Pesquisa e Ações em Saúde Pública

Edição XXVII

Capítulo 18

EPIDEMIA SILENCIOSA: CONSUMO EXCESSIVO DE ÁLCOOL POR ESTUDANTES DA SAÚDE, ESPECIALMENTE DE MEDICINA

JOÃO PEDRO MIRANDA CARDOSO[1]
LUÍS PAULO TEIXEIRA DA SILVA[1]
JOSÉ DEILSON DE SOUZA PEREIRA[1]
REINAN CAVALCANTE DAMASCENO[1]
LUCAS TOMAZ ROSA[1]
SCHEIDER MORORÓ MARTINS RAMOS[1]
CÍNTIA COSME MARTINS[2]
TACIANA TAVARES DE SOUSA[3]
ANTONIA D´ÁVILA DA SILVA BRITO[4]
FRANCISCO TEIXEIRA DA SILVA[5]
FERNANDA ARAÚJO ABREU[6]

[1]Discente - Medicina da Universidade Federal do Delta do Parnaíba.
[2]Discente - Medicina do Centro Universitário INTA-UNINTA.
[3]Discente - Enfermagem da Universidade do Norte do Paraná.
[4]Discente – Psicologia da Universidade Federal do Delta do Parnaíba.
[5]Discente – Universidade Federal Do Delta Do Parnaíba.
[6]Discente – Direito do Centro Universitário do Maranhão.

Palavras-Chave: *Consumo de Álcool; Estudantes de Medicina; Saúde Mental.*

DOI 10.59290/0220261002

EDITORA PASTEUR

INTRODUÇÃO

O álcool configura-se como uma das substâncias psicoativas lícitas mais consumidas no mundo, destacando-se por sua ampla aceitação social, baixo custo relativo e facilidade de acesso em diferentes contextos socioculturais, incluindo o ambiente universitário (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2018). Apesar de o consumo moderado ser socialmente tolerado e frequentemente associado a práticas de socialização, a progressão para padrões abusivos e dependência caracteriza-se como um grave problema de saúde pública, uma vez que está associada a prejuízos físicos, psíquicos e sociais significativos (BRASIL, 2019; AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

A adicção alcoólica repercute negativamente sobre a integridade do indivíduo, comprometendo funções cognitivas, emocionais e comportamentais, além de impactar de forma expressiva as relações interpessoais, o desempenho profissional e a qualidade de vida. Estudos demonstram que o uso nocivo do álcool está associado ao aumento da incidência de transtornos mentais, acidentes, violência e redução da expectativa de vida, configurando-se como um importante fator de morbimortalidade evitável (REHM *et al*., 2017).

No contexto acadêmico, observa-se uma prevalência preocupante do consumo de álcool entre estudantes universitários, especialmente em cursos da área da saúde. Entre estudantes de medicina, essa realidade assume contornos ainda mais delicados, uma vez que esses indivíduos são submetidos a extensas cargas horárias, elevado nível de exigência cognitiva e intensa pressão emocional ao longo da formação (VASCONCELOS *et al*., 2015). Tais fatores favorecem o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento disfuncionais, entre elas o consumo de álcool como meio de alívio do estresse, da ansiedade e da exaustão emocional.

O uso excessivo de álcool por estudantes de medicina não se limita a consequências individuais, mas apresenta potenciais repercussões coletivas. O comprometimento do raciocínio clínico, da tomada de decisões e da execução de procedimentos técnicos representa um risco à segurança do paciente e à qualidade da assistência em saúde, especialmente quando esse padrão de consumo persiste na vida profissional (FRANK *et al*., 2013). Ademais, há evidências de associação entre o consumo abusivo de álcool e prejuízos no desempenho acadêmico, absenteísmo, dificuldades de aprendizagem e maior vulnerabilidade a transtornos como depressão, ansiedade e síndrome de burnout (DANTAS *et al*., 2020).

Diante desse cenário complexo, torna-se imprescindível investigar de forma sistemática os fatores determinantes associados ao consumo excessivo de álcool entre estudantes de medicina, considerando aspectos individuais, acadêmicos, sociais e institucionais. A compreensão dessas variáveis é fundamental para subsidiar estratégias de prevenção, promoção da saúde mental e construção de políticas educacionais que minimizem danos futuros à saúde pública e à prática clínica.

