

# Os fatores estressores e o impacto na saúde mental dos estudantes de Medicina

## Stressing factors and the impact on the mental health of Medicine students

Recebido: 07/06/2022 | Revisado: 16/06/2022 | Aceito: 18/06/2022 | Publicado: 19/06/2022

### Lucas Santos Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2696-8776>  
Faculdade Santo Agostinho de Itabuna, Brasil  
E-mail: [santoscosta1701@gmail.com](mailto:santoscosta1701@gmail.com)

### Maria Victoria Jabur Maluf

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3364-0787>  
Faculdade Santo Agostinho de Itabuna, Brasil  
E-mail: [victoriamaluf.hn@gmail.com](mailto:victoriamaluf.hn@gmail.com)

### Julia Matos de Souza

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0159-6008>  
Faculdade Santo Agostinho de Itabuna, Brasil  
E-mail: [julia.matos.de.souza@hotmail.com](mailto:julia.matos.de.souza@hotmail.com)

### Danielle Oliveira dos Anjos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8692-1959>  
Faculdade Santo Agostinho de Itabuna, Brasil  
E-mail: [danielle.anjos@itabuna.fasa.edu.br](mailto:danielle.anjos@itabuna.fasa.edu.br)

### Resumo

**Objetivo:** Identificar a prevalência e a incidência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse nos estudantes de Medicina para compreender os motivos que os levam ao adoecimento e seus agravos, bem como analisar e descrever o impacto do isolamento social devido a pandemia de COVID 19 na saúde mental dos estudantes. **Revisão bibliográfica:** A prevalência de depressão e ansiedade entre os acadêmicos de Medicina é alarmantemente maior do que na população em geral, bem com os índices de ideação suicida. (Dyrbye LN, Thomas MR, Shanafelt, 2006). Por meio da literatura, percebe-se que o panorama da graduação com aumento do volume de informações, mudanças nos métodos de estudo, carga horária, insegurança com relação à própria competência profissional e ao mercado de trabalho coloca o estudante universitário em um estado de vulnerabilidade, aumentando as chances de quadros psicopatológicos e consequentes dificuldades no desenvolvimento pessoal e profissional dos mesmos. **Considerações finais:** Logo, os estudantes de medicina encontram-se entre os grupos com maior chance de sofrer com fatores estressores e desenvolver transtornos mentais comuns. Alterar a forma de como os estudantes de Medicina vivenciam o curso melhorará a saúde mental dos estudantes e consequentemente a formação profissional, o desempenho como profissionais e suas relações com os pacientes.

**Palavras-chave:** Estudantes de medicina; Ansiedade; Saúde mental; Isolamento social.

---

### Abstract

**Objective:** To determine the prevalence and incidence of depression, anxiety, and stress symptoms in medical students in order to understand the reasons that lead them to illness and its exacerbation, and to analyze and describe the impact of social isolation due to the COVID 19 pandemic on students' mental health. **Literature Review:** The prevalence of depression and anxiety among medical students is alarmingly higher than in the general population, as is the rate of suicidal ideation. (Dyrbye LN, Thomas MR, Shanafelt, 2006). The literature indicates that the panorama of graduation with the increasing amount of information, changing study methods, workload, uncertainty regarding professional competence and the job market, places students in a state of vulnerability that increases the likelihood of psychopathological conditions and consequent difficulties in their personal and professional development. **Conclusions:** Medical students are therefore among the groups most likely to suffer from stressors and develop common mental disorders. Changing the way medical students experience medical school will improve students' mental health and, consequently, their professional training, their performance as professionals, and their relationships with patients.

**Keywords:** Medicine students; Anxiety; Mental health; Social isolation.

---

## 1. Introdução

A jornada universitária se caracteriza, principalmente, pela formação técnica e profissional dos estudantes, além de representar um momento de ampliação de conhecimentos, expectativas e experiências. Entretanto, ela também está associada a

fatores estressores, tais como medo do fracasso, imposição do mercado de trabalho, cobranças familiares, etc., os quais acabam propiciando desgastes de ordem biopsicossocial ao acadêmico, o que prejudica a sua saúde (ALVES, 2010; ZONTA; ROBLES; GROSSEMAN, 2006).

