

Pesquisa Multidisciplinar EM SAÚDE

EDIÇÃO XVIII

Capítulo 4

A VULNERABILIDADE PSICOLÓGICA DURANTE A FORMAÇÃO MÉDICA: DESAFIOS E PERSPECTIVAS

RAFAEL GONÇALVES CISNE¹
KAYO PEREIRA FERNANDES¹
DR. HUGO NIVALDO MELO ALMEIDA LIMA²

¹Discente - Medicina da Universidade Tiradentes Campus Estância-SE

²Doutor em Ciências da Saúde - Universidade Federal de Sergipe

Palavras-chave: Estudantes de Medicina, Vulnerabilidade Psicológica, Formação Médica

DOI

10.59290/2503726202

EP EDITORA
PASTEUR

INTRODUÇÃO

A formação médica é reconhecida como um dos processos educacionais mais exigentes e desafiadores da educação superior contemporânea. Trata-se de um percurso que envolve não apenas a aquisição de conhecimentos teóricos e habilidades técnicas, mas também a constante exposição a situações complexas e emocionalmente intensas, que exigem maturidade, empatia, resiliência e capacidade de adaptação. O estudante de medicina é continuamente desafiado a lidar com a dor, o sofrimento humano, a morte e, ao mesmo tempo, manter elevado desempenho acadêmico, o que demanda um equilíbrio emocional que nem sempre é plenamente desenvolvido durante essa fase da vida.

Esse ambiente formativo, frequentemente marcado por jornadas extensas, elevado grau de competitividade e pressão por resultados, contribui para tornar os estudantes de medicina particularmente suscetíveis ao adoecimento psíquico. Segundo De Oliveira e Araujo (2019), “os estudantes de medicina, submetidos a uma carga horária intensa e a cobranças excessivas, estão mais propensos ao desenvolvimento de transtornos mentais”. A afirmação reforça o alerta para os riscos à saúde mental inerentes à estrutura dos cursos de medicina, que muitas vezes negligenciam o cuidado subjetivo do discente em prol de um desempenho técnico-científico.

Diversos estudos, tanto em âmbito nacional quanto internacional, vêm evidenciando índices preocupantes de depressão, ansiedade, estresse crônico e síndrome de burnout entre estudantes de medicina. Em uma revisão sistemática, Conceição *et al.* (2019) destacam que “a prevalência de sintomas depressivos em estudantes de medicina é consideravelmente superior quando comparada a outros cursos universitários”. Tal

constatação sugere que o problema não é episódico ou isolado, mas estrutural e persistente, implicando uma combinação complexa de fatores pedagógicos, institucionais, culturais e pessoais que atravessam a formação médica.

Diante dessa realidade, torna-se essencial discutir a vulnerabilidade psicológica dos estudantes de medicina de forma crítica e aprofundada. A presente análise tem como objetivo refletir sobre os principais determinantes desse adoecimento psíquico, amparando-se em evidências científicas atualizadas, bem como apontar estratégias viáveis de prevenção e intervenção que possam ser incorporadas no ambiente acadêmico, contribuindo para uma formação mais saudável e humanizada.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão da literatura realizada no período de 01/2025 até 08/2025, por meio de pesquisas nas bases de dados: *Google Scholar*, PubMed e SciELO. Os descritores utilizados em português foram: “Saúde mental”, “Estudantes de medicina”, “Formação médica”, “Vulnerabilidade psicológica”. Desta busca foram selecionados e submetidos para a coleta e análise de dados, 21 artigos, relacionados ao tema, posteriormente submetidos aos critérios de inclusão.

Os critérios de inclusão foram: artigos nos idiomas Inglês e Português; publicados nos últimos 10 anos e que abordavam a temática proposta para esta pesquisa. Os critérios de exclusão foram: trabalhos duplicados, que não abordavam diretamente ou não tinham relação clara com a proposta estudada e que não atendiam aos demais critérios de inclusão.