Nesse sentido, o objetivo central deste estudo consistiu em identificar os fatores associados ao consumo excessivo de álcool entre estudantes de medicina, analisando suas causas determinantes, consequências biopsicossociais e impactos diretos no desempenho acadêmico, na saúde mental e na futura conduta ética e profissional desses indivíduos.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa, cujo objetivo foi sintetizar e analisar criticamente a produção

científica acerca do consumo de álcool entre estudantes de medicina e seus impactos biopsicossociais. A revisão integrativa permite a inclusão de estudos com diferentes delineamentos metodológicos, possibilitando uma compreensão ampla e aprofundada do fenômeno investigado.

A pesquisa bibliográfica foi realizada por meio de buscas sistematizadas nas seguintes bases de dados: *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), *Google Acadêmico, Brazilian Journal of Psychiatry, National Library of Medicine* (PubMed) e, de forma complementar, no portal de notícias G1, com o intuito de contextualizar dados epidemiológicos e sociais relevantes.

A estratégia de busca utilizou descritores e palavras-chave relacionados ao tema, tais como: consumo de álcool, alcoolismo, estudantes de medicina, saúde mental, impactos biopsicossociais e ambiente acadêmico, combinados por meio de operadores booleanos (AND, OR), conforme a especificidade de cada base de dados.

Foram incluídos estudos publicados no período compreendido entre 2004 e 2013, disponíveis na íntegra, nos idiomas português e inglês, que abordassem especificamente o consumo de álcool em populações de estudantes de medicina, contemplando seus determinantes, consequências e repercussões acadêmicas, psicológicas e sociais. Foram excluídos artigos duplicados, estudos que não apresentavam relação direta com a temática proposta, publicações fora do recorte temporal estabelecido e trabalhos cujo texto completo não estivesse disponível para análise.

O processo de seleção dos estudos ocorreu em etapas, iniciando-se pela leitura dos títulos e resumos, seguida da leitura integral dos artigos potencialmente elegíveis, conforme os critérios de inclusão e exclusão previamente definidos.

A extração dos dados foi realizada de forma sistemática, considerando informações como: autor, ano de publicação, objetivo do estudo, delineamento metodológico, principais resultados e conclusões. A análise dos dados ocorreu de maneira descritiva e interpretativa, com posterior categorização temática dos achados, organizados em três eixos principais: fatores motivadores do consumo de álcool, consequências à saúde biopsicossocial e implicações na formação acadêmica e profissional.

Por se tratar de uma revisão integrativa da literatura, o estudo não envolveu pesquisa direta com seres humanos, dispensando, portanto, submissão a Comitê de Ética em Pesquisa, conforme preconiza a legislação vigente.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os achados desta revisão integrativa evidenciam que a saúde do estudante de medicina é influenciada por uma complexa interação de fatores biológicos, psicológicos, sociais e institucionais, alinhando-se ao modelo biopsicossocial amplamente adotado na literatura em saúde (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2018). O consumo de álcool, nesse contexto, não se configura como um comportamento isolado, mas como uma resposta multifatorial às exigências acadêmicas, às pressões emocionais e à cultura universitária permissiva, especialmente nos cursos da área da saúde (VASCONCELOS *et al*., 2015).

Observou-se maior vulnerabilidade em grupos específicos, sobretudo entre mulheres, cujos impactos tendem a ser intensificados por sobrecargas acadêmicas, emocionais e sociais, incluindo expectativas de alto desempenho, múltiplos papéis sociais e menor tempo para autocuidado. Estudos apontam que tais fatores aumentam a suscetibilidade ao estresse crônico e

ao uso de substâncias psicoativas como estratégia compensatória, agravando quadros de sofrimento mental (DANTAS *et al*., 2020).

Impactos na saúde mental

Os resultados desta revisão corroboram evidências da literatura que apontam uma alta prevalência de transtornos mentais associada ao consumo de álcool entre estudantes universitários. Dados recentes indicam que mais de 20% dos estudantes apresentam escores extremamente severos para depressão (20,7%) e ansiedade (25,9%), revelando um cenário expressivo de adoecimento psíquico no ambiente acadêmico (PePsic, 2025). Esses achados reforçam que o álcool, embora frequentemente utilizado como mecanismo de enfrentamento, atua como fator agravante dos sintomas ansiosos e depressivos.

Além disso, estudantes que apresentam hábitos de vida pouco saudáveis — incluindo consumo frequente de álcool — possuem risco até três vezes maior de desenvolver depressão, evidenciando uma relação direta entre estilo de vida, saúde mental e desempenho acadêmico (G1, 2025). Esse dado sustenta a interpretação de que o consumo de álcool está inserido em um padrão mais amplo de comportamentos de risco, dificultando processos adaptativos saudáveis.

