

## Prevalência de Transtorno de Ansiedade Generalizada em Estudantes de Medicina: Revisão da Literatura

*Prevalence of Generalized Anxiety Disorder in Medicine Students: Literature Review*

*Prevalencia del Trastorno de Ansiedad Generalizada en Estudiantes de Medicina: Revisión de la Literatura*

Gabriel Silva **CINTRA**

Médico graduado pela Universidade Federal de Mato Grosso do Sul - Campus Três Lagoas, 79613-000 Três Lagoas - MS, Brasil  
<https://orcid.org/0000-0003-0207-4997>

Alex Xavier **CRISTOVÃO**

Médico graduado pela Universidade Federal de Mato Grosso do Sul - Campus Três Lagoas, 79613-000 Três Lagoas - MS, Brasil  
<https://orcid.org/0000-0003-3399-5748>

Marcus Vinícius de Azevedo **SILVA**

Graduação em Medicina, Universidade Federal de Mato Grosso do Sul - Campus Três Lagoas, 79613-000 Três Lagoas - MS, Brasil  
<https://orcid.org/0000-0003-2983-3949>

Luiz Felipe Fernandes **JAPIASSÚ**

Médico graduado pela Universidade ITPAC -Campus Porto Nacional - TO, 77500-000 Porto Nacional- TO, Brasil  
<https://orcid.org/0000-0001-6450-6615>

Adalberto Vieira **CORAZZA**

Professor Adjunto, Curso de Bacharelado em Medicina - Universidade Federal de Mato Grosso do Sul - Campus Três Lagoas, 79613-000 Três Lagoas - MS, Brasil  
<https://orcid.org/0000-0003-4888-1380>

### Resumo

Objetivo: Analisar a prevalência do transtorno de ansiedade generalizada nos acadêmicos de medicina. Revisão bibliográfica: a graduação em medicina é uma formação acadêmica que demanda muita dedicação, tempo e estudo por parte dos alunos, mas é uma cobrança que ocorre em excesso, tanto por parte da instituição, quanto do próprio aluno, a falta de imposição de limites resulta no aumento da pressão psicológica e emocional, sobrecarga de horário e estudos, além de manifestar sintomas de ansiedade que vão se agravando com o passar do tempo. Os fatores de riscos para o desenvolvimento desses sintomas podem estar ligados a alguma condição psicológica que o indivíduo passou no passado, ou situações de estresse psicológico contínuo, além da interferência dos fatores ambientais. A TAG é uma patologia que está em ascensão no meio acadêmico, principalmente no curso de medicina. Considerações finais: A saúde mental dos acadêmicos de medicina está diretamente ligada com a qualidade de vida desses indivíduos e com a qualidade da formação acadêmica que eles apresentam. Diante disso é evidente a urgente necessidade de medidas educativas através das instituições que viabilizem o combate a essa patologia, atrelado ao comprometimento dos próprios estudantes.

**Descritores:** Transtorno de Ansiedade; Saúde Mental; Estudantes de Medicina.

### Abstract

Objective: To analyze the prevalence of generalized anxiety disorder in medical students. Bibliographic review: the graduation in medicine is an academic formation that demands a lot of dedication, time and study on the part of the students, but it is a charge that occurs in excess, both by the institution and the student himself, the lack of imposition of limits results in increased psychological and emotional pressure, workload and study overload, in addition to manifesting symptoms of anxiety that get worse over time. The risk factors for the development of these symptoms may be linked to some psychological condition that the individual went through in the past, or situations of continuous psychological stress, in addition to the interference of environmental factors. GAD is a pathology that is on the rise in academia, especially in medicine. Final considerations: The mental health of medical students is directly linked to the quality of life of these individuals and the quality of the academic training they present. In view of this, the urgent need for educational measures through institutions that make it possible to combat this pathology, linked to the commitment of the students themselves, is evident.

**Descriptors:** Anxiety Disorders; Mental Health; Students, Medical.

### Resumen

Objetivo: Analizar la prevalencia del trastorno de ansiedad generalizada en estudiantes de medicina. Revisión bibliográfica: la graduación en medicina es una formación académica que exige mucha dedicación, tiempo y estudio por parte de los estudiantes, pero es un cargo que se da en el exceso, tanto por parte de la institución como del propio estudiante, la falta de la imposición de límites resulta en aumento de la presión psicológica y emocional, carga de trabajo y sobrecarga de estudio, además de manifestar síntomas de ansiedad que empeoran con el tiempo. Los factores de riesgo para el desarrollo de estos síntomas pueden estar ligados a alguna condición psicológica por la que pasó el individuo en el pasado, oa situaciones de continuo estrés psicológico, además de la interferencia de factores ambientales. El TAG es una patología que está en auge en la academia, especialmente en la medicina. Consideraciones finales: La salud mental de los estudiantes de medicina está directamente relacionada con la calidad de vida de estos individuos y la calidad de la formación académica que presentan. Ante ello, se evidencia la urgente necesidad de medidas educativas a través de instituciones que permitan combatir esta patología, ligadas al compromiso de los propios estudiantes.

