FORMAÇÃO DOS ESTUDANTES DE MEDICINA**

### **Contributions Of Psychology To The Training Of Medical Students**

**Felipe Braga Raffaeli<sup>1</sup>**

**Andreia Barbosa de Lima<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Aluno do curso de Psicologia das Faculdades Integradas de Bauru – FIB  
raffaelifelipe@gmail.com

<sup>2</sup>Orientadora e Docente do curso de Psicologia das Faculdades Integradas de Bauru – FIB  
deialimafib@gmail.com

#### **Resumo**

A formação médica é reconhecida por sua alta exigência acadêmica e emocional, tornando os estudantes de medicina um grupo vulnerável ao adoecimento psíquico. Diante disso, esta pesquisa teve como objetivo investigar como esses estudantes avaliam sua saúde mental durante a graduação, bem como compreender sua percepção sobre o papel da Psicologia e a existência de suporte emocional oferecido pelas instituições de ensino. Participaram do estudo 59 estudantes matriculados entre o 1º e o 6º ano de diferentes faculdades, que responderam a um questionário sociodemográfico e a um formulário composto por doze questões objetivas e uma questão aberta, elaborados via *Google Forms* e divulgado por contatos e grupos de *WhatsApp*. Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva. Os resultados indicaram prevalência elevada de sintomas emocionais, destacando-se ansiedade (89,8%), irritabilidade (79,7%), cansaço extremo (74,6%) e insônia (69,5%). A maioria dos estudantes relatou sentir-se frequentemente sobrecarregada, e 32,2% afirmaram que a graduação afeta negativamente sua saúde mental com frequência. Embora 88,1% informem que suas instituições oferecem apoio psicológico, apenas

30,5% efetivamente procuram esse serviço, evidenciando a persistência do estigma e a dificuldade de acessar cuidados emocionais. Os achados reforçam a necessidade de ampliar estratégias de promoção de saúde mental, fortalecer a atuação da Psicologia na formação médica e desenvolver ações institucionais que reduzam barreiras para a busca de ajuda. Conclui-se que o cuidado emocional deve ser compreendido como parte essencial da formação dos futuros médicos desde o início da sua formação.

**Palavras-Chave:** Saúde Mental; Estudantes de Medicina; Apoio Psicológico; Estresse Acadêmico; Sofrimento Psicológico.

### **Abstract**

Medical training is recognized for its high academic and emotional demands, making medical students a group vulnerable to psychological distress. Therefore, this study aimed to investigate how these students assess their mental health throughout their undergraduate education, as well as to understand their perception of the role of Psychology and the availability of emotional support offered by educational institutions. The study included 59 students enrolled between the 1st and 6th years from different medical schools, who answered a sociodemographic questionnaire and a form composed of twelve objective questions and one open-ended question, created via Google Forms and disseminated through personal contacts and WhatsApp groups. Data were analyzed using descriptive statistics. The results indicated a high prevalence of emotional symptoms, particularly anxiety (89.8%), irritability (79.7%), extreme fatigue (74.6%), and insomnia (69.5%). Most students reported feeling frequently overwhelmed, and 32.2% stated that the program often negatively impacts their mental health. Although 88.1% reported that their institutions offer psychological support, only 30.5% actually seek such services, highlighting the persistence of stigma and the difficulty in accessing emotional care. The findings reinforce the need to expand mental health promotion strategies, strengthen the role of Psychology in medical training, and develop institutional actions that reduce barriers to seeking help. It is concluded that emotional care must be understood as an essential component of medical training from the very beginning of the educational process.

**Keywords:** Mental Health; Medical Students; Psychological Support; Academic Stress; Psychological Distress.

### **Introdução**

A medicina, como campo de conhecimento e prática, constitui um dos pilares mais essenciais desenvolvidos pela humanidade ao longo da história. Sua

origem remonta às primeiras civilizações organizadas, com registros históricos datando da Mesopotâmia e do Egito (Fiorini; Manso, 2021).

Nesse período, na Mesopotâmia, as habilidades de cura eram inteiramente ligadas a espiritualidade. Acreditava-se que as doenças eram originadas de castigos divinos. Dessa forma, *asû* e *ashipu* eram duas figuras importantes que tratavam dos enfermos. *Ashipu* tinha o dever de identificar o motivo da doença e seu responsável, já que era um sacerdote ligado a magia e possuía aptidão de intermediador de espíritos e deuses. Por outro lado, *asû* é o que se aproxima mais da concepção do médico atual, sendo ativo no manejo de poções e ervas. Além disso, esses indivíduos eram estudiosos, elaboravam receitas para tratamento e formulavam diagnósticos com base em exames físicos, avaliando pulso e temperatura corporal (Fiorini; Manso, 2021).

Na Grécia Antiga, berço de grandes avanços filosóficos e científicos, surge Hipócrates (460 a.C. – 377 a.C.), considerado o “pai da medicina”. Nessa época, adotava-se uma abordagem mais holística sobre a medicina, na qual corpo e mente não eram dissociados no tratamento. Hipócrates considerava fatores físicos, emocionais e sociais responsáveis pela saúde e bem-estar e afirmava que qualquer manifestação do paciente merecia atenção, ou seja, que além dos sintomas apresentados pelo paciente no procedimento, o contexto em que vivia e as informações trazidas eram de suma importância (Da Silva, 2016).

Em outro momento histórico, a medicina da Lusitânia romana também se difere em alguns fatores do profissional contemporâneo. O modo de aprender era através da observação e prática, sendo um médico mais experiente responsável por passar sabedoria e ensinamentos aos novatos, muitas vezes de origem servil. Durante esse período, os profissionais da área da saúde possuíam *status* sociais inferiores em comparação com os médicos modernos, pois naquela época, a população acreditava que a elite só poderia ser composta por peritos em negócios e assuntos políticos (Guerra; Reis, 2018).

Assim, a medicina passou por transformações ao longo dos séculos, consolidando-se como ciência. Além de pesquisas, métodos de tratamento científicos e o auxílio da evolução tecnológica, a figura do médico e sua relação com o enfermo também passaram por mudanças. Segundo Dario (2019), na atualidade, o médico

deve desenvolver atributos essenciais para estabelecer uma boa relação com o paciente. Entre esses atributos, destacam-se: a confiança, fundamental para que o doente se sinta seguro durante o tratamento; a lealdade, que se refere ao compromisso de não abandonar o paciente; o respeito, relacionado às decisões e à autonomia do indivíduo e o conhecimento que o profissional adquire sobre o enfermo ao longo do acompanhamento clínico (Dario, 2019).

Além disso, as formações em faculdades de medicina também mudaram com o passar dos anos. No Brasil, em 2001 surgiram as Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN) que funcionaram como bases para guiar os cursos de medicina. Até então, o método de ensino era focado no docente, que era responsável por repassar o conhecimento e experiências aos alunos. Entretanto, um novo método foi criado para modificar a formação dos médicos, com o propósito de melhorar a atuação profissional em diferentes áreas da saúde. Essa mudança ocorreu em 2014 com uma nova DCN, na qual o foco de ensino seria o aluno com aulas exigindo mais participação ativa no processo de aprendizagem (Wagner; Martins Filho, 2022).

Independentemente das concepções históricas, os propósitos e desejos de um médico, em sua maioria, mantiveram-se. De acordo com Grosseman e Patrício (2020), a vontade primordial de um médico é poder ajudar, salvar, curar e cuidar as pessoas. Esses autores em sua pesquisa realizada com os profissionais da área médica, referem que a satisfação profissional está interligada na promoção ao bem-estar dos pacientes. Essa constância no ideal médico, mesmo diante das transformações sociais e técnicas, reforça a nobreza da profissão, que permanece alicerçada na relação de confiança e no compromisso com o outro.