Após os critérios de seleção restaram 12 artigos que foram submetidos à leitura e análise para a coleta de dados. Os resultados foram apresentados de forma descritiva, divididos em categorias temáticas abordando: prevalência de

sintomas psíquicos, qualidade do sono e desempenho acadêmico, fatores individuais, socioeconômicos e institucionais, perspectivas internacionais.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Prevalência de Sintomas Psíquicos

Estudos apontam para uma prevalência alarmante de transtornos psíquicos entre estudantes de medicina, revelando um cenário preocupante e recorrente em diversos contextos. Segundo Pacheco *et al.* (2017), "a prevalência combinada de depressão entre os estudantes de medicina no Brasil é de aproximadamente 30,6%". Trata-se de um dado expressivo, que evidencia o impacto emocional que o curso exerce sobre os alunos, muitas vezes desde os primeiros períodos da graduação. Esses achados são corroborados por Zeng *et al.* (2019), que, em uma meta-análise com estudantes chineses, encontraram níveis semelhantes de sofrimento emocional, indicando que a questão não se limita ao contexto brasileiro, mas se manifesta como uma preocupação global.

Fatores como pressão acadêmica constante, falta de tempo para lazer, ausência de suporte psicológico adequado e a exigência de alto desempenho técnico e científico configuram um ambiente propício ao desgaste emocional. Ottero *et al.* (2022) afirmam que "a alta carga horária, a competitividade interna e a constante pressão por resultados são elementos catalisadores do adoecimento mental durante a graduação em medicina". Essas condições criam um ambiente de constante vigilância e cobrança, em que o estudante se vê obrigado a manter uma performance elevada mesmo diante do esgotamento físico e psíquico. Nesse mesmo sentido, Ferreira *et al.* (2023) reforçam que "o curso de medicina figura como um dos mais estressantes, o que impacta diretamente a qualida-

de de vida e a saúde mental dos seus estudantes".

Outro agravante é a dificuldade de reconhecimento e acolhimento do sofrimento mental dentro do próprio ambiente médico. A cultura médica tradicional, ainda pautada por ideais de força, autocontrole e abnegação, frequentemente desconsidera os limites emocionais dos estudantes. De Oliveira e Araujo (2019) destacam que "a cultura médica ainda tende a invisibilizar o sofrimento psíquico de seus estudantes, reforçando uma ideia de invulnerabilidade emocional". Essa negação institucionalizada da fragilidade humana reforça o isolamento do estudante e dificulta a busca por ajuda, perpetuando um ciclo de sofrimento silencioso.

Qualidade do Sono e Desempenho Acadêmico

Outro fator fortemente associado à saúde mental durante a graduação médica é a qualidade do sono. A privação de sono, comum entre estudantes de medicina devido à rotina exaustiva e à carga horária extensa, compromete funções cognitivas essenciais, como concentração, memória e tomada de decisões. De Oliveira *et al.* (2024) identificam que "a privação de sono compromete a capacidade cognitiva e aumenta a suscetibilidade a transtornos mentais". Esse quadro contribui para a diminuição do rendimento acadêmico e amplifica a sensação de exaustão, ansiedade e baixa autoestima.

Al-Khani *et al.* (2019) também destacam essa correlação negativa, afirmando que "estudantes com piores padrões de sono apresentam desempenho acadêmico inferior e maiores índices de ansiedade". A má qualidade do sono, portanto, não é apenas um reflexo do estresse vivenciado, mas também um agravante do quadro psíquico geral dos estudantes. Há uma retroalimentação entre privação de sono, baixo desempenho acadêmico e sofrimento mental, o

que dificulta ainda mais a recuperação emocional dos discentes.

A revisão de Nayane *et al.* (2019) acrescenta que "o declínio no rendimento acadêmico pode funcionar como fator de risco e como consequência do sofrimento psíquico, estabelecendo um ciclo vicioso entre desempenho e saúde mental". Esse ciclo, uma vez instaurado, tende a se intensificar ao longo dos semestres, dificultando o engajamento com os conteúdos curriculares e comprometendo a formação integral do futuro profissional da saúde.

Fatores Individuais, Socioeconômicos e Institucionais

A compreensão da vulnerabilidade psicológica dos estudantes de medicina deve considerar também os fatores individuais, socioeconômicos e institucionais. A trajetória acadêmica é profundamente influenciada por elementos que extrapolam o ambiente universitário e dizem respeito à história de vida, contexto familiar, acesso a recursos e redes de apoio. Lima *et al.* (2023) observaram que "estudantes de medicina com menor renda familiar, sem apoio social ou pertencentes a minorias são mais vulneráveis ao adoecimento mental". A desigualdade de oportunidades e a sobrecarga vivida por esses estudantes tendem a amplificar o estresse cotidiano e aumentar a sensação de inadequação.