**Descriptores:** Trastornos de Ansiedad; Salud Mental; Estudiantes de Medicina.

### INTRODUÇÃO

O transtorno de ansiedade generalizada (TAG) é uma síndrome caracterizada pela preocupação excessiva com fatos ou coisas que ainda vão acontecer e expectativa apreensiva, que é persistente e de difícil controle, a qual pode ter uma duração mínima de seis meses. Essa definição se aplica quando a ansiedade é

manifestada de forma patológica.

Além disso, o indivíduo pode apresentar dificuldades no sono, fadiga muscular, aumento da irritabilidade, inquietação e diminuição da capacidade de concentração. Essa sintomatologia pode ser variada, com sintomas particulares para cada paciente, o que torna o diagnóstico desse transtorno mais complicado<sup>1</sup>.

O desenvolvimento desses sintomas pode ocorrer de forma sutil e gradual, com o passar do tempo e com a negligência do paciente em não pedir ajuda, os sintomas vão se agravando e o indivíduo desenvolve a TAG. É uma patologia que pode acometer todas as idades, com uma vulnerabilidade maior no sexo feminino. Como fatores de risco estão presentes eventos traumáticos, preocupação excessiva, situações de violência dentre outros.

Assim, trata-se de transtorno com grande repercussão na vida do indivíduo, sendo incapacitante nos casos mais graves. Logo é importante que seja diagnosticado precocemente, com o intuito de diminuir os danos<sup>2</sup>.

Colocando em análise os estudantes de medicina e a rotina em que estão inseridos, como altas horas de estudos, carga horária excessiva, poucas horas de sono e lazer, falta de atividade física e má alimentação, pode-se afirmar segundo Costa et al.<sup>1</sup>, que esses indivíduos estão mais suscetíveis a desenvolver doenças mentais.

Entre os transtornos mais frequentes estão o transtorno de ansiedade generalizada e o transtorno depressivo maior, o primeiro é o resultado de vários meses de apresentação dos sintomas, os pacientes começa a dar sinais sutis da doença, mas acaba ignorando e não procura ajuda, com o decorrer dos meses e a persistência dos sintomas a intensidade vai aumentando até o indivíduo apresentar uma clínica mais grave, como ideação suicida, taquicardia, dispneia, insônia, dores musculares e náuseas.

O curso de graduação em Medicina exige muito dos seus estudantes, são várias horas de estudo, alta carga horária e poucas horas de sono. Com essa realidade os indivíduos que ingressam nesse curso estão mais suscetíveis a desenvolverem sintomas ligados a diminuição da saúde mental.

Existem aqueles que já apresentavam algum sinal de baixa saúde mental e que com o início do curso foram se intensificando e aqueles que após o começo da faculdade desencadearam algum desses sinais clínicos. O incentivo à procura de ajuda deve ser exercido pela instituição através de palestras e programas dentro da faculdade, buscando uma melhor qualidade no ensino e a melhor formação acadêmica desses alunos<sup>3</sup>.

O presente estudo tem como finalidade central explicar através da revisão da literatura, a prevalência do transtorno de ansiedade

generalizada nos acadêmicos de medicina, com o intuito de diagnosticar e tratar esse transtorno, buscando a melhor qualidade de vida e formação acadêmica desses alunos.

#### REVISÃO DA LITERATURA

##### ○ *Fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos mentais em estudantes de Medicina*

O desenvolvimento da ansiedade que posteriormente resulta no seu estado patológico, que é denominado transtorno de ansiedade generalizada, tem fatores de riscos que predispõem o indivíduo a manifestar essa sintomatologia em algum momento da vida. M'batna<sup>2</sup> afirma em seu artigo que traumas ainda na infância, situações de perigo constante, traumas psicológicos e os fatores ambientais em que o indivíduo está inserido são fatores que podem desencadear a TAG em certo ponto da vida da pessoa.