Apesar das mudanças nas DCN, algumas situações ainda são comuns na formação médica, sendo uma delas o impacto na saúde mental e o desempenho dos estudantes de medicina, o que ainda é um desafio na formação desses alunos. O estresse que se origina da grande quantidade de matéria na graduação, privação de sono, cobrança para ter um bom resultado, pouco tempo para estudar e para o lazer, morar longe da família, viver de forma independente e enfrentar um mercado de trabalho cada vez mais competitivo são fatores desencadeantes de estresse e outros sintomas relacionados a saúde mental (Arnold; De Carvalho, 2015; De Andrade, 2024).

A síndrome de *Burnout* é outro problema enfrentado pelos alunos e segundo Nassar e De Carvalho (2021), a síndrome é um cansaço ligado ao tempo de trabalho extenso, caracterizada pela exaustão, ineficácia e desprendimento do trabalho. Porém, no caso dos médicos, a síndrome de *Burnout* surge durante a graduação, na qual as demandas emocionais são negligenciadas, além da formação médica falhar ao não preparar os estudantes para lidar com o estresse inerente à profissão. E no caso dos estudantes, entre os principais fatores desencadeadores da síndrome estão: a carga excessiva de estudos, pressão por desempenho, exposição ao sofrimento humano, incertezas financeiras e medo de falhar (Nassar; De Carvalho, 2021). Em adição, alguns desses fatores, como a carga de estudos e mercado de trabalho cada vez mais competitivo, também são causas do surgimento da depressão, possuindo uma porcentagem que oscila entre 8% e 17% entre os estudantes de medicina (Junior *et al.*, 2015).

Diante desse cenário, evidencia-se a necessidade de estratégias que auxiliem os estudantes de medicina a lidarem com as demandas emocionais da formação. É nesse contexto que a psicologia se mostra indispensável, tanto para prevenir danos à saúde mental quanto para capacitar os futuros médicos com habilidades emocionais e sociais essenciais para a prática profissional. Desta forma, este trabalho tem como objetivo geral investigar por meio de questionário como o estudante de medicina avalia sua saúde mental. Como objetivo específico, verificar se o estudante de medicina considera importante a atenção a sua saúde emocional por meio da psicologia e verificar se a faculdade oferece suporte emocional ao aluno.

## **Metodologia**

### **1. Participantes e local**

A pesquisa foi realizada com estudantes de medicina cursando entre o 1º ano e 6º ano matriculados em faculdades de medicina. A escolha por incluir todos os períodos do curso se justifica para compreender se os sintomas e sentimentos psicológicos estão presentes desde o primeiro ano da graduação ou são adquiridos ao longo da formação. A participação foi voluntária, mediante aceite do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

## **2. Aspectos éticos da pesquisa**

A presente pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética da Faculdade Integradas de Bauru (FIB) Bauru, SP e aprovado pelo CEP (CAAE 90957525.4.0000.5423). Todas as informações sobre os objetivos e atividades da pesquisa foram esclarecidas, salientando que não haveria ônus para a participação na pesquisa, preservando o sigilo das informações fornecidas pelos participantes, conforme os regulamentos da Resolução 466/12 e 510/16 do Conselho Nacional de Saúde. A partir do aceite, os participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

## **3. Instrumentos**

### **3.1 Questionário Sociodemográfico**

Este tópico coletou informações pessoais dos participantes como gênero, idade, estado civil, se possui filhos, renda mensal, qual ano está cursando e qual a faculdade/universidade com a finalidade de caracterizar a amostra e relacionar alguns aspectos com os resultados da pesquisa.

### **3.2 Questionário *Forms***

Foi aplicado um questionário, através do *Google Forms*, com 12 questões de múltipla escolha, focando em compreender como o estudante de medicina avalia sua saúde mental. Ao final das perguntas, foi liberado um espaço opcional, que permitiu que o aluno pudesse dissertar caso se sentisse à vontade e motivado, poderia expressar qualquer pensamento, sentimento, emoção, opinião ou alguma informação adicional que desejasse.

## **4. Procedimentos**

Os participantes foram selecionados por amostragem por conveniência, sendo convidados por meio redes sociais, *e-mail* e grupos de *WhatsApp*. Após o aceite no TCLE, os estudantes responderam ao questionário on-line, de forma anônima, com tempo estimado de 20 a 30 minutos para preenchimento.

## **5. Procedimento de Análise de Dados**

Os dados foram organizados e analisados por meio de estatística descritiva (frequência e porcentagem) através da própria plataforma do *Google Forms* e *Excel*. Foram feitas análises sobre as respostas relacionadas à saúde emocional e à percepção da Psicologia.

## **6. Riscos**

Durante a participação na pesquisa, os estudantes poderiam experimentar desconfortos emocionais, uma vez que o questionário abordou temas relacionados à saúde mental, podendo remeter a experiências pessoais sensíveis, como sentimentos de estresse, ansiedade, tristeza ou situações de sofrimento emocional. Tais desconfortos poderiam gerar incômodos momentâneos, como angústia, tristeza ou reflexão intensa sobre sua condição emocional atual. No entanto, esses efeitos tenderiam a ser transitórios. Ressalta-se que a qualquer momento o participante poderia interromper a resposta do questionário, caso se sinta desconfortável, sem nenhum prejuízo ou penalização. Ainda, caso fosse necessário, o responsável da pesquisa ofereceria orientação e encaminhamento para serviços de apoio psicológico se necessário.

## **7. Benefícios**

A pesquisa contribui para a ampliação do debate sobre a saúde mental de estudantes de medicina, além de fomentar reflexões institucionais sobre a importância do suporte psicológico ao longo da formação. Para os participantes, poderia representar um momento de autorreflexão sobre seu próprio estado emocional e suas necessidades de cuidado. Caso houvesse necessidade de encaminhamentos e orientações quanto à saúde mental dos estudantes, esses alunos seriam direcionados para serviços e/ou profissionais de saúde mental pelos pesquisadores.

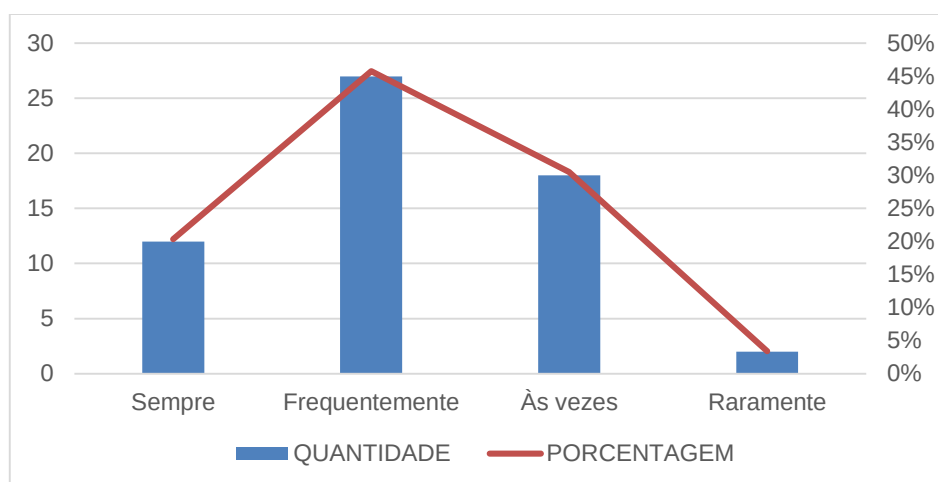
## **Resultados e Discussões**

A partir do formulário aplicado, foi possível investigar como os estudantes de medicina avaliam sua saúde mental e qual é a percepção deles sobre o papel da Psicologia na formação acadêmica. O instrumento contou com doze questões objetivas e uma questão dissertativa opcional, buscando compreender aspectos relacionados ao bem-estar emocional, à sobrecarga acadêmica e à existência de suporte psicológico nas instituições de ensino. Antes disso, o *Forms* apresentou questões sociodemográficas que possibilitaram compreender o perfil da maioria dos estudantes.