Segundo Almeida e Soares (2004), esse novo panorama de adaptação e os fatores a ele relacionados coloca o estudante universitário em um estado de vulnerabilidade, aumentando as chances de quadros psicopatológicos e consequentes dificuldades no desenvolvimento pessoal e profissional dos mesmos. Além disso, de acordo com Cavestro e Rocha (2006), diferentes fatores estressores principais ocorrem no início da graduação como o volume de informações que o aluno passa a receber e as mudanças nos métodos de estudo e carga horária e no final da graduação como a insegurança sobre a própria competência profissional e sobre o acesso ao mercado de trabalho.

Assim como Puthran (2016) revelou em uma meta-análise que a prevalência de depressão nos estudantes de medicina é de 28% com uma prevalência de ideação suicida de 5,8% entre todos os acadêmicos de medicina, independente do grau de depressão. Baldassin (2006) mostra que um em cada cinco estudantes de medicina apresenta ansiedade de natureza alta, número que é superior ao de universitários de outros cursos. Outro dado a ser considerado nesse estudo é a incidência de ansiedade ao longo do curso: no primeiro ano, 19,1% possuem sintomas de ansiedade, baixando para 11,6% no terceiro ano e voltando a subir para 20% no último ano de graduação.

Diante disso, torna-se necessário analisar o porquê de os estudantes de medicina do Brasil demonstrarem alto grau de adoecimento e queda da qualidade de vida. Para tal, a presente revisão identifica na literatura como os principais fatores estressores da vida do estudante de medicina prejudicam sua saúde mental e formação profissional a fim de evidenciar as melhores referências para se construir um plano de cuidado capaz de prevenir o adoecimento desses estudantes e oferta-los boa qualidade de vida.

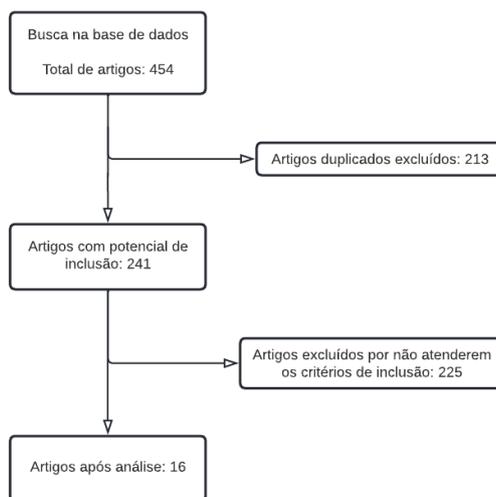
## 2. Metodologia

A fim de alcançar os objetivos delimitados, foi realizada uma revisão narrativa de literatura com uma pesquisa de abordagem metodológica qualitativa, bibliográfica e descritiva. Logo, o estudo da pesquisa foi realizado a partir de consultas de livros, artigos científicos, dissertações, teses, estudos de relatos de caso e estudos observacionais, publicados em língua portuguesa, inglesa e espanhola que foram publicados entre os anos 2000 e 2020 encontrados nas fontes *Google Acadêmico*, *Scielo*, *Pubmed*, *Lilacs*, *Medline* e *Bireme* a partir do uso dos seguintes descritores: fatores estressores, qualidade de vida, estudantes de medicina e isolamento social.

Sendo o tipo de pesquisa o explicativo, que segundo Gil (2008) tem como princípio a identificar fatores que causam ou contribuem para a ocorrência de fenômenos, onde o foco é aprofundar o conhecimento que se tem da realidade, explicando o porquê das coisas. Foram lidos todos os resumos e os artigos encontrados no banco de dados e selecionados aqueles que atenderam aos critérios de inclusão e, após isso, para a análise aprofundada, a leitura dos artigos na íntegra. Os critérios de inclusão foram: (I) estudos que abordassem à questão norteadora (quais os impactos dos fatores estressores na vida dos estudantes de medicina); (II) publicados entre 2000 e 2020; (III) estar no idioma português, inglês e espanhol. Para critério de exclusão: materiais que não contemplaram a abordagem da temática, artigos duplicados e artigos com local de publicação não confiável.