Aliado a esses cenários, a negligência do próprio ser humano em relação a manifestação desses sintomas, também interfere na evolução natural da doença, pois o fato de não buscar ajuda médica de um profissional especializado contribui para a evolução negativa dessa patologia, em que os sinais clínicos vão se agravando e ficando mais intensos.

A graduação em medicina é colocada como uma formação acadêmica em que o estudante enfrenta vários desafios tanto pessoais, quanto em relação às dificuldades do dia a dia. Dessa maneira o indivíduo passa por vários obstáculos durante o curso, como a distância da família, na maioria dos casos é a primeira vez que a pessoa mora longe e sozinha, além da alta carga horária, as várias horas de estudo, as noites mal dormidas, alimentação errada, negligência com a saúde física e mental. Todos esses fatores contribuem, segundo Ottero et al.<sup>4</sup> para o desenvolvimento de sintomas relacionados à diminuição da saúde mental desses indivíduos.

Corroborando o que o autor cita anteriormente, Souza e Coelho<sup>5</sup> evidenciam em seu estudo que além das dificuldades encontradas no cotidiano desses estudantes, está presente também a dificuldade em lidar com a dor do próximo, o enfrentamento em relação às situações de morte e enfermidades. São ocasiões que interferem no psicológico desses acadêmicos, em que nos casos em que a pessoa já apresenta alguma clínica de transtornos mentais pode agravar a situação. Portanto a atenção voltada para esses alunos deve ser dobrada, as instituições de ensino

devem promover palestras e ações de apoio a esses acadêmicos, buscando diminuir a prevalência desses distúrbios.

○ *Ansiedade em acadêmicos de Medicina*

A ansiedade pode ser definida de acordo com o DSM-V como um sentimento de vazio e apreensão que está ligada a sintomas que variam de um indivíduo para o outro. Esse sintoma é uma forma do corpo e da mente avisar para o ser humano que existem alterações acontecendo que fogem da normalidade é um mecanismo natural e adaptativo de cada pessoa.

Para Paulo<sup>6</sup> a ansiedade passa a ser considerada patológica, quando ela interfere no cotidiano da pessoa, através de manifestações físicas como taquicardia, sudorese, dispneia, irritabilidade e insônia. Visando o diagnóstico precoce deste transtorno é clara a importância da percepção do próprio indivíduo, quando houver o aparecimento de algum desses sintomas, para que ele possa buscar ajuda, evitando o agravamento dos sinais que o corpo e a mente manifestam.

Contemporaneamente o mundo é um misto de imediatismo ligado a instantaneidade do cotidiano, as pessoas vivem em um mundo cada vez mais acelerado, onde os seres humanos não descansam. Frente a isso e tendo como base o estudo de Souza e Coelho<sup>5</sup>, a realidade dos acadêmicos do curso de medicina não é diferente, mas sim mais agravada pelo fato de estarem inseridos em um cenário de altas cargas de estudo, noites mal dormidas e grande sobrecarga de pressão psicológica e emocional, além disso, na maioria dos casos esses alunos enfrentam essa nova realidade longe da família, o que contribui para agravar os sintomas de ansiedade e depressão. Segundo o autor, esses indivíduos estão mais suscetíveis a desenvolverem transtornos mentais, como o transtorno de ansiedade generalizada.

De acordo com Ottero et al.<sup>4</sup> a ansiedade é um sintoma comum no cotidiano das pessoas, mas quando essa apresentação clínica foge do controle e passa a ocupar grande parte do tempo do indivíduo ela passa a ser patológica, a doença que é definida como a persistência desse sintoma associada à fadiga, falta de ar, distúrbios do sono e sentimento de expectativa apreensiva é denominada transtorno de ansiedade generalizada (TAG), que geralmente tem a duração dessa sintomatologia por mais de seis meses.

Esse transtorno provoca repercussões sérias na vida da pessoa, podendo incapacitar o

ser de realizar suas tarefas do cotidiano, afetando a vida da vítima, no trabalho, nos estudos e na vida conjugal. Diante disso e indo de encontro com o que o autor propõe em seu artigo, a necessidade de formular medidas de apoio psicopedagógico para esses acadêmicos é de extrema importância, pois pode contribuir para a diminuição da prevalência dessa patologia.

○ *Transtorno de ansiedade generalizada em acadêmicos de Medicina*

Caracterizada como a apresentação de sinais e sintomas relacionados a diminuição dos níveis de saúde mental, a TAG é uma patologia em que o indivíduo apresenta manifestações sistêmicas como taquicardia, dispneia, insônia, irritabilidade e sensação de apreensão constantes. Pôde-se interessar no estudo de Barbosa et al.<sup>7</sup>, que o transtorno de ansiedade generalizada é um dos problemas de saúde mental mais subdiagnosticados, o qual o paciente não busca ajuda e posterga o diagnóstico e tratamento adequados.