Participaram da pesquisa 59 estudantes de medicina, matriculados entre o 1º e o 6º ano, provenientes de diferentes instituições localizadas, sendo elas: Unoeste (17), Uninove (17), Uniara (8), UFTM (5), Unicid (4), Unimar (3), PUCPR (2), Unisa (2) e Unisalesiano (1). A amostra foi composta predominantemente por mulheres cisgênero (81,4%), enquanto 18,6% se identificaram como homens cisgênero. Em relação à faixa etária, a maior concentração situou-se entre 21 e 24 anos, e 89,8% dos participantes declararam-se solteiros. A maioria relatou não possuir filhos (98,3%) e pertencer a famílias com renda mensal maior que cinco salários mínimos (39%).

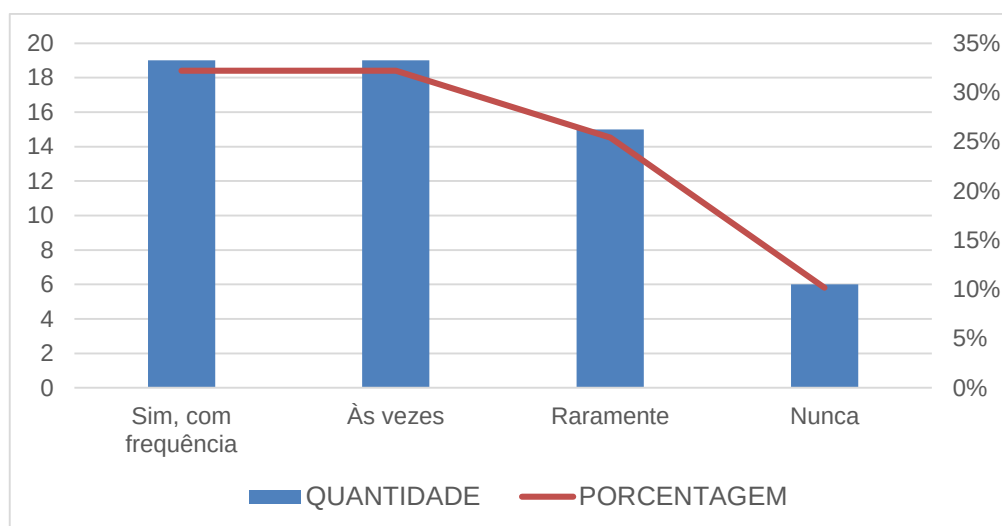
Após a caracterização sociodemográfica, iniciou-se o questionário sobre saúde mental. Inicialmente, observou-se que 45,8% dos estudantes sentem-se frequentemente sobrecarregados com a rotina de estudos, 30,5% declararam se sentirem sobrecarregados às vezes e 20,3% estão sempre sobrecarregados e apenas 3,4% raramente apresentam essa sensação (Gráfico 1). Além disso, 32,2% dos alunos afirmam que com frequência sua saúde mental foi afetada negativamente pela graduação com frequência, enquanto apenas 10,2% indicam nunca ter associado ou sentido que a formação teve interferência direta em seu estado mental (Gráfico 2).

**Gráfico 1- Com que frequência você se sente sobrecarregado(a) com a rotina de estudos na graduação?**



Fonte: Elaborado pelo autor, 2025.

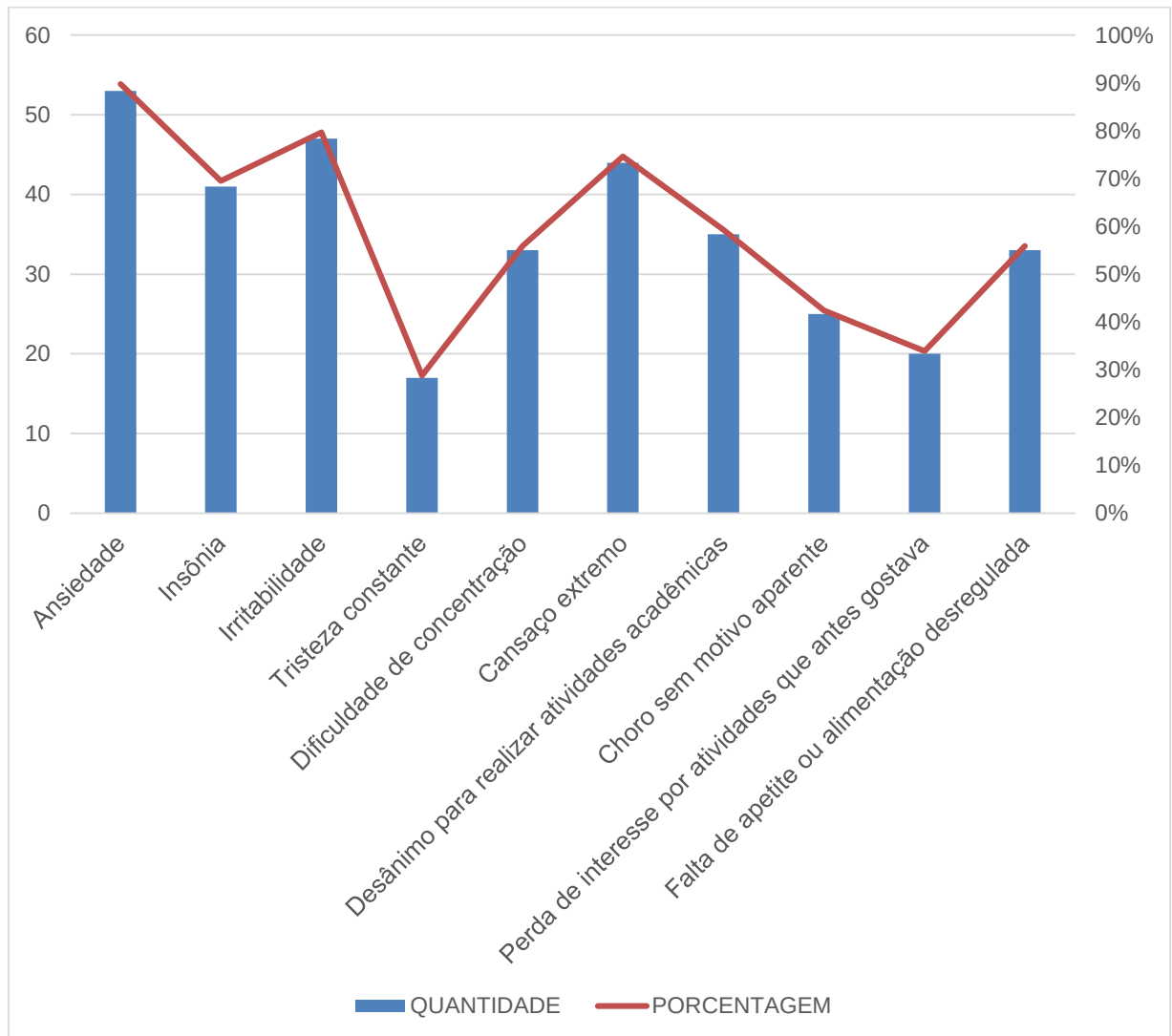
**Gráfico 2- Você já sentiu que estar cursando a graduação de medicina afetou negativamente sua saúde mental?**



Fonte: Elaborado pelo autor, 2025.

Após identificar que grande parte dos estudantes são sobrecarregados e emocionalmente afetados pela graduação, buscou-se detalhar quais emoções e sentimentos acompanham esse processo de formação. As respostas apontam para um quadro recorrente de sintomas psicológicos, destacando-se a ansiedade (89,8%), insônia (69,5%), irritabilidade (79,7%) e cansaço extremo (74,6%) (Gráfico 3).

