

UNIVERSIDADE FEDERAL DA FRONTEIRA SUL
CAMPUS PASSO FUNDO
PROGRAMA DE RESIDÊNCIA MÉDICA EM CLÍNICA MÉDICA

JÉSSICA MALDANER LUI

**PREVALÊNCIA DO USO DE PSICOFÁRMACOS EM ESTUDANTES DE
MEDICINA DE UMA UNIVERSIDADE DO NORTE DO ESTADO DO RIO
GRANDE DO SUL**

PASSO FUNDO, RS

2024

JÉSSICA MALDANER LUI

**PREVALÊNCIA DO USO DE PSICOFÁRMACOS EM ESTUDANTES DE
MEDICINA DE UMA UNIVERSIDADE DO NORTE DO ESTADO DO RIO GRANDE
DO SUL**

Trabalho apresentado à Universidade Federal da
Fronteira Sul (UFFS), *Campus* Passo Fundo, RS,
como requisito parcial para a conclusão do
Programa de Residência Médica em Clínica
Médica.

Orientador: Glaucia Sarturi Tres
Coorientador: Gustavo Olszanski Acrani

PASSO FUNDO, RS

2024

RESUMO

O aumento da prevalência dos transtornos depressivos e de ansiedade têm ocupado lugar de destaque nos meios de comunicação e conferências de saúde pelo mundo todo. Dessa forma, o estudo e trabalho excessivos são os meios encontrados para conquistar esse “sucesso”, muitas vezes às custas da saúde física e mental. No ambiente acadêmico, onde o valor pessoal está, na maior parte do tempo, atrelado às notas, muitos estudantes acabam recorrendo a medicamentos psicotrópicos, tanto estimulantes quanto calmantes. O crescimento preocupante da prevalência de transtornos psiquiátricos em estudantes de Medicina, juntamente com a elevada ocorrência de suicídios nessa classe, são reflexo dessa realidade. Evidencia-se, portanto, a relevância de rastrear o uso de psicofármacos nos estudantes de Medicina, de forma a verificar as associações com o estilo de vida e com a real necessidade das medicações – por meio de questionários individuais que avaliem o consumo desses medicamentos e a saúde emocional.

Palavras-chave: Psicofármacos; Acadêmicos de Medicina; Saúde Mental.

1 INTRODUÇÃO

O aumento da prevalência dos transtornos depressivos e de ansiedade têm ocupado lugar de destaque nos meios de comunicação e conferências de saúde pelo mundo todo. Em uma sociedade cada vez mais competitiva, uma das maiores prioridades da população, principalmente os jovens, é conquistar títulos e realizações que se alinhem às expectativas de sucesso profissional. Dessa forma, o estudo e trabalho excessivos são os meios encontrados para conquistar esse “sucesso”, muitas vezes às custas da saúde física e mental. No ambiente acadêmico, onde o valor pessoal está, na maior parte do tempo, atrelado às notas, muitos estudantes acabam recorrendo a medicamentos psicotrópicos, tanto estimulantes quanto calmantes. Nesse contexto, o curso de Medicina possui destaque. Além da extenuante rotina de tarefas acadêmicas, os discentes são colocados, desde muito cedo, em contato com a pressão imbuída na prática médica – associada à tomada de decisões em relação à saúde dos pacientes, à convivência com o sofrimento e com a morte. O crescimento preocupante da prevalência de transtornos psiquiátricos em estudantes de Medicina, juntamente com a elevada ocorrência de suicídios nessa classe, são reflexo dessa realidade. Ao mesmo tempo que o uso de medicamentos psicotrópicos é indispensável em algumas condições para o controle de sintomas incapacitantes, é importante ressaltar que há uma tendência em hipermedicalizar todo e qualquer sofrimento psíquico. Dentro disso, faz-se necessário realizar uma avaliação criteriosa para cada caso. Evidencia-se, portanto, a relevância de rastrear o uso de psicofármacos nos estudantes de Medicina, de forma a verificar as associações com o estilo de vida e com a real necessidade das medicações – por meio de questionários individuais que avaliem o consumo desses medicamentos e a saúde emocional. Uma pesquisa desse cunho pode ser a base para implantar medidas de intervenção adequadas para cada realidade, a partir da compreensão dos fatores de risco envolvidos.

2 JUSTIFICATIVA

A prevalência do uso de psicofármacos por estudantes de Medicina é significativamente alta, corroborando o fenômeno atual de medicalização de manifestações psíquicas e as intensas cobranças as quais os acadêmicos são submetidos.

3 REVISÃO DA LITERATURA

De uma maneira geral, houve um aumento significativo dos transtornos mentais

no último século, devido, principalmente, às profundas transformações econômicas e culturais que foram acompanhadas por pressões de uma sociedade moderna, tecnológica e cada vez mais competitiva⁴.

A vida acadêmica dos estudantes universitários demanda plena dedicação e comprometimento. O empenho na conquista do diploma vem a ser, por sua vez, constantemente exaustivo. Entre os estudantes universitários em geral, estima-se que durante a formação acadêmica, 15 a 25% apresentem algum transtorno psíquico. Entre esses universitários, destacam-se os estudantes da área de saúde, sendo os estudantes de Medicina um grupo em destaque. Além da graduação, a rotina médica é considerada atividade de alta pressão e tensão psicológica, influenciando no desempenho do estudante⁵.

A saúde mental dos estudantes de Medicina é tema recorrente nos meios midiáticos pelo número crescente de casos de suicídio e transtornos mentais que acometem tal grupo. Desde o início da vida acadêmica, o estudante é deparado com a pressão (de si mesmo, da família, dos amigos) e metodologia de ensino que visa o sucesso em uma prova, uma vez que o vestibular é um processo seletivo muito concorrido.

Já dentro da faculdade, a pressão para aprender uma vasta quantidade de conteúdos, a falta de tempo para lazer, o contato frequente com o sofrimento alheio e com a morte podem ser precipitantes do desenvolvimento de transtornos mentais¹, como depressão, transtornos de ansiedade, dependência de substâncias psicoativas e suicídio, o que já foi demonstrado como maior prevalência nesse grupo do que na população em geral e em outros grupos acadêmicos⁷. Sendo assim, muitos desses jovens estudantes, para resistir ao estresse e ao cansaço, utilizam medicamentos para amenizar a ansiedade e preocupação gerada. Uma das opções adotadas refere-se ao uso de psicofármacos, que teve um aumento progressivo e tem se apresentado como fenômeno atual³.

O uso de psicofármacos, descobertos por volta da década 50, é uma realidade desde que a psiquiatria modificou sua prática, até então responsável por tratar somente a loucura. A expansão do uso desses medicamentos na atualidade demanda a reflexão sobre como os indivíduos se relacionam com as questões do cotidiano e, também, sobre a prescrição que, em teoria, deveria ser realizada quando seu uso é imprescindível e o transtorno mental de moderado a grave, mas que hoje em dia é realizada para tratar farmacologicamente qualquer manifestação psíquica². Dentre os psicofármacos mais prescritos, estão os antidepressivos, os ansiolíticos e os antipsicóticos⁶. O uso dessa classe de medicamentos por jovens estudantes tem sido uma preocupação global. Em países

como Canadá, Estados Unidos e Inglaterra, esse assunto vem sendo bastante abordado e discutido após a realização de estudos epidemiológicos que evidenciaram o aumento do uso desses medicamentos pelos universitários para melhorar o rendimento acadêmico⁵.