Em paralelo a essa realidade, os estudantes de medicina são um público que está mais propenso a desenvolver esse transtorno, tanto pela falta de percepção aos sinais que o corpo apresenta quanto em relação a não procurarem ajuda de um médico especializado. Então a prevalência dessa patologia entre os acadêmicos de medicina vem apresentando um crescimento exponencial e preocupante, afetando a qualidade de vida desses alunos e interferindo diretamente na formação acadêmica.

Costa et al.<sup>8</sup> destacam a relação entre alterações do sono e distúrbios psiquiátricos em estudantes de Medicina.

Diante do exposto durante o artigo e através da revisão da literatura de outros trabalhos voltados para a mesma abordagem temática é perceptível que a TAG tem uma grande prevalência entre os estudantes de medicina, responsável por essa realidade está o cenário em que esses indivíduos estão inseridos, que somado aos fatores de riscos, contribuem para o desenvolvimento da doença.

Portanto, além da responsabilidade que também deve ser atribuída aos próprios acadêmicos em relação a busca por ajuda médica especializada, também deve ter papel no combate a essa doença às instituições de ensino, que devem promover medidas educativas com a função de orientar seus acadêmicos, sobre as manifestações dessa afecção, buscando a melhoria da qualidade de

vida desses alunos, melhorando a formação acadêmica e o desempenho dentro do curso.

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base no exposto conclui-se que o transtorno de ansiedade generalizada vem acometendo crescentemente esse público jovem, os quais sofrem influência direta do cenário da vida acadêmica. Logo é indiscutível a formulação de medidas e ações por meio das instituições de ensino, que visem o combate a essa patologia, atrelado a isso, deve haver também o comprometimento dos acadêmicos na priorização da sua própria saúde mental, respeitando seus limites e buscando ajuda médica de um profissional especializado quando necessário.

### REFERÊNCIAS

1. Costa DS, Medeiros NSB, Cordeiro RA, Frutuoso ES, Lopes JM, Moreira SNT. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes de Medicina e estratégias institucionais de enfrentamento. Rev. bras. educ. med. 2020;4 (1): e040.
2. M'batna AJ, Mendes NU, Felipe LP, Monte AS, Leite ACRM, Sousa AAS. Transtorno de ansiedade generalizada: relato de experiência sobre uso da sistematização da assistência de enfermagem no CAPS. BJD. 2021;7(1):8131-42.
3. Teixeira LAC, Costa RA, Mattos RMPR, Pimentel D. Saúde mental dos estudantes de Medicina do Brasil durante a pandemia da coronavirus disease 2019. J Bras Psiquiatr. 2021;70(1):21-9
4. Ottero CLS, Iost ARJ, da Cunha Gonçalves SJ. A saúde mental dos estudantes de medicina: uma revisão de literatura. Acervo Saúde. 2022;15(3):e9751.
5. Souza JP, Coelho FA. Prevalência dos sintomas de ansiedade e depressão nos estudantes de Medicina da UNIFAGOC. UNIFAGOC-Saúde. 2022;6(2):21-9.
6. Paulo TM. Prevalência de ansiedade em estudantes de medicina da Universidade Federal Rural do Semi-Árido [monografia]. Mossoró: Centro de Ciências Biológicas e da Saúde - CCBS, UFERSA;2021
7. Barbosa GCL Ferraz JL, Alves LA Impactos de medicamentos benzodiazepínicos na qualidade de vida de pessoas portadoras de transtorno de ansiedade generalizada. Res Soc Develop. 2021;10(15): e523101523202-e523101523202.
8. Costa LDM, Rodrigues KRPC, Gouveia NM. Qualidade do sono e fatores associados em acadêmicos de Medicina: revisão integrativa. Arch Health Invest (2021)10(9):1372-77.

### CONFLITO DE INTERESSES

Os autores declaram não haver conflitos de interesse

### AUTOR PARA CORRESPONDÊNCIA

#### Gabriel Silva Cintra

Universidade Federal de Mato Grosso do Sul  
Campus Três Lagoas MS Unidade II  
Av. Ranulpho Marques Leal, nº 3484,  
79613-000, Três Lagoas – MS, Brasil  
E-mail: gabrielscintra1097@gmail.com

Submetido em 05/012/2022

Aceito em 09/12/2022