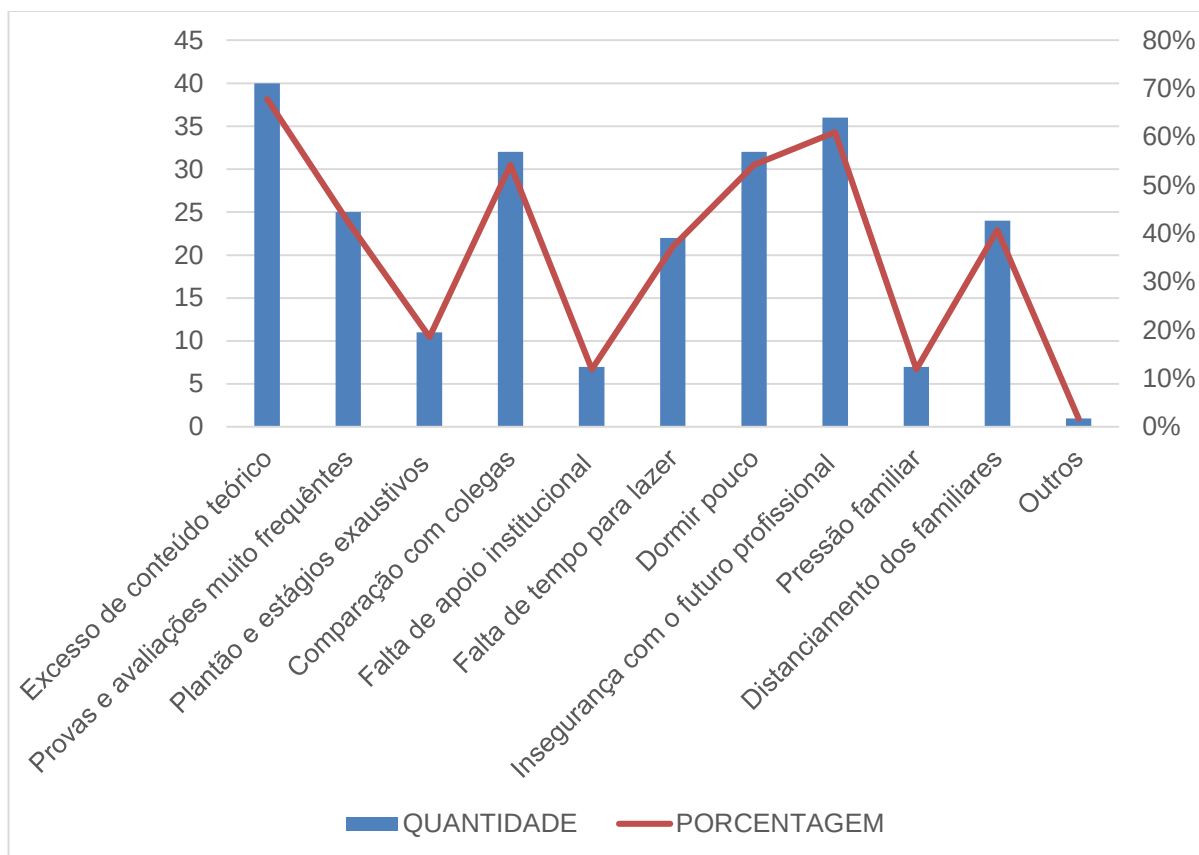
**Gráfico 3- Quais sintomas / sentimentos você vivenciou e experimentou durante a graduação?**



**Fonte: Elaborado pelo autor, 2025.**

Esses sentimentos e sensações são acarretados por inúmeros fatores e de acordo com as respostas coletadas, os mais recorrentes são: excesso de conteúdo teórico (67,8%), insegurança com o futuro profissional (61%), comparação com os colegas (54,2%) e dormir pouco (54,2%) (Gráfico 4).

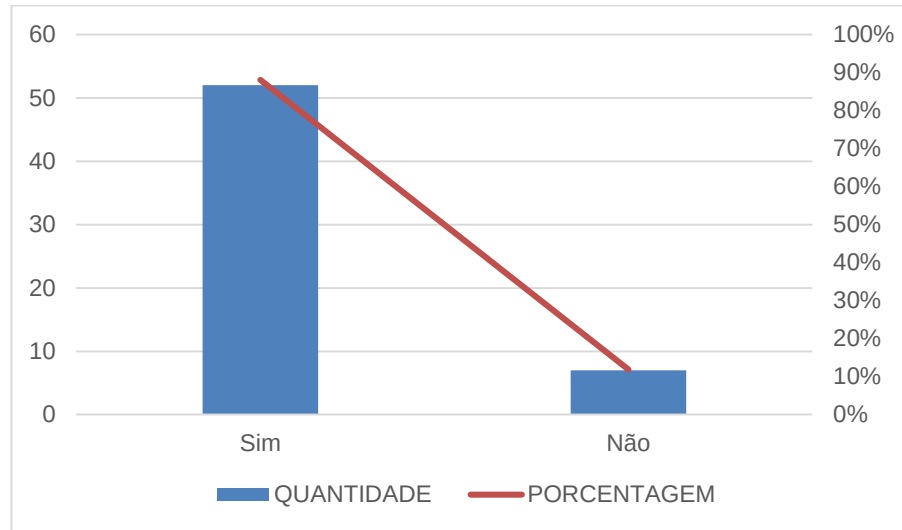
**Gráfico 4- Quais dos seguintes fatores mais contribuem para o seu estresse durante a graduação?**



**Fonte: Elaborado pelo autor, 2025.**

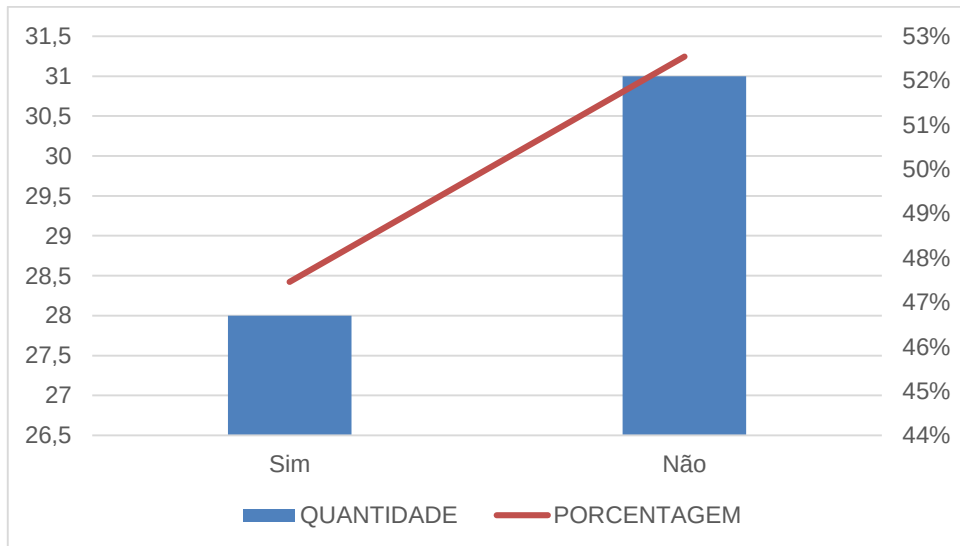
Considerando os aspectos psicológicos dos estudantes de medicina, uma das questões presente no formulário se referia se a Instituição de Ensino Superior (IES) oferece apoio psicológico aos alunos. Nesse sentido, 88,1% dos participantes informaram que há esse suporte nas instituições (Gráfico 5), no entanto, 47,5% dos alunos apontaram que utilizaria (Gráfico 6) esse suporte, mas somente 30,5% realmente busca ajuda profissional para lidar com os sentimentos negativos vivenciados na graduação (Gráfico 7).