De acordo com a leitura dos artigos foi relacionado um quantitativo de estudos que seguissem os critérios de inclusão citados anteriormente, assim como está exposto na Figura 1 a seguir:

Figura 1 - Fluxograma de revisão narrativa de literatura.



Fonte: Elaborada pelos autores (2022).

### 3. Resultados e Discussão

Os artigos selecionados foram publicados entre 2000 e 2020 e que preencheram os critérios de inclusão da metodologia escolhida. Na tabela abaixo estão expostos os resultados encontrados nos mesmos, de acordo o quadro 1 a seguir:

Quadro 1 – Características dos artigos escolhidos.

Estudo	Periódico	Resultados
Qualidade de vida em estudantes de Medicina no início e final do curso: avaliação pelo Whoqol-bref.	Revista Brasileira de Educação Médica	O estresse é um dos principais fatores prejudiciais ao bem-estar psíquico e ao aumento de quadros com diagnóstico de depreciação psicológica.
Transtornos psiquiátricos menores e procura por cuidados em estudantes de Medicina.	Revista Brasileira de Educação Médica	O contato prolongado dos estudantes de medicina com fatores estressores desenvolve mais facilmente o processo de adoecimento, que consiste em desgaste psicológico e físico que impacta a qualidade de vida dos sujeitos e pode desencadear quadros de depressão e de ansiedade.
Perfil do estudante de Medicina da Universidade Federal do Espírito Santo.	Revista Brasileira de Educação Médica.	Os desgastes se apresentam com sinais e sintomas psicológicos e físicos. Dessa forma, são capazes de prejudicar relacionamentos interpessoais, concentração, aprendizado, lazer, sono, apetite, entre outros.
Prevalence of depressive and anxiety symptoms in medical students in the city of Santos.	Jornal Brasileira de Psiquiatria.	A população de estudantes de medicina que convivem com esse quadro de adoecimento está mais suscetível a sentir culpa, impotência e vontade de abandonar o curso. Além disso, desenvolvem depressão mais facilmente as chances de tentarem suicídio são altas.
Uso de substâncias psicoativas entre estudantes de Medicina de Salvador (BA).	Revista de psiquiatria clínica.	Um levantamento de dados realizado em Salvador – BA com estudantes de medicina constatou que o consumo de álcool se manteve constante durante todo o curso, mas o uso de outros tipos drogas aumentou significativamente entre os alunos dos últimos anos. Tendo sido a “diversão” apontada como o maior motivo para o consumo.
Perfil epidemiológico do consumo de álcool e fatores relacionados em estudantes	Fundação Oswaldo Cruz.	O uso de álcool e outras drogas tem sido elevado entre estudantes de medicina e é

