

Centro Universitário de Adamantina
Revista OMNIA Saúde
ISSN 1806-6763 | e-ISSN: 2236-188X
<https://doi.org/10.69719/ros.v8.874>

Júlia Maia^{1*},
Marcelo Ripari¹,
Arthur Trevellin¹,
Daniela Guidini¹

¹Departamento de Medicina, Centro Universitário de Adamantina, Adamantina, SP, Brasil

Autor correspondente:
juliamaiia2050@gmail.com

Recebido em: 23/07/2025
Aceito em: 30/09/2025

Resumo: O presente estudo teve como objetivo analisar, por meio de uma revisão integrativa, a prevalência da depressão entre estudantes de Medicina, bem como os fatores de risco associados, buscando compreender o impacto desse transtorno na formação acadêmica e na saúde mental desses indivíduos. A justificativa da pesquisa está pautada na elevada incidência de sintomas depressivos nessa população, que enfrenta múltiplos fatores de estresse, como carga horária extensa, exigências acadêmicas intensas e adaptações psicossociais, tornando-os mais vulneráveis a transtornos mentais. A metodologia consistiu na realização de uma revisão integrativa da literatura, permitindo a identificação, avaliação e síntese de estudos relevantes publicados entre 2020 e 2025. As buscas foram realizadas nas bases PubMed, SciELO e Google Acadêmico. Os critérios de inclusão abrangeram artigos disponíveis na íntegra, com acesso gratuito, publicados em português ou inglês, e com foco na temática proposta. Os resultados revelaram uma prevalência significativa de sintomas depressivos entre estudantes de Medicina, especialmente nos primeiros anos do curso, sendo os principais fatores de risco: sexo feminino, uso de drogas ilícitas, morar sozinho e ausência de suporte familiar. Em contrapartida, fatores como morar com os pais, praticar atividades físicas e manter bons vínculos sociais se mostraram protetores. Conclui-se que a depressão é um problema recorrente e relevante no contexto da educação médica, exigindo intervenções institucionais para a promoção da saúde mental e prevenção de agravamentos.

Palavras-chave: Depressão; Fatores de Risco; Estudantes; Medicina.

Abstract: The present study aimed to analyze, through an integrative review, the prevalence of depression among medical students, as well as the associated risk factors, seeking to understand the impact of this disorder on the academic training and mental health of these individuals. The justification for the research is based on the high incidence of depressive symptoms in this population, which faces multiple stress factors, such as extensive workload, intense academic demands and psychosocial adaptations, making them more vulnerable to mental disorders. The methodology consisted of conducting an integrative literature review, allowing the identification, evaluation, and synthesis of relevant studies published between 2020 and 2025. Searches were performed in the PubMed, SciELO and Google Scholar databases,. The inclusion criteria included articles available in full, with free access, published in Portuguese or English, and focusing on the proposed theme. The results revealed a significant prevalence of depressive symptoms among medical students, especially in the first years of the course, with the main risk factors being: female gender, use of illicit drugs, living alone and

lack of family support. On the other hand, factors such as living with parents, practicing physical activities and maintaining good social ties proved to be protective. It is concluded that depression is a recurrent and relevant problem in the context of medical education, requiring institutional interventions to promote mental health and prevent aggravation.

Keywords: Depression; Risk Factors; Students; Medicine.

INTRODUÇÃO

A depressão é uma síndrome que abrange diversos quadros clínicos e tem ganhado destaque pela alta prevalência e pelos investimentos em tratamentos. O Brasil lidera os índices de depressão na América Latina e está entre os países com maior prevalência mundial, afetando cerca de 5,9% da população, o equivalente a 11,5 milhões de pessoas¹.

Os transtornos mentais comuns (TMC) geram sofrimento psíquico e afetam negativamente o desempenho das atividades cotidianas, os relacionamentos e a qualidade de vida. Estima-se que

entre 9% e 12% da população mundial, e entre 12% e 15% da população brasileira, sejam afetados por esses transtornos, independentemente da faixa etária. Entre os grupos mais vulneráveis, destacam-se os estudantes universitários, que apresentam maior propensão ao desenvolvimento de quadros de ansiedade e depressão².