**Gráfico 5- Sua faculdade oferece apoio psicológico aos estudantes?**



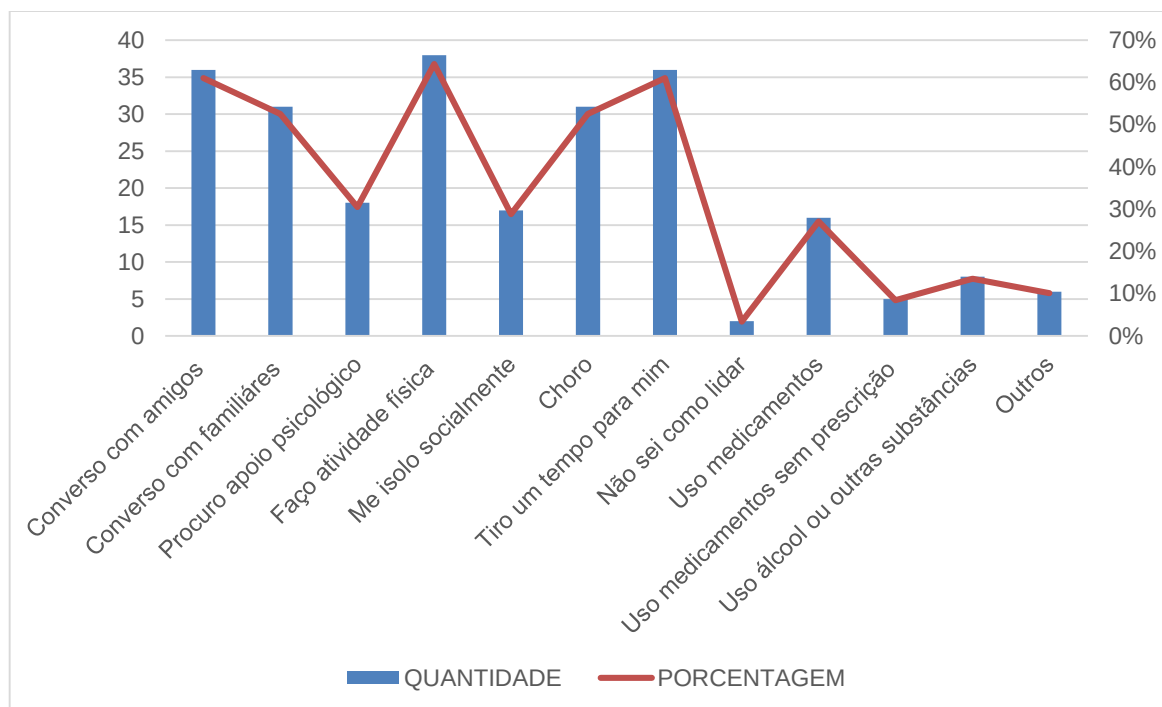
Fonte: Elaborado pelo autor, 2025.

**Gráfico 6- Utilizaria o suporte psicológico oferecido pela instituição de ensino em que realiza seu curso?**



Fonte: Elaborado pelo autor, 2025.

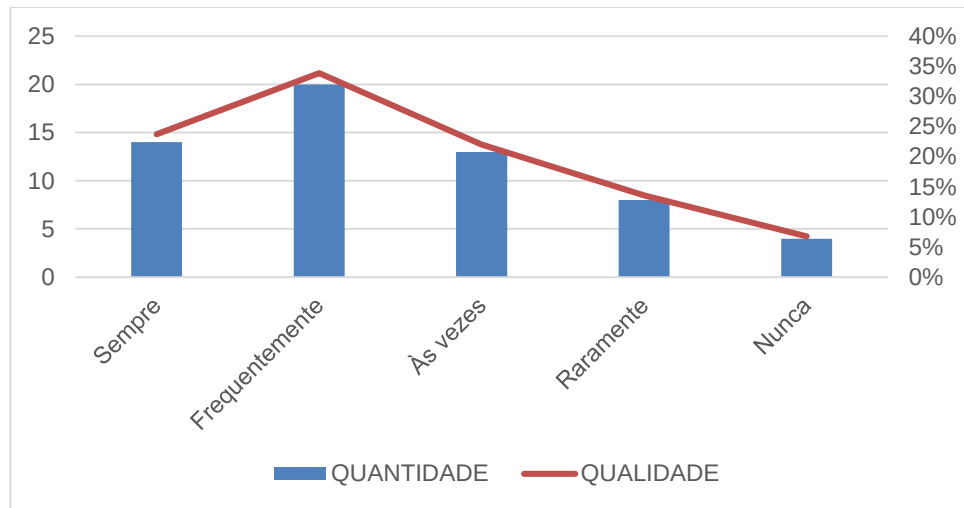
**Gráfico 7- Durante os períodos mais difíceis do curso, como você costuma lidar com o estresse emocional?**



**Fonte: Elaborado pelo autor, 2025.**

Os participantes apontaram outras formas para buscar alívio dos problemas e dificuldades oriundas da graduação, sendo: atividades físicas (64,4%), conversar com amigos (61%), tempo para si mesmo (61%), conversar com familiares (52,5%) e chorar (52,5%) (Gráfico 7). E além disso, 33,9% dos alunos afirmam que podem buscar dialogar com colegas e/ou professores sobre sentimentos frequentemente (Gráfico 8).

**Gráfico 8- Com que frequência você sente que pode conversar com colegas ou professores sobre seus sentimentos?**



**Fonte: Elaborado pelo autor, 2025.**

Assim sendo, percebe-se que o estado mental dos universitários de medicina encontra-se em um cenário conturbado, cansativo e prejudicial. Tais sintomas presentes durante a graduação podem resultar em quadros de transtornos psiquiátricos e até mesmo em ações irreversíveis, como aponta Moraes *et al* (2023), dizendo que os estudantes de medicina estão em um grupo de risco elevado para o suicídio, com taxas de três a cinco vezes maiores do que as da população geral, além de apresentarem índices de ansiedade e depressão maiores que estudantes de outras áreas ou jovens em sua maioria. A mesma pesquisa afirma que o ambiente acadêmico da medicina é altamente estressante e competitivo, marcado por pressões relacionadas a notas, desempenho e disputas por vagas, o que intensifica o sofrimento psíquico (Moraes *et al.*, 2023).

Contribuindo para essa problemática, Zaidhaft (2019) afirma que o curso de Medicina, ao longo do tempo, tem contribuído para o agravamento da saúde mental dos estudantes, com evidências de aumento na incidência de depressão, ideação suicida e perda de empatia e que essas questões estão relacionadas a fatores como o currículo oculto, a ideologia do não envolvimento emocional, a alta carga de conteúdo e a cultura de competição e hierarquia, que tornam a experiência desumana e estressante para os estudantes. Ele reforça que essas alterações não podem ser atribuídas apenas a fatores pré-existentes ou pessoais, mas estão intrinsicamente

relacionadas às condições do próprio curso de Medicina. O mesmo utiliza suas próprias experiências como estudante e docente para ilustrar como aspectos do currículo oculto, a cultura de não envolvimento emocional, a transmissão de uma ideologia que promove a repressão dos vínculos afetivos e a ideia de que o curso deve ser desumanizador contribuem para esse quadro. O autor também critica a ausência de dados científicos robustos que sustentem as máximas de que os estudantes devem "não se envolver" ou que o sofrimento emocional seja uma consequência inevitável do curso, reafirmando que tais ideias reforçam o isolamento e o sofrimento dos estudantes (Zaidhaft, 2019).