A investigação sobre transtornos da saúde mental em estudantes é de extrema importância e relevância nos meios científicos e assistenciais, pois à medida que o estudante percebe o estado em que se encontra, busca a ajuda profissional e recorre ao uso de medicamentos, sendo importante e necessário que este seja feito de forma segura. Com esse tipo de abordagem, é possível minimizar os efeitos colaterais, evitando o desenvolvimento de dependência, abstinência, abuso e possíveis interações⁴.

Ademais, é importante que haja a adoção, pela instituição formadora, de medidas direcionadas aos fatores de risco que contribuem para os transtornos mentais dos estudantes, como: rever metodologias de ensino adotadas e, sobretudo, criar estratégias que possibilitem a escuta e acolhimento desses estudantes, a fim de minimizar os riscos e as consequências de uma saúde mental instável.

4 OBJETIVOS

4.1 OBJETIVO GERAL

O objetivo do estudo é avaliar a prevalência do uso de psicofármacos em estudantes de Medicina de uma universidade do norte do estado no Rio Grande do Sul.

4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar os fatores associados ao uso de psicofármacos, que compreendem os fatores precipitantes e a ciência dos riscos de dependência.
- Estudar a influência do curso de Medicina sobre a medicalização dos sintomas psíquicos.
- Traçar o perfil dos acadêmicos que fazem uso de psicofármacos, como o sexo, faixa etária, semestre que começou a usar.
- Avaliar se o estudante já fez uso prévio de psicofármacos e, se sim, quais foram as circunstâncias: se foi pelo mesmo motivo, se apresentou melhora do quadro, se voltaria a usar, se vê a necessidade de usar novamente.
- Identificar qual tipo de psicofármacos foi mais utilizado, a fim de apontar qual a doença psíquica mais prevalente no meio acadêmico.
- Identificar o fenômeno da automedicação com fármacos de venda restrita sob

retenção de receita.

- Avaliar os riscos e benefícios do uso de psicofármacos durante a formação acadêmica dos alunos de Medicina ao longo dos seis anos de faculdade.

5 HIPÓTESES

- Desvendar o uso de psicofármacos por acadêmicos de curso de medicina do norte do estado do RS.
- Esclarecer a existência da prescrição médica, bem como sua fonte (se foi por um médico psiquiatra).
- Avaliar a saúde mental do entrevistado por meio do teste SQR (Teste que avalia o sofrimento mental).
- Avaliar o uso de psicoterápica coadjuvante.
- Investigar relação entre o uso de psicofármacos, o estado de saúde mental, a faixa etária, o nível de atividade física, bem como com outras variantes.

6 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal, descritivo, a ser desenvolvido por acadêmicos da Faculdade de Medicina da Universidade de Passo Fundo (UPF), na disciplina de Seminário Avançado de Pesquisa I com intuito de avaliar a prevalência do uso de psicofármacos por estudantes de Medicina da Universidade de Passo Fundo. No primeiro contato, será feito um convite e uma explanação da pesquisa nas salas de aula e a entrega dos termos de consentimento aos que aceitarem participar da pesquisa. Será realizada somente uma coleta por meio de um questionário impresso, no qual o aluno será questionado em relação a sua saúde mental por meio do Self Report Questionnaire (SRQ) para avaliar seu sofrimento mental; sobre o uso de psicofármacos com o questionário QRV-20 e sua aderência por meio do Teste de Morisky-Green e também sobre seu perfil pessoal e socioeconômico (ANEXO 1). A pesquisa apresenta riscos mínimos aos participantes, pois garantimos o anonimato do acadêmico, utilizando somente sua matrícula acadêmica para fins de identificação. Durante a aplicação do questionário, os pesquisadores que permanecerem na sala serão orientados a evitar qualquer forma de constrangimento para o entrevistado; as fileiras serão afastadas para que nenhum acadêmico consiga visualizar o questionário de outros e ao final da pesquisa, todos os questionários serão recolhidos e mantidos com o verso para cima. O entrevistado pode desistir do questionário a qualquer momento durante a aplicação caso se sinta constrangido em responder. Em caso de dano psicológico, o acadêmico pode entrar em contato com a doutora Glaucia Sarturi Tres pelo telefone (54) 99998-0832 e solicitar

auxílio ou também pelo Setor de Atenção ao Estudante (SAES) disponível a todos os acadêmicos da Universidade de Passo Fundo. Os dados serão publicados somente coletivamente para evitar constrangimentos.

7 RECURSOS

Tabela 1 - Recursos

Item	Custo (R\$)
Impressão de questionários	300,00
Valor total (R\$)	300,00

Fonte: Recursos próprios.

8 CRONOGRAMA

Tabela 2 – Cronograma

Atividade/Mês e ano	Outu bro/ 18	Novem bro/18	Março /19	Abril/ 19	Agosto/ 24	Novem bro/24	Março /25
Revisão bibliográfica	X						
Redação do projeto	X						
Trâmite no Comitê de ética		X					
Coleta de dados			X				
Digitação de dados				X			
Análise de dados					X		
Redação do TCR						X	
Publicação							X

9 REFERÊNCIAS

1. MARCHI, K. C.; BÁRBARO, A. M.; MIASSO, A. I.; TIRAPELLI, C. R. Anxiety and the consumption of anxiolytics among nursing students of a public university. *Revista eletrônica de enfermagem*; 15(3):731-9. Setembro; 2013.
2. RIBEIRO, A. G.; CRUZ, L. P.; MARCHI, K.C.; TIRAPELLI, C.R.; MIASSO, A.I. Antidepressants: use, adherence and awareness among medical students. *Ciência e saúde coletiva*. Rio de Janeiro; vol.19 no.6. Junho, 2014.
3. ENNS, M.W., COX, B.J., SAREEN, J., FREEMAN, P. Adaptive and maladaptive perfectionism in medical students: a longitudinal investigation. *Med Educ*. novembro de 2001;35(11):1034– 42.
4. SANTAL, N. D., CANTILINO, A. Suicídio entre Médicos e Estudantes de Medicina: Revisão de Literatura. *Revista Brasileira de Educação Médica*; 772 40 (4): 772-780; 2016
5. LUNA, I.S.; DOMINATO, A. A. G.; FERRARI, F.; COSTA, A. L.; PIRES, A. C.; XIMENDES, G. S. Consumo de psicofármacos entre alunos de medicina do primeiro e sexto ano de uma universidade do estado de São Paulo. *Colloquium Vitae*; São

Paulo;Vol. 10, n. 1. 2018

6. LINDEN, M., LECRUBIER, Y., BELLANTUONO, C., BENKERT, O., KISELY, S., SIMON, G. The prescribing of psychotropic drugs by primary care physicians: an international collaborative study. J Clin Psychopharmacol. 1999;19(2):132-40

7. SIM, M.G., KHONG, E., WAIN, T.D. The prescribing dilemma of benzodiazepines. Aust Fam Physician. 2007;36(11):923-6

APÊNDICES E ANEXOS (SE HOVER)

OBS: Projeto já submetido e aprovado previamente na Plataforma Brasil (CAAE: 00851018.0.0000.5342).