Estudantes universitários, especialmente os de Medicina, são mais vulneráveis ao desenvolvimento de transtornos de ansiedade e depressão, conforme demonstram estudos que utilizam instrumentos como o *Self Reporting Questionnaire* (SRQ-20) *Beck Anxiety Inventory* (BAI) e *Beck Depression Inventory* (BDI), os quais apontam alta prevalência desses transtornos em diferentes continentes^{2,3}. Apesar da concordância sobre a relevância do problema, observam-se diferenças significativas quanto às taxas de prevalência relatadas e aos fatores associados, o que pode refletir divergências metodológicas (instrumentos aplicados, recorte temporal, população estudada) ou mesmo divergências teóricas sobre a definição e a classificação dos sintomas. Essas variações reforçam a complexidade do tema e a necessidade de análises comparativas mais críticas.

Os universitários enfrentam diversos fatores de estresse, como a transição da adolescência para a vida adulta e as exigências acadêmicas, incluindo adaptação ao ambiente universitário, dificuldades com tempo e finanças, privação de sono, conflitos interpessoais, carga intensa de estudos, avaliações e pressão por inserção no mercado de trabalho³.

O surgimento de transtornos psiquiátricos entre universitários é significativo, afetando de 15% a 25% dos estudantes durante a formação. No curso de Medicina, esse cenário é ainda mais preocupante, tanto pela responsabilidade futura desses profissionais quanto pela gravidade do problema, com uma média global de 28% de prevalência de depressão entre estudantes de medicina⁴.

A vida universitária pode gerar sobrecarga física e emocional, especialmente entre estudantes com diagnóstico de depressão. Mudanças de rotina, moradia, responsabilidades financeiras e adaptação ao novo ambiente intensificam esse impacto. No curso de Medicina, o estresse tende a ser maior devido à carga horária extensa, conteúdos exigentes, afastamento da família e responsabilidade com a vida alheia, fatores frequentemente associados ao aumento de sintomas depressivos^{3,4}.

O transtorno depressivo maior é caracterizado por humor deprimido, perda de interesse em atividades

antes prazerosas, alterações de peso e sono, além de possíveis agitação ou lentidão motora, sentimentos excessivos de culpa ou inutilidade⁵.

Na educação médica, a depressão tem recebido destaque devido à sua alta prevalência entre os estudantes, que enfrentam intensas demandas acadêmicas e mudanças psicossociais, como o desenvolvimento de autonomia e identidade. Apesar dos sintomas, muitos evitam procurar ajuda psicológica, optando pela automedicação, o que pode agravar sentimentos de isolamento e solidão⁶.

Alunos do primeiro ano de medicina estão mais propensos a sintomas depressivos e ansiosos devido a fatores como a pressão do vestibular, expectativas pessoais e familiares, e a adaptação ao ambiente acadêmico, com prevalência de sintomas maior nesse grupo (30,8%) em comparação ao sexto ano (9,4%). Fatores de proteção incluem morar com os pais, ter boa qualidade de sono, praticar atividades físicas, lazer e bons vínculos interpessoais. Já os fatores de risco envolvem ser do sexo feminino, estar no primeiro ano, usar drogas ilícitas e morar sozinho^{6,7}.

A justificativa do estudo baseia-se na alta prevalência de depressão entre estudantes universitários, especialmente de Medicina, grupo exposto a intensos fatores de estresse. Dada a responsabilidade desses futuros profissionais, é essencial compreender o impacto da depressão em sua formação.

O objetivo do estudo foi analisar por meio de revisão integrativa os recentes estudos sobre o tema para entender os conhecimentos e lacunas sobre o tema.

MATERIAL E MÉTODOS

A revisão integrativa da literatura é uma metodologia que permite reunir, analisar e interpretar, de forma abrangente, os estudos já publicados sobre um determinado assunto. Por meio dessa abordagem, é possível examinar diferentes pesquisas para compreender quais métodos foram empregados, quais foram os principais achados e de que forma cada estudo contribui para o entendimento do tema investigado. O principal propósito dessa técnica é reunir e organizar o conhecimento acumulado, destacando tendências, lacunas e caminhos promissores para novas investigações. Assim, além de resumir os dados disponíveis, a revisão integrativa aprofunda a compreensão do fenômeno estudado e promove o desenvolvimento da ciência na área em questão⁸.

A revisão integrativa da literatura desempenhou um papel fundamental no desenvolvimento do presente estudo ao possibilitar a reunião e análise de dados

oriundos de diversas pesquisas sobre a depressão em estudantes de medicina. Esse processo foi realizado a partir de buscas nas bases de dados, como PubMed, Scielo e Google Acadêmico. Para a identificação dos estudos relevantes, foram utilizados descritores específicos combinados com o operador booleano "and", sendo empregadas as palavras-chave "Depressão", "Fatores de Risco" e "Estudantes de Medicina", assim como suas correspondentes em inglês: "Depression", "Risk Factors" e "Medicine students".