universitários das ciências da saúde de Maceió.		considerado como uma “válvula de escape” para os transtornos emocionais provocados pela rotina estressante dos curso.
A formação da identidade do médico: implicações para o ensino de graduação em Medicina.	Interface-Comunicação, Saúde, Educação.	O entusiasmo inicial dos estudantes de medicina pela conquista de uma vaga no curso mais disputado nas universidades brasileiras é contraposto por grande frustração causada pela rotina exaustiva, dificuldade na administração do tempo devido a excessiva carga de estudos e pouco tempo para atividades de lazer.
Transtornos Mentais Menores entre Estudantes de Medicina.	Revista Brasileira de Educação Médica.	A mudança de hábitos de vida dos estudantes de medicina ao começarem o curso torna comum o aparecimento de sintomas de transtornos mentais menores, como alterações de memória, dificuldade de concentração, insônia, irritabilidade e fadiga, entre outros.
Studying medicine and quality of life.	Student BMJ.	A rotina extenuante dos estudantes de medicina pode ocasionar danos físicos e mentais incapacitantes e prejudiciais à sua qualidade de vida e desempenho profissional.
Health-related quality of life of medical students.	Medical Education.	Por conta da baixa qualidade de vida durante o curso, muitos estudantes de medicina acabam se tornando profissionais com reduzida quantidade de empatia, tendo muita dificuldade em desenvolver uma boa relação médico-paciente.
Perceived Social Support as a Determinant of Quality of Life Among Medical Students: 6-Month Follow-up Study.	Academic Psychiatry.	Os estudantes de medicina expostos a situações estressantes prolongadas desenvolvem mais facilmente falta de sensibilidade e empatia em suas relações interpessoais.
Impact of a physical activity program on the anxiety, depression, occupational stress and burnout syndrome of nursing professionals.	Revista LatinoAmericana de Enfermagem.	Indivíduos que necessitam enfrentar altas demandas existenciais e emocionais podem desenvolver ansiedade e depressão, com perda significativa da produtividade e da qualidade de vida.
Relationship among Medical Student Resilience, Educational Environment and Quality of Life.	PLOS ONE.	O suporte psicossocial para indivíduos em situação de stress elevado é capaz de aprimorar sua resiliência, preservando sua saúde mental e gerando uma diminuição da possibilidade adoecimento e queda da qualidade de vida.
Estratégias de Enfrentamento do Estresse Desenvolvidas por Estudantes de Medicina da Universidade Federal de Santa Catarina.	Revista Brasileira de Educação Médica.	As principais estratégias para reduzir o estresse durante o curso médico envolvem a valorização dos relacionamentos interpessoais e de fenômenos do cotidiano; equilíbrio entre estudo e lazer; organização do tempo; alimentação e sono; prática de atividade física; entre outros.
O ensino remoto no curso de Medicina de uma universidade brasileira em tempos de pandemia.	Revista Brasileira de Educação Médica.	Diante da necessidade de distanciamento social, em razão da quarentena adotada no Brasil uma das estratégias empregadas por diversas instituições de ensino foi mediar o processo de ensino-aprendizagem à distância. De forma geral alunos e docentes avaliaram positivamente o ensino à distância, porém, também relataram problemas no rendimento acadêmico e sofrimento psicológico.
Saúde mental dos estudantes de Medicina do Brasil durante a pandemia da coronavirus disease.	Jornal Brasileiro de Psiquiatria.	A prevalência de sofrimento psíquico entre estudantes de Medicina do Brasil durante o período de isolamento social muito elevada devido a baixa adaptabilidade ao ensino a distância, preocupação com o atraso da graduação, ser incapaz de manter hábitos saudáveis e ter medo de ser infectado pelo vírus.

Fonte: Autores.

A caracterização estressante do curso de Medicina é destacada na maioria dos artigos científicos, em seus causadores e suas consequências para a saúde dos estudantes. O estresse se torna um fator importante a partir do contato com o treinamento médico e colabora para a redução do bem-estar psíquico e o aumento de quadros com diagnóstico de depreciação psicológica como a ansiedade, a depressão e o burnout (ALVES, 2010).

A Organização Mundial da Saúde define saúde mental como um estado de bem-estar em que o indivíduo é capaz de realizar seus potenciais, lidar com estresses cotidianos e trabalhar prolificamente, estando inserido dentro do amplo conceito de saúde (World Health Organization, Victorian Health Promotion Foundation, & University of Melbourne, 2004). Os Transtornos Mentais Comuns (TMC) são caracterizados por sintomas psiquiátricos não psicóticos insuficientes para concluir diagnóstico formal, porém que comprometem o desempenho de atividades diárias (Pereira, Padoim, & Junior, 2014). A falta de traquejo em lidar com estressores e a negligência à presença de TMC podem ocasionar desdobramentos ainda mais sérios e debilitantes para a saúde mental e performance do estudante de Medicina (Cunha et al., 2009; Rocha & Sassi, 2013; Santa & Cantilino, 2016).

O adoecimento pode ser compreendido por um desgaste psicológico e físico que impacta a qualidade de vida dos sujeitos e pode desencadear quadros de depressão e de ansiedade. Os desgastes se apresentam como irritabilidade, insônia, fadiga, esquecimentos, dificuldades de tomar decisão e de se concentrar, além de queixas somáticas como má digestão, alteração de apetite, tremores e dores de cabeça (CUNHA, 2009; FIOROTTI, 2010). Os desfechos diante das condições que os estudantes estão submetidos abrangem sentimento de culpa, de desvalia e de impotência, medo de errar, depressão e vontade de abandonar o curso ou, até mesmo, o suicídio (SERRA, 2015; SANTA; CANTILINO, 2016; VASCONCELOS, 2015).