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: PREVALÊNCIA DO USO DE PSICOFÁRMACOS EM ESTUDANTES DE MEDICINA DE UMA UNIVERSIDADE DO NORTE DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL

Pesquisador: Glaucia Sarturi Tres

Área Temática:

Versão: 3

CAAE: 00851018.0.0000.5342

Instituição Proponente: Universidade de Passo Fundo/Vice-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.095.121

Apresentação do Projeto:

O aumento da prevalência dos transtornos depressivos e de ansiedade têm ocupado lugar de destaque nos meios de comunicação e conferências de saúde pelo mundo todo. Dessa forma, o estudo e trabalho excessivos são os meios encontrados para conquistar esse “sucesso”, muitas vezes às custas da saúde física e mental. No ambiente acadêmico, onde o valor pessoal está, na maior parte do tempo, atrelado às notas, muitos estudantes acabam recorrendo a medicamentos psicotrópicos, tanto estimulantes quanto calmantes. O crescimento preocupante da prevalência de transtornos psiquiátricos em estudantes de Medicina, juntamente com a elevada ocorrência de suicídios nessa classe, são reflexo dessa realidade. Evidencia-se, portanto, a relevância de rastrear o uso de psicofármacos nos estudantes de Medicina, de forma a verificar as associações com o estilo de vida e com a real necessidade das medicações – por meio de questionários individuais que avaliem o consumo desses medicamentos e a saúde emocional.

Objetivo da Pesquisa:

O objetivo do estudo é avaliar a prevalência do uso de psicofármacos em estudantes de Medicina de uma universidade do norte do estado no Rio Grande do Sul.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos: Os possíveis riscos decorrentes da participação desta pesquisa podem envolver

Endereço: BR 285- Km 292 Campus I - Centro Administrativo

Bairro: Divisão de Pesquisa / São José

CEP: 99.052-900

UF: RS

Município: PASSO FUNDO

Telefone: (54)3316-8157

E-mail: cep@upf.br

UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO/ VICE-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-



Continuação do Parecer: 3.095.121

desconforto, constrangimento, sentir-se coagido, desrespeitado quanto à dignidade da pessoa humana, seus valores culturais, sociais, psíquicos, morais, éticos, intelectuais, religiosos, hábitos, crenças e costumes.

Benefícios: Traçar o perfil dos estudantes que usam psicofármacos a fim de elaborar estratégias de intervenção por meio de apoio psicológico

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Trata-se de um estudo transversal, descritivo, a ser desenvolvido por acadêmicos da Faculdade de Medicina da Universidade de Passo Fundo (UPF), na disciplina de Seminário Avançado de Pesquisa I com intuito de avaliar a prevalência do uso de psicofármacos por estudantes de Medicina da Universidade de Passo Fundo. No primeiro contato, será feito um convite e uma explanação da pesquisa nas salas de aula e a entrega dos termos de consentimento aos que aceitarem participar da pesquisa. Será realizada somente uma coleta por meio de um questionário impresso, no qual o aluno será questionado em relação a sua saúde mental por meio do Self Report Questionnaire (SRQ) para avaliar seu sofrimento mental; sobre o uso de psicofármacos com o questionário QRV-20 e sua aderência por meio do Teste de Morisky-Green e também sobre seu perfil pessoal e socioeconômico.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Os direitos fundamentais dos participantes foram garantidos no projeto e no TCLE. O protocolo foi instruído e apresentado de maneira completa e adequada. Os compromissos do pesquisador e das instituições estavam presentes. O projeto foi considerado claro em seus aspectos científicos, metodológicos e éticos.

Recomendações:

Após o término da pesquisa, o CEP UPF solicita: a) A devolução dos resultados do estudo aos sujeitos da pesquisa ou a instituição que forneceu os dados; b) Enviar o relatório final da pesquisa, pela plataforma, utilizando a opção, no final da página, "Enviar Notificação" + relatório final.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Diante do exposto, este Comitê, de acordo com as atribuições definidas na Resolução n. 466/12, do Conselho Nacional da Saúde, Ministério da Saúde, Brasil, manifesta-se pela aprovação do projeto de pesquisa na forma como foi proposto.

Considerações Finais a critério do CEP:

Endereço: BR 285- Km 292 Campus I - Centro Administrativo

Bairro: Divisão de Pesquisa / São José

CEP: 99.052-900

UF: RS

Município: PASSO FUNDO

Telefone: (54)3316-8157

E-mail: cep@upf.br

UNIVERSIDADE DE PASSO
FUNDO/ VICE-REITORIA DE
PESQUISA E PÓS-



Continuação do Parecer: 3.095.121

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1233149.pdf	10/12/2018 16:46:30		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	termo.docx	10/12/2018 16:45:14	Glaucia Sarturi Tres	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	projeto.doc	10/10/2018 19:15:47	Glaucia Sarturi Tres	Aceito
Folha de Rosto	folhaderosto.PDF	09/10/2018 00:09:37	Glaucia Sarturi Tres	Aceito
Declaração de Pesquisadores	pesquisanaoiniciada.PDF	09/10/2018 00:06:32	Glaucia Sarturi Tres	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	autorizacao.PDF	09/10/2018 00:05:59	Glaucia Sarturi Tres	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

PASSO FUNDO, 19 de Dezembro de 2018

Assinado por:
Felipe Cittolin Abal
(Coordenador(a))

Endereço: BR 285- Km 292 Campus I - Centro Administrativo

Bairro: Divisão de Pesquisa / São José

CEP: 99.052-900

UF: RS

Município: PASSO FUNDO

Telefone: (54)3316-8157

E-mail: cep@upf.br



Prevalência do uso de psicofármacos em estudantes de medicina de uma faculdade do Norte do Estado do Rio Grande do Sul

Prevalence of psychotropic drug use among medical students at a university in the North of the State of Rio Grande do Sul

Prevalencia del uso de psicofármacos en estudiantes de medicina de una facultad del Norte del Estado de Rio Grande do Sul

DOI: 10.54022/shsv6n3-079

Originals received: 9/2/2025
Acceptance for publication: 9/25/2025

Jéssica Maldaner Lui

Graduada em Medicina

Instituição: Universidade de Passo Fundo (UPF)

Endereço: Passo Fundo, Rio Grande do Sul, Brasil

E-mail: jessica.m.lui@gmail.com

Maria Paula Alves Corrêa

Graduada em Medicina

Instituição: Universidade de Passo Fundo (UPF)

Endereço: Passo Fundo, Rio Grande do Sul, Brasil

E-mail: mpalvescorrea@gmail.com

Thais Planthold

Graduada em Medicina

Instituição: Universidade de Passo Fundo (UPF)

Endereço: Passo Fundo, Rio Grande do Sul, Brasil

E-mail: thaisplanthold@hotmail.com

Laura Vilela Pazzini

Graduada em Medicina

Instituição: Universidade de Passo Fundo (UPF)

Endereço: Passo Fundo, Rio Grande do Sul, Brasil

E-mail: lauravpazzini@gmail.com

Danrley Dala Rosa

Graduado em Medicina

Instituição: Universidade de Passo Fundo (UPF)

Endereço: Passo Fundo, Rio Grande do Sul, Brasil

E-mail: danrley916@gmail.com

**Eduardo Gracioli**

Graduado em Medicina

Instituição: Universidade de Passo Fundo (UPF)

Endereço: Passo Fundo, Rio Grande do Sul, Brasil

E-mail: dudugracioli@gmail.com

Gabriel de Carvalho Scortegagna

Graduado em Medicina

Instituição: Universidade de Passo Fundo (UPF)

Endereço: Passo Fundo, Rio Grande do Sul, Brasil

E-mail: gcscortegagna@icloud.com

Paulo Henrique Marques dos Santos

Graduado em Medicina

Instituição: Universidade de Passo Fundo (UPF)

Endereço: Passo Fundo, Rio Grande do Sul, Brasil

E-mail: p.h.marques.s3@gmail.com

Glaucia Sarturi Tres

Doutora em Cardiologia

Instituição: Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS)