A seleção dos artigos seguiu critérios de elegibilidade previamente definidos, incluindo apenas publicações completas com acesso gratuito, redigidas em português ou inglês, publicadas entre os anos de 2020 e 2025, e sem restrições quanto à localização geográfica dos estudos. Por outro lado, foram excluídos os trabalhos que não apresentavam pertinência ao objetivo da pesquisa, com base na análise do título, resumo ou texto completo. O processo de seleção dos estudos está representado na Figura 1.

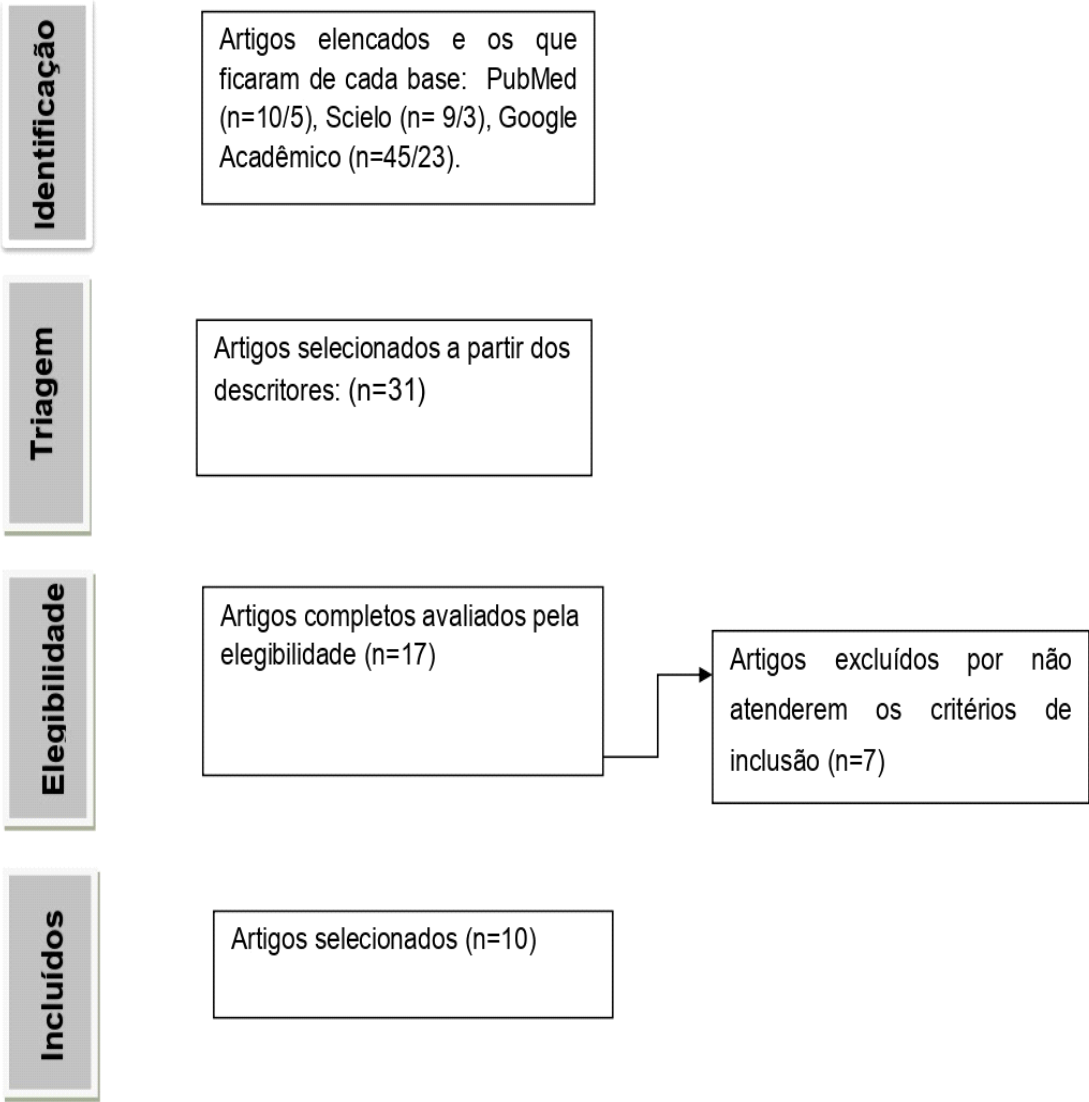


Figura 1. Fluxograma com os artigos selecionados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os artigos apresentados no Quadro 1 foram organizados conforme características como ano, revista, título e metodologia, com o objetivo de reunir estudos recentes (2020 a 2025) sobre depressão em