Em 2007, uma pesquisa avaliou o consumo de substâncias em estudantes de medicina de Salvador, apontando entre eles o consumo de álcool por 92,8%, lança-perfume por 46,2% e tabaco por 38,9% em algum momento da vida. O consumo de álcool se manteve constante durante todo o curso, mas o uso de tabaco, lança-perfume e tranquilizantes aumentou significativamente entre os alunos dos últimos anos. Os homens predominaram entre os usuários de drogas, tendo sido “a diversão” apontada por 58,7% como a razão mais importante para o consumo (LEMOS et al., 2006)

A alta demanda emocional e física no curso de Medicina torna-o crítico e de alta vulnerabilidade para o início e a manutenção do uso de álcool e outras drogas. Tem havido elevado consumo de drogas por estudantes da área da saúde, o que constitui uma das inúmeras “válvulas de escape” para os transtornos emocionais provocados pela rotina estressante dos cursos (PEDROSA, 2009).

O conceito qualidade de vida foi incorporado ao debate global, especialmente no que se refere a desenvolvimento humano, bem-estar social, democracia, direitos humanos e sociais, abrangendo vários setores, inclusive a saúde (Minayo, 2000). Na esfera individual, compreende abordagem centrada na percepção do sujeito sobre seu funcionamento em diversas áreas da vida, como, por exemplo, aspectos físicos, ocupacionais, psicológicos e sociais (Bampi, 2008). A qualidade de vida pode mudar ao longo do tempo, de forma global ou em algumas áreas da vida. Essa expressão tão debatida entre os pesquisadores de diversas áreas e que ocupa cada vez mais espaço na sociedade e nas políticas públicas não possui uma definição universal.

Os diversos estudos e abordagens sobre o tema empregam diferentes conceitos, modelos teóricos e instrumentos de avaliação (Gill TM, 1994.). No Recife, um estudo com 370 alunos de três faculdades de Medicina comparou estudantes do 1º e do 12º período em relação à qualidade de vida utilizando o Whoqol-bref (desenvolvido e recomendado pela Organização Mundial da Saúde, valoriza a percepção individual, podendo avaliar a qualidade de vida em diversos grupos e situações). Os resultados demonstraram decréscimo psicológico significativo entre os alunos concluintes, sugerindo que os seis anos do curso médico possam alterar a qualidade de vida dos estudantes com declínio na saúde mental (ALVES et al., 2010).

No entanto, o que se tem observado é que estudantes de Medicina são considerados população de alto risco para baixo escore de qualidade de vida (McNeill, Kerr & Mavor, 2014), pois a intensidade do processo de treinamento pode ter consequências negativas não intencionais, com alta incidência de burnout, baixa qualidade de vida, queda da empatia e baixa

motivação (LYNDON et al., 2017). Após o entusiasmo inicial da conquista de uma vaga no curso mais disputado nas universidades, os estudantes se deparam com uma fase de frustração causada pela mudança de hábitos do cotidiano, dificuldade na administração do tempo devido a excessiva carga de estudos e pouco tempo para atividades de lazer (RAMOS-CERQUEIRA, 2002).

É comum o aparecimento de sintomas de transtornos mentais menores, como alterações de memória, dificuldade de concentração e de tomada de decisões, insônia, irritabilidade e fadiga, assim como queixas somáticas (cefaleia, falta de apetite, tremores, sintomas gastrointestinais, entre outros) (ROCHA; SASSI, 2013). O impacto e as consequências a longo prazo de uma pesada rotina podem ser graves, incapacitantes ou mesmo contraproducentes (HAIVAS; VILLANUEVA, 2006), contribuindo para baixar a qualidade de vida dos estudantes (PARO; MORALES; SILVA, 2010), e repercutir negativamente sobre o desenvolvimento profissional (IBRAHIM et al., 2014), com possível declínio na empatia, o que afeta a relação médico paciente (HWANG et al., 2017; PARO et al., 2014)