Endereço: Passo Fundo, Rio Grande do Sul, Brasil

E-mail: glaucia@upf.br

RESUMO

A crescente prevalência de transtornos depressivos e de ansiedade tem ganhado destaque em meios de comunicação e conferências de saúde ao redor do mundo. Nesse contexto, o estudo e o trabalho excessivo são frequentemente vistos como caminhos para a realização profissional, muitas vezes em detrimento da saúde física e mental. No ambiente acadêmico, onde o valor pessoal de muitos estudantes está, em grande parte, vinculado ao desempenho acadêmico, é comum que se recorra ao uso de medicamentos psicotrópicos, sejam eles estimulantes ou calmantes. O aumento alarmante de transtornos psiquiátricos entre estudantes de Medicina, associado à elevada taxa de suicídios nessa população, reflete essa realidade. Nesse sentido, nosso trabalho busca caracterizar e rastrear o uso de psicofármacos entre esses estudantes, com o objetivo de compreender suas associações com o estilo de vida e avaliar a real necessidade dessas medicações para auxiliar na implementação de estratégias intervencionistas adequadas.

Palavras-chave: Psicofármacos. Estilo de Vida. Acadêmicos de Medicina. Passo Fundo.

ABSTRACT

The growing prevalence of depressive and anxiety disorders has gained prominence in the media and health conferences around the world. In this context, excessive study and work are often seen as paths to professional fulfillment, often at the expense of physical and mental health. In the academic environment, where the personal value of many students is largely linked to academic performance, it



is common to resort to the use of psychotropic drugs, whether stimulants or sedatives. The alarming increase in psychiatric disorders among medical students, associated with the high suicide rate in this population, reflects this reality. In this sense, our work seeks to characterize and track the use of psychotropic drugs among these students, with the aim of understanding their associations with lifestyle and assessing the real need for these medications to assist in the implementation of appropriate intervention strategies.

Keywords: Psychotropic Drugs. Lifestyle. Medical Students. Passo Fundo.

RESUMEN

La creciente prevalencia de los trastornos depresivos y de ansiedad ha cobrado relevancia en los medios de comunicación y en las conferencias sobre salud de todo el mundo. En este contexto, el estudio y el trabajo excesivo se consideran a menudo vías para la realización profesional, a menudo en detrimento de la salud física y mental. En el ámbito académico, donde el valor personal de muchos estudiantes está, en gran medida, vinculado al rendimiento académico, es común recurrir al uso de medicamentos psicotrópicos, ya sean estimulantes o sedantes. El alarmante aumento de los trastornos psiquiátricos entre los estudiantes de medicina, asociado a la elevada tasa de suicidios en esta población, refleja esta realidad. En este sentido, nuestro trabajo busca caracterizar y rastrear el uso de psicofármacos entre estos estudiantes, con el objetivo de comprender sus asociaciones con el estilo de vida y evaluar la necesidad real de estos medicamentos para ayudar a implementar estrategias de intervención adecuadas.

Palabras clave: Psicofármacos. Estilo de Vida. Estudiantes de Medicina. Passo Fundo.

1 INTRODUÇÃO

O aumento da prevalência dos transtornos depressivos e de ansiedade têm ocupado lugar de destaque nos meios de comunicação e conferências de saúde pelo mundo todo. Em uma sociedade cada vez mais competitiva, uma das maiores prioridades da população, principalmente dos jovens, é conquistar títulos e realizações que se alinhem às expectativas de sucesso profissional, mesmo que isso ocorra às custas da saúde física e mental. Entre os estudantes universitários em geral, estima-se que 15 a 25% apresentem algum transtorno psíquico.

O curso de Medicina possui destaque dentro desse contexto. Além da extenuante rotina de tarefas acadêmicas, os discentes são colocados, desde muito cedo, em contato com a pressão da prática médica, à tomada de decisões em relação à saúde dos pacientes e à convivência com o sofrimento e com a



morte. O crescimento preocupante da prevalência de transtornos psiquiátricos em estudantes de Medicina, juntamente com a elevada ocorrência de suicídios nessa classe, é, muitas vezes, reflexo dessa realidade.

Nesse contexto, nota-se o aumento da prevalência do uso de psicofármacos por parte desse grupo. Sendo assim, faz-se necessário realizar uma avaliação criteriosa para cada caso. A expansão do uso de medicamentos na atualidade demanda a reflexão sobre como os indivíduos se relacionam com as questões do cotidiano. Dentre os psicofármacos mais prescritos, estão os antidepressivos, os ansiolíticos e os antipsicóticos.

Evidencia-se, portanto, a relevância de rastrear o uso de psicofármacos nos estudantes de Medicina, de forma a verificar as associações com o estilo de vida e com a real necessidade das medicações – por meio de questionários individuais que avaliem o consumo desses medicamentos e a saúde emocional.

O objetivo deste trabalho foi avaliar a prevalência do uso de psicofármacos em estudantes de Medicina de uma universidade do norte do estado no Rio Grande do Sul, traçar o perfil pessoal e socioeconômico dos participantes, avaliar a saúde mental por meio de questionário específico (SRQ-20), identificar a classe medicamentosa mais utilizada de psicofármacos, avaliar adesão ao tratamento, observar se realizam acompanhamento médico e/ou psicológico e identificar fatores associados ao uso de psicofármacos, bem como criar estratégias intervencionistas, a fim de prevenir afastamento das atividades, isolamento social e até mesmo suicídio.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo transversal, descritivo, desenvolvido por acadêmicos da Faculdade de Medicina da Universidade de Passo Fundo (UPF), na disciplina de Seminário Avançado de Pesquisa I. Foram entrevistados alunos do curso com intuito de avaliar a prevalência do uso de psicofármacos. No primeiro contato, realizou-se um convite e uma explanação da pesquisa nas salas de aula e a entrega dos termos de consentimento aos que aceitaram participar da pesquisa. Realizou-se a coleta dos dados por meio de um questionário impresso, no qual o aluno foi questionado em relação a sua saúde mental por meio do Self



Report Questionnaire (SRQ); sobre o uso de psicofármacos com o questionário QRV-20 e sua aderência por meio do Teste de Morisky-Green e também sobre seu perfil pessoal e socioeconômico (ANEXO 1). Para garantir o anonimato do acadêmico, utilizamos somente sua matrícula acadêmica para fins de identificação. O entrevistado poderia desistir do questionário a qualquer momento durante a aplicação caso se sentisse constrangido em responder.

Os dados coletados foram codificados e transcritos para uma planilha no programa Excel, com dupla checagem dos mesmos. Para verificar as associações entre as variáveis, foram utilizados os seguintes testes: Teste U de Mann-Whitney (para a comparação de médias entre duas categorias), o Teste do Qui-quadrado ou o Teste Exato de Fisher para comparar categorias entre grupos, sendo a hipótese de associação aceita quando p encontrado foi menor ou igual a 0,05.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade de Passo Fundo. Na Plataforma Brasil, possui como Certificado de Apresentação de Apreciação Ética (CAAE) o número 00851018.0.0000.5342. O termo de consentimento livre e esclarecido foi obtido de todos os participantes do estudo.

3 RESULTADOS

Foram entrevistados 394 acadêmicos cursando entre o primeiro e o décimo-segundo semestre do curso de medicina da Faculdade de Medicina da Universidade de Passo Fundo. Dentre esses, 86,1% estão em seu primeiro curso de graduação, tendo feito em média 2 anos de curso preparatório pré-vestibular e sendo a maioria dos entrevistados do sexo feminino (61,2%).