estudantes de Medicina. Essa classificação permitiu analisar as tendências e abordagens metodológicas adotadas nos últimos cinco anos, considerando tanto publicações em português quanto em inglês, em proporção equilibrada.

Quadro1. Resumo dos artigos avaliados.

Revista e ano de publicação	Título do Artigo	Metodologia
Revista Brasileira de Educação Médica 2024	Prevalência de depressão entre estudantes de Medicina em universidade de Goiás.	Estudo transversal
Revista Brasileira de Educação Médica 2021	Sintomas de ansiedade e depressão entre estudantes de medicina: estudo de prevalência e fatores associados	Estudo de prevalência
Revista Psicologia, Diversidade e Saúde 2023	Transtornos Mentais Comuns (TMC): um estudo com estudantes de cursos técnicos.	Estudo exploratório
International Journal of Education and Health 2021	Depressão entre estudantes de medicina no Brasil: uma revisão sistemática.	Revisão sistemática
Revista Cereus 2025	Depressão e suicídio em médicos e estudantes de medicina: revisão integrativa.	Revisão integrativa
Scielo 2022	Depressão, estigma e preconceito: o que pensam os estudantes de Medicina?.	Estudo observacional, descritivo e quantitativo
Revista de Medicina 2021	Levantamento de sintomas depressivos e ansiosos entre estudantes de medicina de uma universidade brasileira. Revista de Medicina.	Estudo descritivo
Advances in Medical Education and Practice 2021	Depression and anxiety among medical students: a brief overview.	Revisão sistemática
British journal of sports medicine. 2024	Depression, anxiety and stress among female student-athletes: a systematic review and meta-analysis.	Revisão sistemática
Healthcare 2024	Prevalence of depressive symptoms and its correlates among male medical students at the University of Bisha, Saudi Arabia.	Estudo de caso

O estudo realizado em 2021 por pesquisadores indianos apresentou uma revisão narrativa sobre a prevalência de depressão e ansiedade entre estudantes de medicina, destacando que essas condições são frequentes nessa população, com variações conforme a região e o perfil demográfico. Estudantes do Oriente Médio e do sexo feminino apresentam maiores índices. Os fatores de risco são divididos em acadêmicos, como carga de trabalho intensa e pressão por desempenho, e não acadêmicos, incluindo questões pessoais e sociais. O artigo também aponta variações nos níveis de depressão ao longo do curso, evidenciando a necessidade de mais pesquisas para esclarecer essas diferenças⁹.

A depressão entre estudantes de Medicina da UniRV, em Goiás, apontando que 20,8% relataram diagnóstico médico da condição. O estudo identificou fatores associados, como sexo feminino, idade acima de 20 anos, baixo apoio social, tabagismo e percepção negativa da própria saúde. Embora os índices sejam altos, são menores que os de outras pesquisas nacionais, possivelmente por diferenças metodológicas. Os autores destacam a necessidade de ações institucionais, com foco no fortalecimento do apoio social e na oferta de suporte psicológico aos estudantes^{1,9}.

A análise revelou que identificar-se como mulher é um fator significativo associado a níveis mais elevados desses sintomas entre atletas universitários. Dos estudos analisados, 30,7% relataram que o sexo feminino foi um determinante relevante para depressão, ansiedade e estresse em atletas. Embora o foco principal do artigo seja em atletas universitárias, os achados destacam a importância de considerar fatores de risco específicos de gênero ao abordar a saúde mental em populações estudantis. Esses insights podem ser relevantes para entender e desenvolver estratégias de apoio à saúde mental de estudantes de medicina, especialmente do sexo feminino, que também enfrentam altos níveis de estresse e pressão acadêmica^{1,9,10}.