Nas adversidades geradoras de grandes cargas de estresse, a qualidade de vida pode ser alterada negativamente, variando os mecanismos de adaptação que os indivíduos utilizam. Muitas vezes esses passam por despersonalização (cinismo), falta de sensibilidade e empatia pelo outro, bem como demonstrações de desesperança (TEMPSKI et al., 2012). A exemplo, profissionais que lidam com pacientes em cuidados paliativos necessitam enfrentar altas demandas existenciais e emocionais, com maior risco de estresse relacionado ao trabalho, ansiedade e depressão, com perda significativa da produtividade e da qualidade de vida (FREITAS et al., 2014).

A sistematização de apoio psicossocial no trabalho, na escola ou com pacientes portadores de doenças crônicas que favoreça o desenvolvimento de resiliência é essencial para o suporte do indivíduo, diminuindo adoecimento e queda da qualidade de vida (SELYE, 1976; TEMPSKI et al., 2015).

Em estudo qualitativo, (ZONTA et al., 2006) apontaram estratégias para reduzir o estresse durante o curso médico: valorização dos relacionamentos interpessoais e de fenômenos do cotidiano; equilíbrio entre estudo e lazer; organização do tempo; cuidados com a saúde, alimentação e sono; prática de atividade física; religiosidade; trabalhar a própria personalidade para lidar com situações adversas; procura por assistência psicológica. Sugerem ainda maior preocupação dos envolvidos na educação médica com a qualidade de vida do estudante de Medicina e o desenvolvimento de estratégias para promovê-la ou que preparem o estudante para lidar com o estresse durante a formação médica.

No final de 2019, um tipo de corona vírus (COVID-19), patógeno humano e animal, foi identificado como causa de um conjunto de casos de Síndrome Respiratória Aguda Grave na China. Devido a sua capacidade de transmissão, o vírus rapidamente tornou-se uma epidemia em toda a China, e posteriormente espalhou-se para outros países, causando uma pandemia.

Diante da necessidade de distanciamento social, em razão da quarentena adotada no Brasil, o ensino médico precisou ser moldado, tanto no âmbito privado, quanto no público, de maneira a evitar atrasos de cronograma letivo e a salvaguardar o processo de ensino-aprendizagem dos alunos. De acordo com as Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN) para os cursos de graduação em medicina, duas das competências gerais para os egressos são: a educação permanente, que requer construção contínua do próprio conhecimento por meio de um processo de aprender a aprender, e a comunicação, que implica no conhecimento das tecnologias de comunicação e informação visando a interação ao público geral e demais profissionais de saúde.

Portanto, uma das estratégias empregadas por diversas instituições de ensino é o uso de tecnologias educacionais para mediar o processo de ensino-aprendizagem à distância. Como resultado, novas perspectivas e expectativas despontaram sob o horizonte dos estudantes de medicina. De acordo com (CAMPOS et al., 2022), em um estudo que avaliou a qualidade do processo de ensino à distância em cursos de medicina durante a pandemia de Covid-19, alunos e docentes avaliaram positivamente o ensino à distância no geral.

A principal ressalva a este fato foi a insatisfação dos alunos quanto ao rendimento nos estudos (pior, quando comparado

ao presencial), sendo que o aspecto psicológico de professores e estudantes é considerado um dos fatores mais importantes para dar-se continuidade ao ensino remoto. Em um estudo transversal e exploratório que avaliou 656 estudantes do curso de Medicina do Brasil durante a pandemia, a prevalência de indivíduos com indícios de sofrimento psíquico foi de 62,8%. (TEIXEIRA et al., 2021).

Dentre os fatores de risco para doença mental durante a pandemia da COVID-19 incluem: ser do sexo feminino, estar nos dois primeiros anos do curso, relatar baixa adaptabilidade ao ensino a distância, dificuldade de concentração, preocupação com o atraso da graduação, diagnóstico prévio de transtorno mental, conviver com pessoas que precisam sair para trabalhar, ser incapaz de manter hábitos saudáveis e ter medo de ser infectado pelo vírus.