A média de idade foi de 22 anos e a média do Índice de Massa Corporal (IMC) foi de 22,54. Entre eles, 75% possuem religião. Quanto aos hábitos de vida, 11% afirmam ser fumantes, 75% referem fazer uso de bebida alcoólica, 89% uso esporádico. 32% dos entrevistados já fizeram uso de alguma droga ilícita, 56% dos participantes fazem atividade física conforme as recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS).

Quanto ao Questionário de Saúde Mental (SRQ-20), a média dos resultados encontrada foi de 6,56, sendo que um escore ≥ 7 nesse questionário indica sofrimento mental.



Tabela 1. Uso de Psicofármacos *versus* Questionário Pessoal

VARIÁVEIS		TOTAL (N=394)	USO PSICO FÁRMACOS (N=390)		P
			SIM (N=116)	NÃO (N=274)	
IDADE		22,05 (2,73±)	22,72 (3,39±)	21,75 (±2,34)	0,009†
SEXO					
	Feminino	239 (60,6%)	80 (33,5%)	159 (66,5%)	
	Masculino	151 (38,3%)	36 (23,8%)	115 (76,2%)	0,043**
IMC		22,54 (3,12±)	22,74 (3,19±)	22,42 (3,09±)	0,252‡
ESTADO CIVIL					
	Solteiro	241 (61,1%)	73 (30,3%)	168 (69,7%)	
	Casado	8 (2%)	4 (50%)	4 (50%)	
	Namorando	133 (33,7%)	36 (27,1%)	97 (72,9%)	
	Outros	1 (0,2%)	1 (100%)	0 (0%)	0,219**
MORAR SOZINHO					
	Sim	224 (56,8%)	66 (29,5%)	158 (70,5%)	
	Não	161 (40,8%)	48 (29,8%)	113 (70,2%)	0,941**
PRÉ-VESTIBULAR					
	Sim	345 (87,5%)	104 (30,1%)	241 (69,9%)	
	Não	36 (9,1%)	9 (25%)	27 (75%)	0,52**
OUTRA GRADUAÇÃO					
	Sim	51 (12,9%)	23 (45,1%)	28 (54,9%)	
	Não	326 (82,7%)	88 (27%)	238 (73%)	0,013°
EXERCÍCIO FÍSICO					
	Sim	218 (55,3%)	63 (28,9%)	155 (71,1%)	
	Não	172 (43,6%)	53 (30,8%)	119 (69,2%)	0,681**
RELIGIÃO					
	Sim	291 (73,8%)	94 (32,3%)	197 (67,7%)	
	Não	97 (24,6%)	21 (21,6%)	76 (78,4%)	0,047**
TABAGISMO					
	Sim	42 (10,6%)	17 (40,5%)	25 (59,5%)	
	Não	344 (87,3%)	96 (27,9%)	248 (72,1%)	0,091**
ÁLCOOL					
	Sim	290 (73,6%)	94 (32,4%)	196 (67,6%)	
	Não	93 (23,6%)	22 (23,7%)	71 (76,3%)	0,11**
DROGAS ILÍCITAS					
	Sim	121 (30,7%)	44 (36,4%)	77 (63,6%)	
	Não	257 (65,2%)	70 (27,2%)	187 (72,8%)	0,071**

**Teste do Qui-quadrado

‡ Teste U de Mann-Whitney

° Teste de Fisher

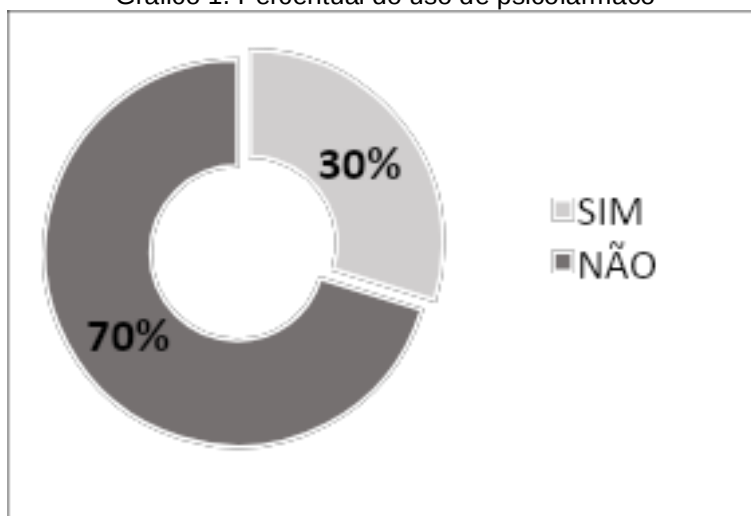
Fonte: Arquivo pessoal (2025).

Entre os resultados do questionário socioeconômico temos: 96% são brancos. 69% cursaram o Ensino Médio em escola privada e 49% cursam a faculdade com auxílio de bolsa ou financiamento acadêmico. 87% dos entrevistados não possui renda própria e são financiados por familiares ou outros. A renda familiar de 54% dos participantes está entre 10 e 30 salários mínimos. Quanto à escolaridade dos pais, 54% possuem pai com ensino superior e 68% possuem mãe com ensino superior e 62% escolheram o curso de medicina por vocação.

Referente ao resultado do uso de psicofármacos, entre os 390 participantes que responderam ao questionário, 116 (30%) fazem uso de algum psicofármaco e 274 (70%) não fazem uso de psicofármaco (Gráfico 1).



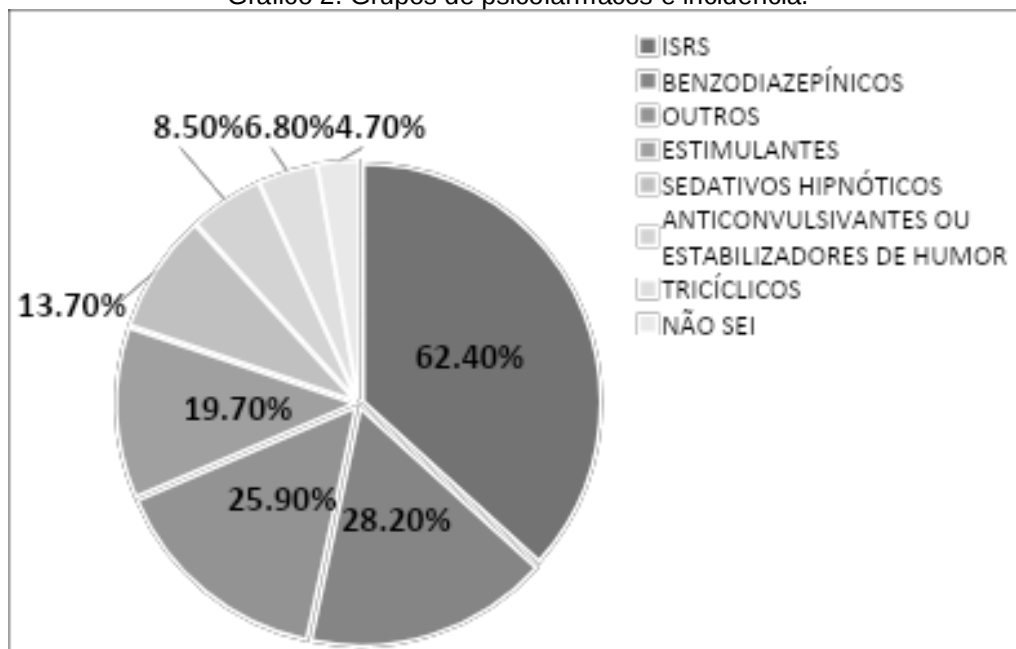
Gráfico 1. Percentual do uso de psicofármaco



Fonte: Arquivo pessoal (2025).