Apesar desse cenário, a busca por auxílio psicológico entre os alunos de medicina ainda é baixa, como aponta o estudo realizado por Da Silva *et. al.* (2022), na qual evidencia que acadêmicos identificados com transtornos mentais não procuram auxílio de um psicólogo, ou seja, apesar do sofrimento e diagnóstico ainda há o estigma e a falta da procura por assistência de saúde mental. Além disso, apenas 15% dos estudantes com depressão buscam essa ajuda. A mesma pesquisa afirma que a enfraquecida busca por tratamento terapêutico ocorre, entre outros fatores, devido à falta de tempo e estigma ao serviço de saúde mental (Da Silva *et. al.*, 2022). Esses dados corroboram com a pesquisa atual, em que 88,1% dos participantes informaram que há suporte emocional nas instituições, mas somente 30,5% referiu buscar ajuda profissional para lidar com os sentimentos negativos vivenciados na graduação.

Neste estudo, os participantes apontaram para um quadro recorrente de sintomas psicológicos, destacando-se a ansiedade (89,8%), insônia (69,5%), irritabilidade (79,7%) e cansaço extremo (74,6%). Desta forma, é possível verificar um índice elevado de sintomas nos alunos de medicina que participaram desta pesquisa. Estrela *et. al.* (2018) colabora esses achados em pesquisas relacionadas aos aspectos da saúde mental dos alunos de medicina, indicando que muitos estudantes apresentam sofrimento psíquico relacionado ao estresse e dificuldades de adaptação, e que uma parcela significativa desses alunos teme o estigma associado à busca por ajuda psicológica, o que os leva a relutar em procurar tratamento, mesmo quando apresentam vulnerabilidade e necessidade de apoio.

Para justificar essa ótica, Buchli *et. al.* (2019) indica que a dificuldade de procurar auxílio psicológico entre os estudantes de medicina está relacionada

principalmente ao preconceito e à psicofobia ainda presentes na sociedade e no ambiente acadêmico. Esses estudantes, mesmo estando mais esclarecidos, muitas vezes enfrentam o medo da vergonha, do estigma social e da hospitalização involuntária, o que os impede de buscar ajuda de forma espontânea. Além disso, há uma percepção de fraqueza ou incapacidade moral, onde o aluno pode se sentir moralmente fraco, incapaz de lidar com as próprias dificuldades, ou perigoso para si mesmo e para os outros, o que reforça a resistência em procurar apoio psicológico (Buchli *et. al.*, 2019).

Diante do impacto emocional vivenciado durante a graduação, os estudantes buscam outras maneiras para lidar com as dificuldades e sofrimentos psíquicos, como indicado no presente estudo, como atividades físicas, conversar com amigos, tempo para si mesmo, conversar com familiares e chorar. Além disso, 33,9% dos alunos afirmam que podem buscar dialogar com colegas e professores sobre seus sentimentos. Desta forma, essas expressões podem favorecer a proteção da saúde mental dos alunos de condições mais agravantes. No entanto, a pesquisa de Schlittler *et. al.* (2023) sobre o comportamento suicida presente nos estudantes de medicina, que foi realizada com uma amostra de alunos da Unicamp, indica que a sobrecarga de informações é um dos fatores fundamentais para o prejuízo psicológico dos futuros médicos e que os mesmos buscam estratégias de enfrentamento alternativos e individuais como ouvir música, manter relacionamentos afetivos de qualidade, descansar e praticar esportes.

Independentemente das formas alternativas de enfrentamento, o tratamento psicológico acaba sendo indispensável para os alunos. O estudo de Estrela *et. al.* (2018) afirma que os serviços de apoio psicológico exercem papel fundamental na prevenção do adoecimento mental, oferecendo suporte que contribui diretamente para o equilíbrio emocional e o bom desempenho dos estudantes. Costa *et. al.* (2020) sugere que o modelo de ensino seja repensado para incluir serviços de apoio psicopedagógico aos graduandos, o que poderia diminuir o sofrimento psíquico e promover estratégias de enfrentamento mais eficazes, para combater também o estigma ao serviço psicológico e incentivar a aderência do tratamento. Além disso, o mesmo estudo recomenda que as instituições de ensino ofereçam atendimento psicológico e psiquiátrico acessível, visando o bem-estar e o melhor desempenho acadêmico dos estudantes.

A atenção à saúde mental dos alunos de medicina é necessária para evitar diversas consequências prejudiciais, incluindo o agravamento dos transtornos emocionais, maior vulnerabilidade a crises de ansiedade e depressão, aumento do risco de pensamentos suicidas e a perpetuação do estigma ligado à saúde mental. Como eles frequentemente enfrentam altas cargas de estudo e exigências internas, a ausência de ajuda adequada pode levar ao agravamento de seu estado psicológico, prejudicando seu bem-estar e seu desempenho acadêmico, contribuindo ainda mais para a formação de uma cultura de silêncio e negação em relação à saúde mental dentro do meio acadêmico (Buchli *et. al.*, 2019).

Visando a importância do Psicólogo para a formação de médicos, Fiorotti *et. al.* (2010) enfatizam que a alta prevalência de transtornos mentais entre os estudantes de medicina evidencia a necessidade de ações de prevenção e apoio psicológico específicos para esse grupo. Os autores ressaltam que estratégias como fornecer espaços para reflexão, promover debates abertos sobre vulnerabilidades, limitações e patologias dos estudantes, assim como reconhecer as dificuldades emocionais enfrentadas durante o curso, são fundamentais para reduzir o impacto desses transtornos. A mesma pesquisa também evidencia a importância do apoio social e emocional, apontando que a ausência desse suporte é fortemente associada aos transtornos mentais, reforçando a necessidade de estratégias que fortaleçam a rede de suporte dos estudantes, seja na forma de orientação psicológica, grupos de apoio ou programas de intervenção precoce. Assim, a promoção da saúde mental e o suporte psicossocial são considerados essenciais para melhorar a qualidade de vida dos estudantes de medicina e sua formação profissional (Fiorotti *et. al.*, 2010).

## **Conclusão**

Os resultados deste estudo mostram que a saúde mental dos estudantes de medicina encontra-se significativamente afetada durante a formação acadêmica. Sintomas como ansiedade, irritabilidade, insônia e cansaço extremo foram amplamente relatados, assim como a sensação constante de sobrecarga. Apesar da maioria das instituições de ensino superior relatadas pelos participantes oferecerem algum tipo de suporte emocional, a procura por atendimento psicológico permaneceu baixa, indicando que o estigma, a falta de tempo e a dificuldade em reconhecer

vulnerabilidades ainda são barreiras importantes para acessar esse tipo de serviço. Esses dados confirmam tendências apresentadas na literatura e reforçam que o ambiente acadêmico da medicina continua sendo um espaço de alta exigência emocional e psicológica.

Diante desse panorama, destaca-se a relevância da Psicologia como parte essencial na formação dos futuros médicos, contribuindo tanto para a prevenção do adoecimento quanto para o desenvolvimento de competências socioemocionais fundamentais para a prática profissional. A implementação de estratégias institucionais mais eficazes, como programas de apoio contínuo, ações que reduzam o estigma e espaços de acolhimento acessíveis, torna-se indispensável. Assim, este trabalho reforça a necessidade de que as instituições reconheçam e cuidem das demandas emocionais dos estudantes, garantindo não apenas melhor bem-estar durante a graduação, mas também formando profissionais mais preparados, sensíveis e equilibrados para atuar na área da saúde e afins.

## Referências

ARNOLD, S. S.; DE CARVALHO, E. A. Predomínio do estresse em acadêmicos de medicina. **Uningá Review**, v. 24, n. 1, p. 85-89, 2015. Disponível em: <https://revista.uninga.br/uningareviews/article/view/1668>. Acesso em: 21 de mar. de 2025.