#### 4. Conclusão

Conforme elucidado no decorrer desse estudo, a falta de apoio, experiências emocionalmente tensas e cobranças são alguns dos maiores fatores estressores para os quais são empregadas estratégias de enfrentamento que, muitas vezes, são prejudiciais à saúde e a qualidade de vida, como no caso de uso e abuso de substâncias psicoativas. Dessa forma, espera-se que as universidades de todo o país adotem medidas para tornar o ambiente de formação médica menos prejudicial aos estudantes, através de ações concretas de apoio psicoterápico ou psicossocial.

Faz-se necessário alterar a forma de como os estudantes de medicina vivem o curso, respeitando sua saúde de maneira integral ao promover ações de acolhimento. Para isso, as universidades podem tomar medidas como a formação de núcleos especializados em saúde mental, realização de cronograma semestral com horários bem delimitados, estabelecer um eficiente meio de comunicação dos estudantes com a coordenação do curso, entre outros.

Por fim, é importante ressaltar como o entendimento dos fatores que influenciam na qualidade de vida dos estudantes de medicina se faz fundamental para elucidar como será sua futura capacitação como profissional e conseqüentemente como será a qualidade da medicina do país. Dessa forma, é imprescindível ampliar as fontes de dados nessa área de estudo por meio da realização de artigos ou trabalhos capazes de acrescentar mais informações sobre o cenário atual para um maior desenvolvimento e entendimento deste tema tão importante, possibilitando ainda mais estratégias para a sua resolução.

#### Referências

- ALVES, J. G. B., et al. Qualidade de vida em estudantes de Medicina no início e final do curso: avaliação pelo Whoqol-bref. *Revista Brasileira de Educação Médica*, Rio de Janeiro, v. 34, n. 1, p. 91-96, jan./mar., 2010.
- BALDASSIN, S. P. et al. The characteristics of depressive symptoms in medical students during medical education and training: a cross-sectional study. *BMC Medical Education*, EUA, v. 8, n. 60, 2008.
- BAMPI LNS, G. D, Lima DD. Qualidade de vida em pessoas com lesão medular traumática: um estudo com o WHOQOL-bref. *Rev Bras Epidemiol*. 2008;
- CAMPOS, A. S. de et al. O ensino remoto no curso de Medicina de uma universidade brasileira em tempos de pandemia. *Revista Brasileira de Educação Médica [online]*. 2022, v. 46, n. 01 [Acessado 27 Março 2022], e034. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v46.1-20210243>.
- CAVESTRO, J. de M.; ROCHA, F. L. Prevalência de depressão entre estudantes universitários. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, Minas Gerias, v. 4, n. 55, p.264-267, 2006.
- CUNHA, A. B. et al. Transtornos psiquiátricos menores e procura por cuidados em estudantes de Medicina. *Rev. Bras. Educ. Med.*, Rio de Janeiro, v. 33, n. 3, p. 321-328, 2009.
- DYRBYE LN, T. MR, Shanafelt TD. Systematic review of depression, anxiety, and other indicators of psychological distress among U.S and Canadian medical students. *Acad Med*. 2006.
- FIOROTTI, K. P.; ROSSONI, R. R.; MIRANDA, A. E. Perfil do estudante de Medicina da Universidade Federal do Espírito Santo, 2007. *Rev. Bras. Educ. Med.*, Rio de Janeiro, v. 34, n. 3, p. 355-362, 2010
- FREITAS, A. R. et al. Impact of a physical activity program on the anxiety, depression, occupational stress and burnout syndrome of nursing professionals. *Revista Latinoamericana de Enfermagem*, v. 22, n. 2, p. 332-336, abr. 2014.
- GILL TM, Feisntein AR. A critical appraisal of the quality of quality-of-life measurements. *JAMA*. 1994.