O gráfico 2 separa os psicofármacos em grupos, e a incidência desses entre os 116 acadêmicos que afirmam fazer uso. Os Inibidores Seletivos da Recaptação da Serotonina (ISRS) são a classe de fármacos de maior incidência de uso entre os grupos de psicofármacos.

Gráfico 2. Grupos de psicofármacos e incidência.



Fonte: Arquivo pessoal (2025).

Dos participantes que fazem uso de psicofármacos, 54,5% iniciaram o uso antes de ingressar na Faculdade. 91,8% sob orientação médica, e desses 67,3% por recomendação de médico psiquiatra. 71,6% esquece de tomar a medicação e



69,4% refere descuido com o horário de uso. Dos participantes, 30,8% deixou de fazer uso quando se sentiu mal com o medicamento e 32,4% deixou de fazer uso quando se sente bem. 26,4% refere fazer algum tipo de acompanhamento psicológico.

Foram feitas associações e comparações entre as variáveis qualitativas do questionário. A primeira associação e comparação foi feita entre o uso de psicofármacos e o questionário pessoal (Tabela 1). Para essa associação os resultados significativos ($p < 0,05$) foram: a prevalência de uso ocorre no sexo feminino, 33,5% em comparação a 23,8% do sexo masculino. Entre os acadêmicos que já iniciaram outro curso de graduação a porcentagem de uso é de 45,1%, sendo essa de 27% naqueles que estão em sua primeira graduação. Além disso, 73,8% dos entrevistados afirmam possuir algum tipo de religião, sendo a incidência de uso de psicofármacos de 32,3%. No entanto, entre os que afirmam não possuir religião, a incidência de uso se aproxima daqueles que afirmam possuir, chegando a 21,6%.

Entre os participantes que responderam o Questionário de Saúde Mental (SRQ-20), 195 (49,4%) acadêmicos atingiram um escore ≥ 7 , que já indica algum nível de sofrimento mental². Entre esses, 41,5% já fazem uso de algum tipo de psicofármaco (Tabela 2). 54,7% dos participantes que fazem uso de psicofármaco também fazem algum tipo de acompanhamento psicológico (Tabela 3).

Na comparação entre o Questionário de Saúde Mental (SRQ-20) e sexo, o escore ≥ 7 ocorre em 65,1% das mulheres e em 28,7% dos homens. A prática de exercício físico foi em 43,5% daqueles que referiram prática de exercícios físicos, e 60,2% em não praticar exercícios físicos (Tabela 4).

Tabela 2. Uso de Psicofármaco versus Questionário de Saúde Mental (SRQ-20).

VARIÁVEIS		TOTAL (N=394)	USO PSICO FÁRMACOS (N=390)		P
			SIM (N=116)	NÃO (N=274)	
SRQ-20					
	Escore < 7	186 (47,2%)	33 (17,7%)	153 (82,2%)	
	Escore ≥ 7	195 (49,4%)	81 (41,5%)	114 (58,4%)	$\leq 0,001^{**}$

^{**}Teste do Qui-quadrado

[†] Teste U de Mann-Whitney

[°] Teste de Fisher

Fonte: Arquivo pessoal (2025).



Tabela 3. Uso de Psicofármaco versus Acompanhamento psicológico.

VARIÁVEIS		TOTAL (N=394)	USO PSICO FÁRMACOS (N=390)		P
			SIM (N=116)	NÃO (N=274)	
ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO/TERAPIA					
	Sim	95 (24,1%)	52 (54,7%)	43 (45,2%)	
	Não	270 (68,5%)	61 (22,5%)	209 (77,4%)	≤ 0,001**

**Teste do Qui-quadrado

‡ Teste U de Mann-Whitney

° Teste de Fisher

Fonte: Arquivo pessoal (2025).

Tabela 4. Uso de Psicofármaco versus Sexo e versus Exercício Físico.

VARIÁVEIS		TOTAL (N=394)	SRQ-20 (N=387)		P
			ESCORE < 7 (N=191)	ESCORE ≥ 7 (N=196)	
SEXO					
	Feminino	235 (59,6%)	82 (34,9%)	153 (65,1%)	
	Masculino	150 (38%)	107 (71,3%)	43 (28,7%)	≤0,001**
EXERCÍCIO FÍSICO					
	Sim	214 (54,3%)	121 (56,5%)	93 (43,5%)	
	Não	171 (43,4%)	68 (39,8%)	103 (60,2%)	0,001°

**Teste do Qui-quadrado

‡ Teste U de Mann-Whitney

° Teste de Fisher

Fonte: Arquivo pessoal (2025).

Na comparação entre o uso de psicofármacos e as características socioeconômicas, tem-se um resultado significativo: nos filhos de mães com ensino superior (32,3%) e pós-graduação (28,7%), sendo o uso mais prevalente entre os filhos de mães com menor escolaridade (50%) (Tabela 5).



Tabela 5. Uso de Psicofármaco versus Questionário Socioeconômico.