BUCHLI, G. *et al.* Psicofobia: percepção da saúde mental em estudantes de medicina. **Revista saúde multidisciplinar**, v. 6, n. 2, p. 1-9, 2019. Disponível em: <https://revistas.famp.edu.br/revistasaudemultidisciplinar/article/view/81>. Acesso em: 09 de nov. de 2025.

COSTA, D. S. Da *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. e040, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/KcypBsxmXSmQgDgKNqNkhPy/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 02 de nov. de 2025.

DA SILVA, J. E. M. *et al.* Retrato da saúde mental dos estudantes de medicina e seu acesso aos centros de apoio. **SciELO Preprints**, 2022. DOI: 10.1590/SciELOPreprints.3538. Disponível em:

<https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/3538>. Acesso em: 02 de nov. de 2025.

DA SILVA, L. T. L. Origens da psicossomática e suas conexões com a Medicina na Grécia antiga. **Analytica: Revista de Psicanálise**, v. 5, n. 8, p. 49-79, 2016. Disponível em: <https://periodicos.ufsj.edu.br/analytica/article/view/1569>. Acesso em: 21 de mar. de 2025.

DARIO, P. A relação médico-doente: Breve revisão da antiguidade à atualidade. **Revista de Medicina**, v. 98, n. 3, p. 216-221, 2019. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/revistadc/article/view/154792>. Acesso em: 21 de mar. de 2025.

DE ANDRADE, F. M. Sobre a saúde mental dos estudantes de medicina no Brasil. **Revista aSEPHallus**, v. 19, n. 38, p. 6-19, 2024. Disponível em: <http://www.isepol.com/asephallus/pdf/02-ANDRADE-COELHO-DOS-SANTOS-FARNETANO.pdf>. Acesso em: 21 de mar. de 2025.

ESTRELA, Y. da C. A. *et al.* Estresse e correlatos com características de saúde e sociodemográficas de estudantes de medicina. **Ces Medicina**, v. 32, n. 3, p. 215-225, 2018. Disponível em: <https://revistas.ces.edu.co/index.php/medicina/article/view/4522>. Acesso em: 02 de nov. de 2025.

FIORINI, L. R.; MANSO, M. E. G. As origens da medicina ocidental: Mesopotâmia e Egito Antigo. **Brazilian journal of health review**, v. 4, n. 4, p. 16609-16615, 2021, 2021. Disponível em: <http://repo.saocamilo-sp.br:8080/dspace/handle/123456789/1714>. Acesso em: 30 de mar. de 2025.

FIOROTTI, K. P. *et al.* Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 59, n. 1, p. 17-23, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/SDYGfzZpxLZd6BrwPZBttPj/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 09 de nov. de 2025.

GROSSEMAN, S.; PATRÍCIO, Z. M. A relação médico-paciente e o cuidado humano: subsídios para promoção da educação médica. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 28, n. 2, p. 99-105, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/YnNgZm4vRCgPxbQhvNWgj3k/>. Acesso em: 06 de abr. de 2025.

GUERRA, A.; REIS, S. H. dos. Ser médico e aprender Medicina na Lusitânia romana. **Cuadernos de Arqueología de la Universidad de Navarra**, v. 26, p. 19–48, 2018. DOI: 10.15581/012.26.001. Disponível em: <https://revistas.unav.edu/index.php/cuadernos-de-arqueologia/article/view/9686>. Acesso em: 30 de mar. de 2025.

JÚNIOR, M. A. G. N. *et al.* Depressão em estudantes de medicina. **Rev Med Minas Gerais**, v. 25, n. 4, p. 562-567, 2015. Disponível em: <https://rmmg.org/artigo/detalhes/1872>. Acesso em: 21 de mar. de 2025.

MORAES, M. A. *et al.* Principais motivações para ideação e tentativa de suicídio entre estudantes de medicina. **Revista Master-Ensino, Pesquisa e Extensão**, v. 8, n. 15, 2023. DOI: 10.47224/revistamaster.v8i15.378. Disponível em: <https://revistamaster.emnuvens.com.br/RM/article/view/378>. Acesso em: 27 de set. de 2025.

NASSAR, L. M.; DE CARVALHO, J. P. Síndrome de Burnout em estudantes de graduação de medicina no Brasil: uma revisão do panorama brasileiro. **Espaço para a Saúde**, v. 22, n. 72, p. 1-12, 2021. Disponível em: <https://espacoparasaude.fpp.edu.br/index.php/espacosaude/article/view/721>. Acesso em: 21 de mar. de 2025.

SCHLITTLER, L. X. de C. *et al.* Prevalência de comportamento suicida em estudantes de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 47, n. 3, p. e097, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/TgZ5hCwbXSXtvFJxxsvJpfM/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 12 de out. de 2025.

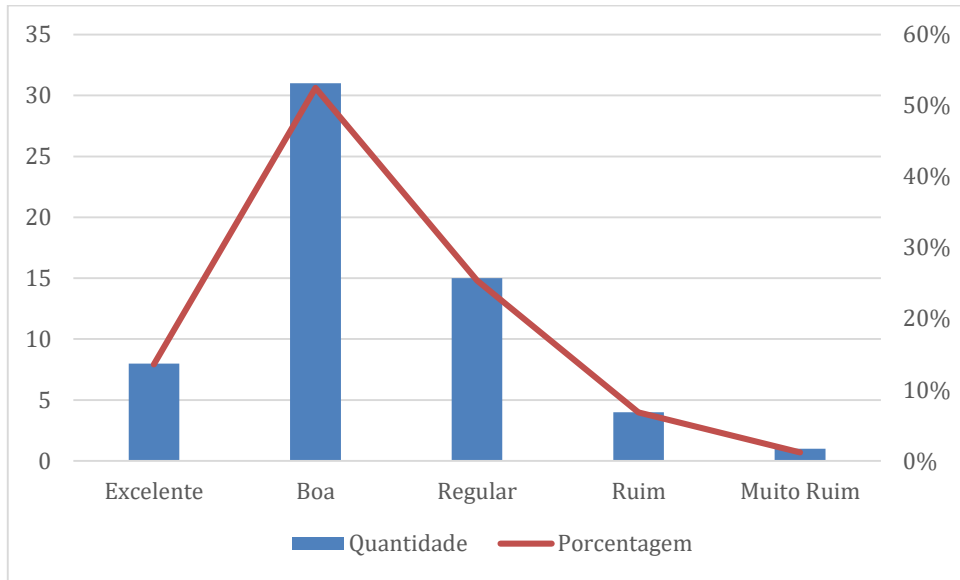
WAGNER, K. J. P.; MARTINS FILHO, L. J. Metodologias ativas de ensino-aprendizagem: uso, dificuldades e capacitação entre docentes de curso de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 46, n. 1, p. e028, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/PjWjjkDVHJwRP7Cz53VQSi/>. Acesso em: 21 de mar. de 2025.

ZAIDHAFT, S. A saúde mental dos estudantes de medicina: reminiscências e conjecturas de um mestre-escola. **Revista de Medicina, São Paulo, Brasil**, v. 98, n. 2, p. 86–98, 2019. Disponível em: <https://revistas.usp.br/revistadc/article/view/154139>. Acesso em: 09 de nov. de 2025.