- HAIVAS, I.; VILLANUEVA, T. Studying medicine and quality of life. *Student BMJ*, v. 14, 2006
- HWANG, I. et al. Perceived Social Support as a Determinant of Quality of Life Among Medical Students: 6-Month Follow-up Study. *Academic Psychiatry*, v. 41, n. 2, p. 180–184, 2017.
- IBRAHIM, N. K. et al. Risk factors of coronary heart disease among medical students in King. *BMC Public Health*, v. 14, p. 411, 2014.
- JUNG CG. Memórias, sonhos e reflexões. Rio de Janeiro: Nova Fronteira; 1975.
- LEMOS, K. et al. Uso de substâncias psicoativas entre estudantes de Medicina de Salvador (BA) Psychoactive substance use by medical students from Salvador (BA). *Revista de Psiquiatria Clínica*, v. 34, n. 3, p. 118–124, 2006.
- MINAYO MCS, Hartz ZMA, Buss PM. Qualidade de vida em saúde: um debate necessário. *Cienc Saúde Coletiva*. 2000
- MCNEILL, K.; KERR, A.; MAVOR, K. Identity and norms: the role of group membership in medical student wellbeing. *Perspectives on medical education*, v.3, n. 2, p. 101–112, 2014.
- PARO, H.; MORALES, N.; SILVA, C. Health-related quality of life of medical students. *Medical Education*, v. 44, n. 3, p. 227–235, 2010.
- PEDROSA, A. Perfil epidemiológico do consumo de álcool e fatores relacionados em estudantes universitários das ciências da saúde de Maceió. [s.l.] *Fundação Oswaldo Cruz*, 2009.
- PEREIRA, N. K. C., Padoim, I., & Junior, R. F. Psychosocial and health-related stressors faced by undergraduate medical students. *Revista de Medicina*, 2014.
- PUTHRAN, R. et al. Prevalence of depression amongst medical students: A metaanalysis. *Medical Education*, v. 50, n. 4, p. 456–468, 2016.
- RAMOS-CERQUEIRA, A. A formação da identidade do médico: implicações para o ensino de graduação em Medicina. *Interface-Comunicação, Saúde, Educação*, v. 6, n. 11, p. 107–116, 2002
- ROCHA, E.; SASSI, A. Transtornos Mentais Menores entre Estudantes de Medicina Minor Mental Disorders Among Medical Students. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 37, n. 2, p. 210–216, 2013.
- SANTA, N. D.; CANTILINO, A. Suicídio entre médicos e estudantes de medicina: revisão de literatura. *Rev. Bras. Educ. Med.*, Rio de Janeiro, v. 40, n. 4, p. 772-780, 2016.
- SANTANA, E.; SASSI, A. P. Transtornos mentais menores entre estudantes de medicina. *Rev. Bras. Educ. Med.*, Rio de Janeiro, v. 37, n. 2, p. 210-216, 2013.
- SERRA, R. D. et al. Prevalence of depressive and anxiety symptoms in medical students in the city of Santos. *J. Bras. Psiquiatr.*, Rio de Janeiro, v. 64, n. 3, p. 213-220, 2015.
- TEIXEIRA, L. de A. C. et al. Saúde mental dos estudantes de Medicina do Brasil durante a pandemia da coronavirus disease 2019. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria* [online]. 2021, v. 70, n. 1 [Acessado 27 Março 2022], pp. 21-29. Disponível em: . Epub 31 Mar 2021. ISSN 1982-0208. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000315>.
- TEMPSKI, P. et al. What do medical students think about their quality of life? A qualitative study. *BMC Medical Education*, v. 12, n. 106, p. 1–15, 2012.
- TEMPSKI, P. et al. Relationship among Medical Student Resilience, Educational Environment and Quality of Life. *PLOS ONE*, v. 10, n. 6, p. e0131535, 29 jun. 2015
- VASCONCELOS, T. C. de. Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. *Rev. Bras. Educ. Med.*, Rio de Janeiro, v. 39, n. 1, p. 135-142, 2015.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION, Victorian Health Promotion Foundation, & University of Melbourne. Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice: summary report. Geneva: *World Health Organization*. (2004).
- ZONTA R.; ROBLES A. C. C.; GROSSEMAN, S. Estratégias de Enfrentamento do Estresse Desenvolvidas por Estudantes de Medicina da Universidade Federal de Santa Catarina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, Rio de Janeiro, v.30, n.3, p.147–153, set./dez., 2006.