O modelo pedagógico adotado pelas instituições também exerce influência direta sobre o bem-estar dos alunos. Metodologias que valorizam a autonomia, o trabalho colaborativo e o pensamento crítico, quando bem estruturadas, podem favorecer a motivação e a saúde emocional dos estudantes. Tenório *et al.* (2016) analisaram diferentes abordagens educacionais e concluíram que "instituições que utilizam metodologias ativas, como a aprendizagem baseada em problemas (PBL), apresentam menor prevalência de sofrimento psíquico entre seus alunos". Essas metodologias, ao promoverem

maior protagonismo e engajamento, tendem a reduzir a ansiedade relacionada à aprendizagem passiva e à avaliação constante.

No entanto, a eficácia dessas abordagens depende diretamente das condições de implementação e do suporte oferecido pela instituição. Jestin *et al.* (2023) chamam atenção para o fato de que "a efetividade dessas metodologias depende do suporte institucional e das condições de implementação". Ou seja, não basta modificar a metodologia se não houver uma mudança estrutural no ambiente acadêmico, incluindo investimento em capacitação docente, escuta ativa dos estudantes e políticas de acolhimento psicoeducacional.

Conceição *et al.* (2019) também reforçam que "o suporte institucional é um dos pilares para a manutenção da saúde mental dos estudantes, especialmente durante os períodos de maior exigência acadêmica". Tal suporte pode se dar por meio de programas de apoio psicológico, ações de promoção da saúde mental, flexibilização curricular e acolhimento humanizado, sendo fundamental para a construção de um ambiente universitário mais saudável e menos adoecedor.

Perspectivas Internacionais

A vulnerabilidade psicológica dos estudantes de medicina é um fenômeno que transcende fronteiras nacionais, refletindo uma crise global nos modelos de formação médica. Segundo Zeng *et al.* (2019), "problemas de saúde mental entre estudantes de medicina estão presentes em diversos contextos globais, sugerindo um fenômeno transnacional". Países com diferentes sistemas educacionais e realidades socioculturais enfrentam desafios similares, o que aponta para a necessidade de repensar a lógica formativa da medicina em escala mundial.

Na Arábia Saudita, por exemplo, Al-Khani *et al.* (2019) observaram que "aspectos como

pressão social, expectativas familiares e cultura do desempenho também contribuem para o sofrimento dos estudantes". Esses elementos demonstram que, além da estrutura curricular, fatores culturais e sociais exercem peso considerável sobre o bem-estar dos discentes, reforçando a importância de uma abordagem multifatorial para o enfrentamento do problema.

Jestin *et al.* (2023) acrescentam que "diferenças de gênero e currículo influenciam diretamente os índices de saúde mental, sendo as mulheres e os estudantes em modelos curriculares tradicionais os mais afetados". Isso revela a importância de considerar as interseccionalidades no debate sobre sofrimento psíquico, reconhecendo que determinados grupos estão mais expostos a riscos e exigem políticas específicas de acolhimento e proteção.

CONCLUSÃO

A formação médica se caracteriza por uma exigência emocional intensa, que pode comprometer de forma significativa a saúde mental dos estudantes ao longo de toda a graduação. Os dados analisados ao longo desta discussão revelam um panorama alarmante, marcado por elevada prevalência de transtornos mentais, especialmente depressão, ansiedade e estresse crônico. Essa realidade não é fruto de um único fator, mas sim de uma conjunção complexa de elementos pessoais, pedagógicos e institucionais, que, interligados, tornam o ambiente acadêmico desafiador e, muitas vezes, adoecedor.

A vulnerabilidade psicológica que acomete os estudantes de medicina deve ser compreendida como um fenômeno estrutural, que se manifesta em um cenário de cobrança excessiva, jornadas extenuantes, competitividade interna, ausência de apoio institucional adequado e uma cultura médica que ainda valoriza a invulnerabilidade emocional. Essa cultura, ao minimizar o sofrimento psíquico, silencia experiências subjetivas legítimas e dificulta a busca por ajuda, contribuindo para a cronificação de quadros emocionais que poderiam ser prevenidos ou mitigados.