A prevalência e os fatores associados a sintomas de ansiedade e depressão entre estudantes de Medicina de uma capital do Nordeste brasileiro, com base em uma amostra de 458 alunos, utilizou instrumentos padronizados, como os Inventários de Ansiedade e Depressão de Beck, os autores identificaram que 30,8% dos estudantes apresentavam sintomas de ansiedade e 36,0% de depressão. Fatores como sexo feminino, idade inferior a 22 anos, orientação sexual

homo/bissexual e raça/cor da pele não branca foram associados a maiores índices desses sintomas. O semestre cursado não teve relação significativa com os transtornos. O estudo destaca a vulnerabilidade dos estudantes de Medicina a problemas de saúde mental e a necessidade de ações institucionais de prevenção e apoio psicológico direcionadas a esse público^{2,10}.

Compreender como a depressão afeta estudantes de medicina, revelando que essa população apresenta uma prevalência elevada de sintomas depressivos foi objeto de estudo. Isso significa que muitos desses estudantes enfrentam sinais claros de sofrimento psicológico, tornando-se um grupo particularmente suscetível a transtornos mentais comuns, como a própria depressão. Essa vulnerabilidade está relacionada a fatores próprios da formação médica, como a carga horária excessiva, a exigência constante por desempenho acadêmico elevado e a exposição frequente a situações de alta pressão emocional, como lidar com doenças graves e sofrimento humano. Diante desse contexto, o estudo destaca a importância de implementar ações específicas para promover a saúde mental dentro das instituições de ensino, com o objetivo de oferecer suporte psicológico adequado e prevenir o agravamento desses quadros entre os futuros profissionais da saúde^{3,11}.

A maioria das pesquisas sobre o tema proposto se concentra nas regiões Sul e Sudeste do Brasil, evidenciando uma lacuna de dados em outras áreas do país. Apesar das diferenças metodológicas, os estudos convergem ao apontar uma alta prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de medicina, sugerindo que esse é um problema recorrente e preocupante. Fatores como a intensa carga horária, a pressão acadêmica, a competitividade e a responsabilidade inerente à formação médica são apontadas como contribuintes para o desenvolvimento de sintomas depressivos nessa população^{4,12}.

O estudo enfatiza que, desde o início da graduação, os estudantes de medicina estão expostos a altos níveis de estresse, ansiedade e depressão, os quais podem persistir ao longo da carreira profissional. Fatores como perfeccionismo, autocrítica exacerbada, medo de falhar e estigmatização da busca por ajuda psicológica são apontados como barreiras que dificultam o reconhecimento e o tratamento adequado desses transtornos. A revisão integrativa ressalta a importância de intervenções institucionais que promovam a saúde mental, como programas de

apoio psicológico, atividades de lazer e estratégias de enfrentamento do estresse. A implementação de políticas que incentivem a discussão aberta sobre saúde mental e a redução do estigma associado à busca por ajuda são consideradas essenciais para melhorar o bem-estar de médicos e estudantes de medicina^{5,13}.

Apesar da maioria dos estudantes de Medicina reconhecerem a depressão como uma doença, ainda há dificuldade em discutir o tema no ambiente acadêmico devido ao estigma. O medo de julgamento e a pressão por alto desempenho contribuem para a relutância em buscar ajuda, agravando o sofrimento psíquico. Os autores defendem a necessidade de estratégias institucionais que promovam um ambiente acolhedor e sem preconceitos, incentivando o diálogo sobre saúde mental e o apoio psicológico aos estudantes^{2,6,14}.

A prevalência de sintomas depressivos e ansiosos entre estudantes de medicina, destacando a relação significativa entre a formação médica e a saúde mental dos discentes. A discussão aponta que o ambiente acadêmico, caracterizado por alta carga horária, pressão por desempenho e competitividade, contribui para o desenvolvimento de sintomas depressivos e ansiosos. Além disso, fatores como a falta de apoio institucional e a estigmatização de transtornos mentais dificultam a busca por ajuda, agravando o sofrimento psíquico dos estudantes. O estudo ressalta a importância de estratégias institucionais que promovam a saúde mental, como a implementação de programas de apoio psicológico e a criação de espaços de escuta e acolhimento, visando melhorar o bem-estar dos futuros profissionais de saúde^{7,15}.