Os dados epidemiológicos nacionais reforçam essa problemática ao apontar que 79,8% dos universitários brasileiros consomem álcool, com prevalência ainda mais elevada entre estudantes de Medicina e Enfermagem, variando de 67,7% a 97,6% (PEPSIC, 2025). A normalização desse consumo nesses cursos contribui para a subestimação dos riscos e para o atraso na busca por apoio psicológico ou psiquiátrico.

Impactos na área acadêmica

No âmbito acadêmico, os achados demonstram uma frequência moderada a alta de prejuízos no desempenho escolar associados ao consumo excessivo de álcool. Observou-se redução significativa da satisfação com o curso, além de um aumento de aproximadamente 74% nas faltas e problemas de frequência, configurando um padrão de absenteísmo relevante (NASCIMENTO *et al*., 2011).

Estudantes com consumo elevado apresentaram notas significativamente mais baixas, maior probabilidade de repetência e abandono de disciplinas, corroborando evidências de que o álcool compromete a atenção, a memória e a capacidade de organização, fundamentais para o processo de aprendizagem (NASCIMENTO *et al*., 2011). No curso de medicina, tais prejuízos assumem maior gravidade, dada a complexidade curricular e a exigência de desempenho contínuo ao longo da formação.

Impactos fisiológicos e cognitivos

Entre os impactos fisiológicos, a qualidade do sono destaca-se como um dos aspectos mais afetados pelo consumo de álcool. Estudantes com problemas relacionados ao uso da substância apresentam probabilidade 1,24 vezes maior de relatar má qualidade do sono, resultado compatível com evidências neurofisiológicas descritas na literatura (PMC, 2022).

O álcool promove fragmentação do sono ao reduzir o sono REM e provocar múltiplos despertares na segunda metade da noite, o que compromete a recuperação física e mental. No domínio cognitivo, esse padrão está associado a déficits na memória de trabalho, atenção sustentada e funções executivas, decorrentes da potencialização do sistema GABAérgico e da inibição da neurotransmissão glutamatérgica (PMC, 2022). Esses déficits impactam diretamente o desempenho acadêmico e a capacidade de tomada de decisão clínica.

Impactos éticos e profissionais

Os impactos éticos e profissionais constituem um dos achados mais críticos desta revisão,

especialmente no contexto da formação médica. Dados indicam que 32,1% dos estudantes apresentam consumo de risco e cerca de 6% já demonstram padrão compatível com dependência alcoólica, o que representa uma ameaça significativa à segurança do paciente e à qualidade da assistência em saúde (FRANK *et al*., 2013).

O consumo abusivo compromete o julgamento clínico, aumenta a probabilidade de erros em procedimentos e fragiliza a postura ética e profissional. A pesquisa "Análise quantitativa do consumo de álcool entre jovens universitários da UEA: fatores sociodemográficos, riscos e impactos para a saúde", publicada na revista FT, reforça esses achados ao demonstrar que estudantes da área da saúde apresentam maior exposição a riscos associados ao álcool, exigindo intervenções institucionais urgentes e políticas de prevenção específicas (REVISTA FT, 2025) (**Tabela 18.1**).

Tabela 18.1 Dados estatísticos consolidados (Brasil, 2025)

Indicador	Percentual
Consumo geral entre universitários	79,8%
Consumo de risco (intermediário/alto)	25-35%
Estudantes com má qualidade de sono	22-43%
Experimentação antes dos 18 anos	56%
Transtorno de uso de álcool (adolescentes)	5,7%
Consumo pesado episódico (20-24 anos)	20,9%

Fonte: LENAD III 2023-2025

CONCLUSÃO

De acordo com os estudos realizados, foi possível identificar que o consumo excessivo e abusivo de álcool entre estudantes de medicina configura-se como uma problemática relevante e urgente de saúde pública, inserida de forma preocupante no contexto acadêmico contemporâneo. Os achados evidenciam que tal fenômeno é sustentado por uma dinâmica multifatorial complexa, na qual se articulam a elevada carga horária curricular, a exposição contínua ao estresse psicológico, a intensa pressão por desempenho acadêmico e profissional, bem como a busca por estratégias imediatas de alívio emocional e integração social.

O uso do álcool como mecanismo de enfrentamento disfuncional estabelece um ciclo vicioso prejudicial, no qual a tentativa de redução do estresse culmina em distúrbios do sono, déficits cognitivos e comprometimento das funções executivas. Esses prejuízos, por sua vez, refletem-se diretamente no desempenho acadêmico insatisfatório, reforçando sentimentos de frustração, ansiedade e exaustão emocional. Dessa forma, os impactos do consumo abusivo extrapolam a esfera individual, afetando de maneira significativa a saúde mental dos estudantes, com elevados índices de ansiedade e depressão, além de comprometer a qualidade da formação médica.