Diante desse cenário, torna-se urgente e necessário que as escolas médicas repensem não apenas suas estruturas curriculares, mas também o modo como se relacionam com seus estudantes. É fundamental que sejam promovidos ambientes de apoio, escuta e segurança emocional, onde o cuidado com a saúde mental seja reconhecido como parte indissociável da formação médica. A implementação de políticas de prevenção ao adoecimento mental, bem como de programas permanentes de acolhimento psicológico, deve ser prioridade nas instituições formadoras de profissionais da saúde.

Como enfatizam De Oliveira e Araujo (2019), "é fundamental romper com o estigma do sofrimento psíquico no meio médico e construir espaços de escuta e acolhimento aos estudantes". Superar esse estigma significa não apenas proteger os estudantes de danos psíquicos graves, mas também formar médicos mais humanos, empáticos e preparados para cuidar do outro a partir do reconhecimento e cuidado de si mesmos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AL-KHANI, A.M. *et al.* Um Estudo Transversal sobre Qualidade do Sono, Saúde Mental e Desempenho Acadêmico entre Estudantes de Medicina na Arábia Saudita. *BMC Research Notes*, v. 12, n. 1, p. 665, 2019. DOI: 10.1186/s13104-019-4713-2.
- CONCEIÇÃO, LS. *et al.* Saúde Mental dos Estudantes de Medicina Brasileiros: Uma Revisão Sistemática da Literatura. Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas), v. 24, p. 785-802, 2019. DOI: 10.1590/S1414-40772019000300012.
- DE OLIVEIRA, AV. *et al.* Impactos da Qualidade do Sono na Saúde Mental de Estudantes de Medicina: Uma Revisão Sistemática. *Revista Neurociências*, v. 32, p. 1-18, 2024. DOI: 10.34024/rnc.2024.v32.16086
- DE OLIVEIRA, MF.; ARAUJO, LMB. Saúde mental do estudante de medicina. *Brazilian Journal of Development*, v. 5, n. 11, p. 23440-23452, 2019. DOI: 10.34117/bjdv5n11-058
- FERREIRA, RR. *et al.* A Saúde Mental dos Estudantes de Medicina: Uma Revisão Integrativa. *Research, Society and Development*, v. 12, n. 3, p. e14912339975, 2023. DOI: 10.33448/rsd-v12i3.39975
- JESTIN, M. *et al.* Diferenças na Saúde Mental de Estudantes de Medicina com Base no Currículo e no Gênero. *BMC Medical Education*, v. 23, n. 1, p. 971, 2023. DOI: 10.1186/s12909-023-04946-2.
- LIMA, JLF.; RABELO, PWL.; MACHADO, YC. Saúde Mental dos Estudantes de Medicina: Características Individuais, Socioeconômicas e Contextuais. *Pensar Acadêmico*, v. 21, n. 2, p. 1401-1410, 2023. DOI: 10.21576/pensaracadmico.2023v21i2.3765
- NAYANE, NCSS.; VITOR, VAA.; FÓFANO, GA. Relação entre Desempenho Acadêmico e Saúde Mental em Estudantes de Medicina: Uma Revisão de Literatura. *Revista Científica UNIFAGOC-Saúde*, v. 4, n. 2, p. 51-59, 2019. DOI: 10.25248/reas.e9751.2022
- OTTERO, CLS.; IOST, ARJ.; DA CUNHA GONÇALVES, SJA. Saúde Mental dos Estudantes de Medicina: Uma Revisão de Literatura. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 15, n. 3, p. e9751, 2022.
- PACHECO, JP. *et al.* Problemas de Saúde Mental entre Estudantes de Medicina no Brasil: Uma Revisão Sistemática e Meta-análise. *Brazilian Journal of Psychiatry*, v. 39, n. 4, p. 369-378, 2017. DOI: 10.1590/1516-4446-2017-2223
- TENÓRIO, LP. *et al.* Saúde Mental de Estudantes de Escolas Médicas com Diferentes Modelos de Ensino. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 40, n. 4, p. 574-582, 2016. DOI: 10.1590/1981-52712015v40n4e00192015
- ZENG, W. *et al.* Prevalência de Problemas de Saúde Mental entre Estudantes de Medicina na China: Uma Meta-análise. *Medicine (Baltimore)*, v. 98, n. 18, p. e15337, 2019. DOI: 10.1097/MD.0000000000001537