VARIÁVEIS		TOTAL (N=394)	USO PSICO FÁRMACOS (N=390)		P
			SIM (N=116)	NÃO (N=274)	
RAÇA					
	Branca	374 (94,9%)	109 (29,1%)	265 (70,9%)	
	Preta	1 (0,2%)	1 (100%)	0 (0%)	
	Amarela	1 (0,2%)	0 (0%)	1 (100%)	
	Parda	13 (3,2%)	5 (38,5%)	8 (61,5%)	
	Indígena	1 (0,2%)	1 (100%)	0 (0%)	0,224**
ESCOLARIDADE DO PAI					
	Nenhuma	1 (0,2%)	1 (100%)	0 (0%)	
	Ensino fundamental: 1º ao 5º ano	21 (5,3%)	6 (28,9%)	15 (71,4%)	
	Ensino fundamental: 6º ao 9º ano	34 (8,6%)	14 (41,2%)	20 (58,8%)	
	Ensino Médio	122 (30,9%)	31 (25,4%)	91 (74,6%)	
	Ensino superior	129 (32,7%)	37 (28,7%)	92 (71,3%)	
	Pós-Graduação	79 (20%)	25 (31,6%)	54 (68,4%)	0,324**
ESCOLARIDADE DA MÃE					
	Ensino fundamental: 1º ao 5º ano	12 (3%)	6 (50%)	6 (50%)	
	Ensino fundamental: 6º ao 9º ano	15 (3,8%)	8 (53,3%)	7 (46,7%)	
	Ensino Médio	99 (25,1%)	22 (22,2%)	77 (77,8%)	
	Ensino superior	127 (32,2%)	41 (32,3%)	86 (67,7%)	
	Pós-Graduação	136 (34,5%)	39 (28,7%)	97 (71,3%)	0,050**
RENDA					
	Até 1,5 salário mínimo	9 (2,2%)	3 (33,3%)	6 (66,7%)	
	De 1,5 a 3 salários mínimos	9 (2,2%)	5 (55,6%)	4 (44,4%)	
	De 3 a 4,5 salários mínimos	25 (6,3%)	3 (12%)	22 (88%)	
	De 4,5 a 6 salários mínimos	28 (7,1%)	9 (32,1%)	19 (67,9%)	
	De 6 a 10 salários mínimos	107 (27,1%)	30 (28%)	77 (72%)	
	De 10 a 30 salários mínimos	153 (38,8%)	46 (30,1%)	107 (69,9%)	
	Acima de 30 salários mínimos	56 (14,2%)	19 (33,9%)	37 (66,1%)	0,286**
SITUAÇÃO FINANCEIRA					
	Não tenho renda – financiado por programas governamentais	28 (7,1%)	5 (17,9%)	23 (82,1%)	
	Não tenho renda – financiado pela família e outros	340 (86,2%)	102 (30%)	238 (70%)	
	Tenho renda e recebo ajuda	17 (4,3%)	8 (47,1%)	9 (52,9%)	
	Tenho renda e não recebo ajuda	4 (1%)	0 (0%)	4 (100%)	
	Sustento a família	1 (0,2%)	1 (100%)	0 (0%)	0,078**
TIPO DE BOLSA					
	Nenhuma	190 (48,2%)	56 (29,5%)	134 (70,5%)	
	PROUNI integral	32 (8,1%)	10 (31,3%)	22 (68,8%)	
	FIES, apenas	49 (12,4%)	11 (22,4%)	38 (77,6%)	
	PROUNI parcial e FIES	1 (0,2%)	1 (100%)	0 (0%)	
	Bolsa da própria instituição	21 (5,3%)	8 (38,1%)	13 (61,9%)	
	Financiamento da própria instituição	94 (23,8%)	30 (31,9%)	64 (68,1%)	
	Financiamento bancário	3 (0,7%)	0 (0%)	3 (100%)	0,442**
TIPO DE ESCOLA – ENSINO MÉDIO					
	Todo em escola pública	89 (22,5%)	33 (37,1%)	56 (62,9%)	
	Todo em escola privada	267 (67,7%)	71 (26,6%)	196 (73,4%)	
	Maior parte em escola pública	6 (1,5%)	2 (33,3%)	4 (66,7%)	
	Maior parte em escola privada	22 (5,5%)	9 (40,9%)	13 (59,1%)	
	Parte no Brasil e parte no exterior	2 (0,5%)	1 (50%)	1 (50%)	0,262**
MOTIVO DE ESCOLHA DO CURSO					
	Inserção no mercado de trabalho	52 (13,1%)	12 (23,1%)	40 (76,9%)	
	Influência familiar	17 (4,3%)	5 (29,4%)	12 (70,6%)	
	Valorização profissional	65 (16,4%)	20 (30,8%)	45 (69,2%)	
	Prestígio social	7 (1,7%)	3 (42,9%)	4 (57,1%)	
	Vocação	233 (59,1%)	72 (30,9%)	161 (69,1%)	0,763**

**Teste do Qui-quadrado

† Teste U de Mann-Whitney

° Teste de Fisher

Fonte: Arquivo pessoal (2025).

4 DISCUSSÃO

Na literatura, muito se vê falar sobre a prevalência de sintomas depressivos, burnout e ocorrência de suicídios entre os acadêmicos, residentes de medicina e médicos, sendo essa superior de cursos de diferentes áreas, assim como sua predominância em indivíduos do sexo feminino.



Mulheres médicas são responsáveis por maiores índices de quadros de depressão maior, sintomas ansiosos, estresse e suicídios (ao contrário da população em geral, na qual as taxas de mortalidade por suicídio são em média 4 vezes maior em homens), além de que a idade de morte dessas ser em média 10 anos inferior a de homens médicos.

Assim, o uso de psicofármacos pela classe médica, especialmente o de antidepressivos inibidores da receptação da serotonina, também aumentou nas últimas décadas, devendo-se ao maior número de diagnósticos de transtornos depressivos, procura por atendimentos, surgimento de novos fármacos e indicações de tratamento.

Os resultados do presente estudo não foram divergentes à literatura, visto que a probabilidade de transtornos não psicóticos em mulheres foi significativamente maior que em homens, correspondendo a 65,1% versus 28,7%. Entre os participantes que fazem uso de psicofármacos, a proporção de acadêmicas foi maior (33,5%) quando comparada ao sexo masculino (23,8%).

Verificou-se, nesse estudo, que entre os filhos de mães com escolaridade mais alta, a maioria desses não faz uso de psicofármacos. Estudos mostram que entre indivíduos com baixo nível de escolaridade e de renda há maior índice de uso de psicofármacos para diversas finalidades.

Na literatura, atualmente, faltam estudos que relacionam o grau de escolaridade dos pais com o uso de psicofármacos por seus filhos. Dessa forma, pode-se pensar em hipóteses como: um maior grau de instrução dos pais os leva a ter mais cuidado e atenção em relação à saúde mental de seus filhos ou, então, faz com que esses pais levem seus filhos à terapia ou a consultas com médicos da área mais precocemente, diminuindo a necessidade de uso desses medicamentos.

Com base nos dados obtidos, observou-se que 45,1% dos participantes que possuem outra graduação iniciada ou concluída, fazem uso de psicofármacos. Esse achado sugere uma possível associação entre a formação acadêmica prévia e o uso dessas medicações, embora sejam ainda escassos os estudos que comparem diretamente essas duas variáveis. A limitação da literatura existente ressalta a importância de investigações futuras que explorem com maior profundidade essa relação, contribuindo para a compreensão dos fatores



associados à saúde mental no contexto da formação médica.

Em 2018, um estudo realizado com 2.279 estudantes de mestrado e doutorado revelou que 41% dos entrevistados apresentaram sinais moderados a graves de ansiedade, e 39% sinais moderados a graves de depressão. Em 2017, outro estudo com 3.659 estudantes de doutorado também destacou uma alta prevalência de distúrbios de saúde mental entre esses acadêmicos, especialmente quando comparados aos de outros níveis de escolaridade.

A incidência de distúrbios psiquiátricos, que frequentemente envolve o uso de psicofármacos, tende a aumentar conforme o nível de escolaridade dos indivíduos. Essa tendência atinge seus picos em estudantes com múltiplas graduações, pós-graduação, mestrado e doutorado. Entre os fatores associados a esse quadro estão a dificuldade de equilibrar os estudos com a vida pessoal, as dívidas decorrentes de financiamentos estudantis, além da pressão constante por resultados e excelência no ambiente acadêmico.

Dentre os participantes, 54,7% dos que fazem psicoterapia utilizam de psicofármacos. Segundo a literatura, foi observado que os profissionais da área psiquiátrica e psicológica acreditam que a psicoterapia associada ao uso de psicofármacos é fundamental para o tratamento, no entanto, devem ser avaliados segundo a necessidade individual.

A terapia deve ser orientada conforme o nível de sofrimento do paciente, sendo preferível a Terapia Cognitivo Comportamental. Em alguns casos agudos não se faz necessária a sua associação com o uso do psicofármaco se esses, por si só, livrarem o paciente de seu sofrimento e sintomatologia. Por outro lado, há linhas de pensamento que discutem a necessidade do uso da medicação em casos mais brandos, pois o uso iria retirar os sintomas do sofrimento da pessoa, sem alterar seu estado psíquico, que necessita ser trabalhado durante a terapia.

A partir dos dados obtidos durante a pesquisa, e com a subsequente leitura e análise de outros artigos, pode-se observar que não são todos os pacientes que necessitam da psicoterapia conjunta com o uso de psicofármacos, porém, na maioria dos casos, a terapia mostra-se eficaz ao tratar as raízes do pensamento, e não apenas seus sintomas.