**Anexos:****Tabela 1. Variáveis sociodemográficas dos participantes da pesquisa (n=59).**

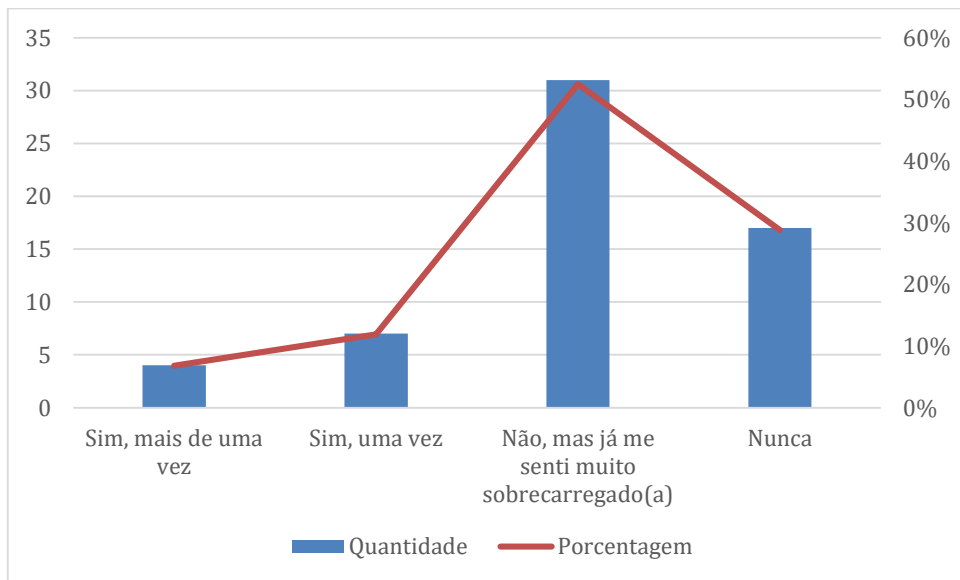
| <b>Variáveis Sociodemográficas</b> | <b>n</b> | <b>%</b> |
|------------------------------------|----------|----------|
| Idade                              |          |          |
| 18 a 20 anos                       | 20       | 34%      |
| 21 a 24 anos                       | 31       | 53%      |
| 25 a 28 anos                       | 4        | 7%       |
| 29 a 31 anos                       | 1        | 2%       |
| 32 a 35 anos                       | 1        | 2%       |
| 36 a 39 anos                       | 2        | 3%       |
| Gênero                             |          |          |
| Mulher Cisgênero                   | 48       | 81%      |
| Homem Cisgênero                    | 11       | 19%      |
| Período acadêmico                  |          |          |
| 1° ano                             | 16       | 27%      |
| 2° ano                             | 8        | 14%      |
| 3° ano                             | 26       | 44%      |
| 4° ano                             | 6        | 10%      |
| 5° ano                             | 0        | 0%       |
| 6° ano                             | 3        | 5%       |
| Possui filhos                      |          |          |
| Sim                                | 1        | 1%       |
| Não                                | 58       | 98%      |
| Estado civil:                      |          |          |
| Solteiro(a)                        | 53       | 90%      |
| Casado(a)                          | 1        | 1%       |
| União estável                      | 4        | 7%       |
| Divorciado                         | 1        | 1%       |
| Renda familiar                     |          |          |
| Até 1 salário mínimo               | 2        | 3%       |
| De 1 a 3 salários mínimos          | 10       | 17%      |
| De 3 a 5 salários mínimos          | 14       | 24%      |
| Acima de 5 salários mínimos        | 23       | 39%      |
| Prefiro não informar               | 10       | 17%      |
| Instituição de ensino              |          |          |
| Unoeste                            | 17       | 29%      |
| Uninove                            | 17       | 29%      |
| UFTM                               | 5        | 8%       |
| Unicid                             | 4        | 7%       |
| PUCPR                              | 2        | 3%       |
| Unisa                              | 2        | 3%       |
| Unimar                             | 3        | 5%       |
| Unisalesiano                       | 1        | 2%       |
| Uniara                             | 8        | 14%      |

**Gráfico 9: Como você avalia sua saúde mental atualmente?**



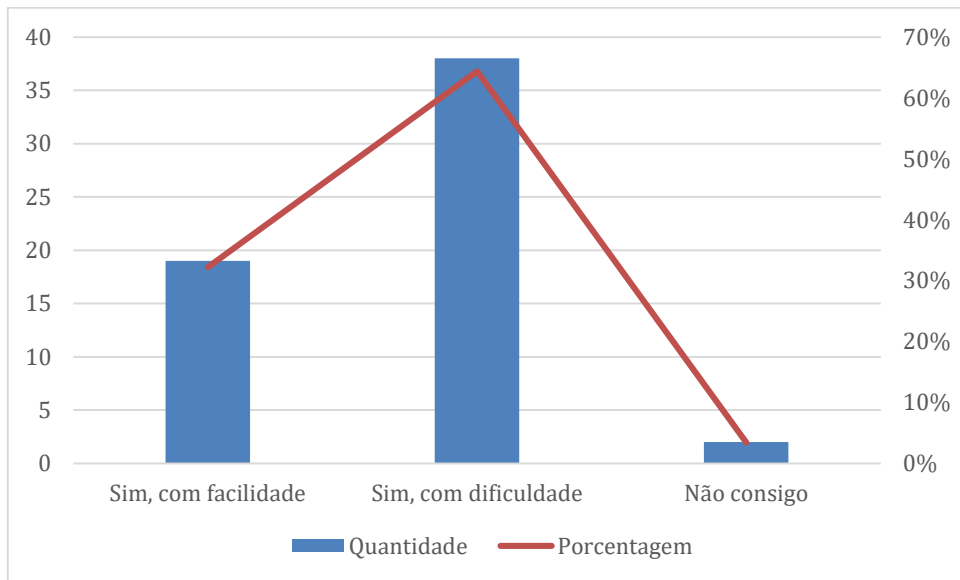
Fonte: Elaborado pelo autor, 2025.

**Gráfico 10: Você já pensou em desistir da faculdade de medicina por motivos emocionais?**



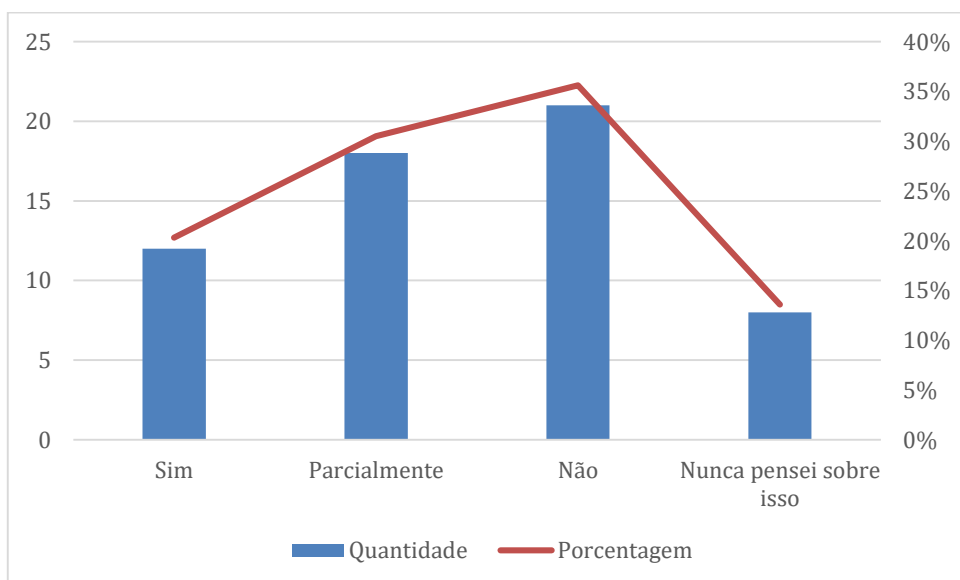
Fonte: Elaborado pelo autor, 2025.

**Gráfico 11: Você sente que consegue conciliar sua vida acadêmica com sua vida pessoal e emocional?**



Fonte: Elaborado pelo autor, 2025.

**Gráfico 12: Você considera que há espaço na grade curricular para pensar a saúde mental do estudante de medicina?**



Fonte: Elaborado pelo autor, 2025.