CONCLUSÃO

A presente revisão integrativa evidenciou que a depressão é altamente prevalente entre estudantes de Medicina, sobretudo nos primeiros anos do curso, sendo influenciada por fatores de risco como sexo feminino, uso de drogas ilícitas, isolamento social e ausência de apoio familiar. Por outro lado, o convívio familiar, a prática de atividades físicas e a manutenção de vínculos sociais mostraram-se importantes fatores protetores. Constatou-se ainda que o estigma relacionado à saúde mental, associado ao perfeccionismo e ao medo de julgamento, dificulta a busca por ajuda, contribuindo para o agravamento do quadro. Diante disso, conclui-se que compreender esses fatores é fundamental para subsidiar intervenções institucionais que promovam o bem-

estar e a qualidade de vida dos estudantes, prevenindo o avanço dos transtornos mentais durante a formação médica e ao longo da carreira.

REFERÊNCIAS

- [1] Oliveira, M. P. D., Stahnke, D. N., Horta, R. L., & Costa, J. S. D. D. (2024). Prevalência de depressão entre estudantes de Medicina em universidade de Goiás. *Revista brasileira de educacao medica*, 48(2), e045.
- [2] Sacramento, B. O., Anjos, T. L. D., Barbosa, A. G. L., Tavares, C. F., & Dias, J. P. 2021. Sintomas de ansiedade e depressão entre estudantes de medicina: estudo de prevalência e fatores associados. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 45, e021.»
- [3] Pereira, R. C., Chagas, D. L., & Simeão, S. D. S. S. 2023. Transtornos Mentais Comuns (TMC): um estudo com estudantes de cursos técnicos. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 12, e5193-e5193.
- [4] Rosa, C., dos Santos Nunes, E., & da Costa Armstrong, A. 2021. Depressão entre estudantes de medicina no Brasil: uma revisão sistemática. *International Journal of Education and Health*, 5(1), 133-141.
- [5] Bezerra, R. F., Marinho, S. S., Mathias, A., Melo, L. L., Souza, D. M., & Souza, D. M. 2025. Depressão e suicídio em médicos e estudantes de medicina: revisão integrativa. *Revista Cereus*, 17(1), 321-333.
- [6] Soeiro, A. C. V., Flexa, C. V. B., Ferro, G. B., Lima, I. L. F., & Porto, J. P. 2022. Depressão, estigma e preconceito: o que pensam os estudantes de Medicina?. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 46(3), e114.
- [7] Souza Cardoso, Y., de Lima, L. V., Miranda, L. R., Ferreira, S. J. S., & Carvalho, A. A. 2021. Levantamento de sintomas depressivos e ansiosos entre estudantes de medicina de uma universidade brasileira. *Revista de Medicina*, 100(3), 204-211.
- [8] Souza, M. T. D., Silva, M. D. D., & Carvalho, R. D. 2010. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein (São Paulo)*, 8, 102-106.
- [9] Mirza, A. A., Baig, M., Beyari, G. M., Halawani, M. A., & Mirza, A. A. 2021. Depression and anxiety among medical students: a brief overview. *Advances in Medical Education and Practice*, 393-398.
- [10] Beisecker, L., Harrison, P., Josephson, M., & DeFreese, J. D. 2024. Depression, anxiety and stress among female student-athletes: a systematic review and meta-analysis. *British journal of sports medicine*, 58(5), 278-285.
- [11] Alshahrani, A. M., Al-Shahrani, M. S., Miskeen, E., Alharthi, M. H., Alamri, M. M. S., Alqahtani, M. A., & Ibrahim, M. E. 2024, March. Prevalence of depressive symptoms and its correlates among male medical students at the University of Bisha, Saudi Arabia. In *Healthcare (Vol. 12, No. 6, p. 640)*. MDPI.
- [12] Montenegro-Pires, J. L., & Alves de Sousa, M. N. 2022. Depressão entre estudantes de Medicina no ano de 2022: um estudo comparativo entre o ensino tradicional e o ativo. *CES Medicina*, 36(3), 9-25.
- [13] Alfonso, A. J., Arrom, C., Capurro, M. H., del Pilar Fresco, M., Suhurt, C. M. A., & Suhurt, M. A. A. (2022). Riesgo suicida y depresión en Residentes de un Hospital Escuela. *Revista científica ciencias de la salud*, 4(2), 74-82.
- [14] Menezes Neto JB, Silva ESM, Figueira GM, Souza JC. O estigma da doença mental entre estudantes e profissionais de saúde. *Res Soc Dev*. 2021;10(3):e8310312899.
- [15] Beneton ER, Schmitt M, Andretta I. Sintomas de depressão, ansiedade e estresse e uso de drogas em universitários da área da saúde. *Rev SPAGESP*. 2021; 22(1):145-59.