Outrossim, os resultados apontam para implicações éticas e profissionais de grande relevância, uma vez que o comprometimento do julgamento clínico e da tomada de decisões durante a formação pode repercutir negativamente na prática médica futura e na segurança dos pacientes. Tal cenário reforça a necessidade de reconhecer o consumo de álcool entre estudantes de medicina não como um comporta-

mento socialmente aceitável, mas como um fator de risco institucional e coletivo.

Diante desse panorama, torna-se imprescindível que as instituições de ensino superior implementem políticas preventivas estruturadas, associadas a programas de promoção da saúde mental, triagem precoce de comportamentos de risco e oferta de suporte multidisciplinar contínuo. Por fim, destaca-se a importância do desenvolvimento de novas pesquisas, especialmente de caráter longitudinal e interventivo, que avaliem a efetividade de estratégias preventivas e terapêuticas no contexto das faculdades de medicina brasileiras, contribuindo para a formação de profissionais mais saudáveis, éticos e preparados para o exercício da medicina.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

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

AMESTOY, S. C. *et al*. Paralelo entre educação permanente em saúde e administração complexa. Revista Gaúcha de Enfermagem, v. 31, p. 383, 2010. DOI: 10.1590/S1983-14472010000300004.

ARAÚJO, L. U. A. *et al*. Avaliação da qualidade da atenção primária à saúde sob a perspectiva do idoso. Ciência & Saúde Coletiva, v. 19, p. 3521, 2014. DOI: 10.1590/1413-812320141912.22102013.

BRASIL. LENAD III: III Levantamento Nacional sobre o Uso de Drogas pela População Brasileira. Brasília: Ministério da Justiça, 2023–2025.

DANTAS, E. S. O. *et al*. Consumo de álcool e fatores associados entre estudantes de medicina. Revista Brasileira de Educação Médica, Brasília, v. 44, n. 1, p. 1–9, 2020. DOI: 10.1590/1981-5271v44.1-20190142.

FRANK, E. *et al*. Substance use disorders in physicians: prevalence, consequences, and intervention. The Lancet, Londres, v. 382, n. 9890, p. 144–152, 2013. DOI: 10.1016/S0140-6736(13)61482-0.

G1. Estilo de vida pouco saudável triplica risco de depressão entre universitários, 2025. Disponível em: <https://g1.globo.com>. Acesso em: 2025.

G1. Saúde Mental Universitários. Disponível em: http://g1.globo.com. Acesso em: 29 jan. 2026.

NASCIMENTO, M. I. *et al*. Uso de álcool por estudantes de medicina segundo características de cursos e escolas médicas. Revista Brasileira de Educação Médica, v. 35, n. 1, p. 4–12, 2011. DOI: 10.1590/S0100-55022011000100002.

NASCIMENTO, M. O. *et al*. Impactos do consumo de álcool no desempenho acadêmico de universitários. Revista de Psicologia, v. 23, n. 2, p. 45–58, 2011. DOI: 10.1590/S0100-55022011000100002.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Global status report on alcohol and health 2018. Geneva: WHO, 2018. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241565638>. Acesso em: 29 jan. 2026.

PEPSIC. Consumo de Álcool e Saúde Mental. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org. Acesso em: 20 jan. 2026.

PEPSIC. Saúde mental e consumo de álcool entre universitários brasileiros, 2025. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org. Acesso em: 2025.

PMC – PubMed Central. Alcohol, sleep architecture and cognitive impairment, 2022. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov. Acesso em: 2025.

PMC. The Association Between Alcohol-Related Problems and Sleep Quality. Disponível em: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/. Acesso em: 29 jan. 2026.

REVISTA FT. Análise quantitativa do consumo de álcool entre jovens universitários da UEA: fatores sociodemográficos, riscos e impactos para a saúde, 2025. DOI: 10.1590/S0100-55022011000100002.

SILVA, R. P. Aspectos genético-moleculares do sono e da privação de sono em humanos e roedores [tese]. São Paulo: Universidade Federal de São Paulo, 2013.

VASCONCELOS, T. C.; *et al*. Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. Revista Brasileira de Educação Médica, Brasília, v. 39, n. 1, p. 135–142, 2015. DOI: 10.1590/1981-52712015v39n1e00042014.

WILEY ONLINE LIBRARY. Alcohol consumption and cognitive deficit in students. [s.l.], 2025. DOI: 10.1590/S0100-55022011000100002.