Em nosso presente estudo as estatísticas analíticas mostram que 60,2% dos participantes que não praticam atividade física têm $SRQ \geq 7$, enquanto 43,5%



dos que praticam atividade física têm $SRQ \geq 7$. Para combater e/ou minimizar os fatores de risco das afecções mentais, a atividade física é usada na prevenção e manutenção da saúde mental, buscando desenvolver um estilo de vida ativo.

A saúde mental é um equilíbrio entre sentimentos internos e experiências externas. Algumas doenças, agressões exógenas, excesso de trabalho, fadiga física e psíquica, e outros problemas causam alterações no equilíbrio mental do estudante, tornando-o angustiado, deprimido, nervoso e neurótico. Esses fatores ligados à predisposição genética podem ser desencadeadores de transtornos mentais. Universitários justificam que os hábitos estão mais sedentários após o ingresso na universidade, devido ao aumento nas horas de estudo, e que podem desenvolver algum tipo de transtorno mental, devido à sobrecarga psicológica e a falta de atividade física.

A prática de atividade física melhora a condição de vida, contribuindo para a melhoria do sono, do humor, da memória, da irritabilidade e na dificuldade de concentração, que são fatores que caracterizam problemas de saúde mental, e influenciam na saúde em geral. É documentada a correlação entre atividade física por médicos e com níveis mais baixos de cansaço emocional.

Sujeitos que praticam exercício aeróbio de caminhada/corrida com intensidade de 60% a 73% da frequência cardíaca máxima (30 minutos de duração, 3 a 5 vezes por semana) tendem a diminuir significativamente seus níveis de estresse, de ansiedade e de depressão e melhoraram a autoestima, a aparência e o humor.

5 CONCLUSÃO

É fundamental compreender o perfil dos estudantes de medicina que participaram da pesquisa, a fim de avaliar melhor sua saúde mental, considerando que o uso de psicofármacos é frequente entre esses acadêmicos. É evidente a tendência de hipermedicalizar os sintomas de sofrimento psíquico, o que destaca a importância de um acompanhamento psicológico e psiquiátrico para avaliar adequadamente a real necessidade do uso dessas medicações e suas implicações no cotidiano universitário. Notou-se que o afastamento das atividades, o isolamento social, os transtornos psiquiátricos e as taxas elevadas



de suicídio são preocupantes entre os alunos de Medicina. Diante desse cenário, é crucial discutir o perfil desses estudantes para o desenvolvimento de estratégias intervencionistas adequadas. Conclui-se, portanto, que conhecer esse perfil é essencial para prevenir recidivas e possibilitar a identificação precoce de casos de sofrimento psíquico.



REFERÊNCIAS

- BALDASSIN, S.; *et al.* *Depression in medical students: cluster symptoms and management.* J Affect Disord. 2013;150(1):110-4.
- BARRY, K. M.; *et al.* Psychological health of doctoral candidates, study-related challenges and perceived performance, Higher Education Research & Development, 37:3, 468-483
- BLAZER, D. G.; *et al.* *The prevalence and distribution of major depression in a national community sample: the National Comorbidity Survey.* Am J Psychiatry. 1994; 151:979-86.
- CHENG, D. R.; *et al.* *Stigma and perception of psychological distress and depression in Australian-trained medical students: results from an inter-state medical school survey.* Psychiatry Res. 2013.
- CORDIOLI, A. V. Psicofármacos Nos Transtornos Mentais. 2005.
- EVANS, T. M., *et al.* Evidence for a mental health crisis in graduate education. Nature Biotechnology, 2017, 36(3), 282-284.
- FONTES, A.C.D.; *et al.* Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes *universitários de uma universidade pública da região Nordeste – Brasil.* Revista Brasileira de Epidemiologia, 2009
- GONÇALVES, D. M.; *et al.* Performance of the Self-Reporting Questionnaire as a psychiatric screening questionnaire: a comparative study with Structured Clinical Interview for DSM-IV-TR. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 24(2):380-390, fev, 2008.
- GUPTA, S.; *et al.* *Depression and type D personality among undergraduate medical students.* Indian J Psychiatry. 2013;55(3):287-9.
- KIMURA, A. M. Psicofármacos e Psicoterapia: a visão de psicólogos sobre medicação no tratamento. Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, 2005.
- KING, A. C.; TAYLOR, C. B.; HASKELL, W. L. Effects of differing intensities and formats of 12 months of exercise training on psychological outcomes in older adults. Health Psychology, v. 12, n. 4, p. 292-300, 1993.
- LEVECQUE, K.; *et al.* Work organization and mental health problems in PhD students. Research Policy, 2017, 46(4), 868-879.
- LINDEN, M., LECRUBIER, Y., BELLANTUONO, C., BENKERT, O., KISELY, S., SIMON, G. The prescribing of psychotropic drugs by primary care physicians: an international collaborative study. J Clin Psychopharmacol. 1999;19(2):132-40.
- LINO, M.A. Saúde Mental e Doença Mental – Classificação das Doenças Mentais (CID-10). *Psiquiatria - Manual de Enfermagem.* São Paulo: Atheneu. 1997.



LUNA, I.S.; DOMINATO, A. A. G.; FERRARI, F.; COSTA, A. L.; PIRES, A. C.; XIMENDES, G. S. Consumo de psicofármacos entre alunos de medicina do primeiro e sexto ano de uma universidade do estado de São Paulo. *Colloquium Vitae*; São Paulo; Vol. 10, n. 1. 2018.

MARCHI, K. C.; BÁRBARO, A. M.; MIASSO, A. I.; TIRAPELLI, C. R. Anxiety and the consumption of anxiolytics among nursing students of a public university *Revista eletrônica de enfermagem*; 15(3):731-9. Setembro; 2013.

NETO J. A.; *et al.* Uso De Psicofármacos E Práticas Corporais Para A Saúde Em Um Grupo Terapêutico. *Sobral - V.16 n.02*, p.42-50, Jul./Dez. - 2017.

RIBEIRO, A. G.; CRUZ, L. P.; MARCHI, K.C.; TIRAPELLI, C.R.; MIASSO, A.I. Antidepressants: use, adherence and awareness among medical students. *Ciência e saúde coletiva*. Rio de Janeiro; vol.19 no.6. Junho, 2014.

RODRIGUES, M. A. P.; *et al.* *Modificações nos padrões de uso de psicofármacos em localidade do Sul do Brasil*. *Rev Saude Publica* 2006; 40(1):1-14.

ROEDER, M.A. Benefícios da atividade física em pessoas com transtorno mental. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, 4(2), 62-76. 1999.

SANCHEZ, Z. M.; *et al.* *Estudo da mortalidade dos médicos no Estado de São Paulo, Brasil, no período 2000-2009*; *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, 29(7):1461-1466, jul, 2013

SILVA, A. O.; *et al.* Associação entre níveis de atividade física e transtorno mental comum em estudantes universitários. *Motri*, 2014, vol.10, n.1, pp.49-59. ISSN 1646-107X.

SIM, M.G., KHONG, E., WAIN, T.D. The prescribing dilemma of benzodiazepines. *Aust Fam Physician*. 2007;36(11):923-6

TUCUNDUVA, L., GARCIA, A., PRUDENTE, F., CENTOFANTI, G., & SOUZA, C. A síndrome da estafa profissional em médicos cancerologistas brasileiros. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 52(2), 108-112. 2006.

VALLILO, N. G.; *et al.* *Prevalência de sintomas depressivos em estudantes de Medicina*. *Rev Bras Clin Med* 2011; 9(1):36-34.

WORLD Health Organization. *Global Recommendations on Physical Activity for Health*. 2011.