

A SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES REINGRESSANTES EM UM CURSO DE MEDICINA: UMA ANÁLISE PRELIMINAR

MENTAL HEALTH DAND RE-ENTRY STUDENTS IN A MEDICAL COURSE: A PRELIMINARY
ANALYSIS

Ana Luiza Barcelos Ribeiro

Acadêmica de Medicina, Faculdade Metropolitana São Carlos - FAMESC, Bom Jesus
do Itabapoana RJ. Analuizabarcelos32@yahoo.com.br

Alvarino Silva Oliveira

Acadêmico de Medicina, Faculdade Metropolitana São Carlos - FAMESC, Bom Jesus do
Itabapoana RJ, alvarinofarmacia55@hotmail.com

Karen Sayuri Louvain de Azevedo

Acadêmica de Medicina, Faculdade Metropolitana São Carlos - FAMESC, Bom Jesus do
Itabapoana RJ. dra.karensayuri@gmail.com

Luciana Valentim

Acadêmica de Medicina, Faculdade Metropolitana São Carlos - FAMESC, Bom Jesus do
Itabapoana RJ. lucianavalentim@gmail.com

Rayssa Bittencourt Zaina

Acadêmica de Medicina, Faculdade Metropolitana São Carlos - FAMESC, Bom Jesus do
Itabapoana RJ. rayssazaina11@gmail.com

Samuel Ribeiro Martins

Acadêmico de Medicina, Faculdade Metropolitana São Carlos - FAMESC, Bom Jesus do
Itabapoana RJ. samuelmartinseduca@gmail.com

Vinícius Evangelista Dias

Médico, Professor de Universitário, Faculdade Metropolitana São Carlos - FAMESC, Bom
Jesus do Itabapoana RJ. viniciusevan722@gmail.com

Resumo

O curso de medicina é apontado como uma das carreiras mais desejada e idealizada por jovens, ele exerce um efeito negativo na saúde psicológica dos estudantes, que frequentemente apresentam altos níveis de ansiedade e depressão. O curso de medicina já é um curso que gera desgaste emocional, devido à complexidade, a exigência pela excelência porque lida com vidas, dentre outros fatores conforme nos mostra os estudos. Essas circunstâncias são agravadas pelos alunos do reingresso devido a carga horária de trabalho e ainda os fatores pessoais e familiares envolvidos. Este estudo ocorreu durante primeiro semestre do ano de 2021 e visa entender como a sua saúde mental dos estudantes de medicina de uma turma de reingresso está sendo afetada pelo curso, foi realizado a partir de um questionário e respondido online obtendo como resultado que a maioria dos alunos estão com a saúde mental afetada após a entrada no curso e assim apontam estratégias que têm utilizado assim como pensam que podem ser favorecedoras.

Palavras-chave: saúde mental, estudantes de medicina, reingresso

Abstract

The medical course is pointed out as one of the most desired and idealized careers by young people, it has a negative effect on the psychological health of students, who often have high levels of anxiety and depression. The medical course is already a course that generates emotional exhaustion, due to the complexity, the demand for excellence because it deals with lives, among other factors as shown in the studies. These circumstances are aggravated by re-entry students due to the workload and the personal and family factors involved. This study took place during the first semester of 2021 and aims to understand how the mental health of medical students in a re-entry class is being affected by the course, it was carried out from a questionnaire and answered online, resulting in that most of the students have affected their mental health after entering the course and thus point out strategies that they have used as well as they think they can be favorable.

Keywords: mental health, medical students, re-entry.

INTRODUÇÃO

A saúde mental desses estudantes é um tema considerado sério e que vem aumentando de forma considerável os estudos em todo mundo, pois esses profissionais ao entrarem na universidade para cursar medicina eles enfrentam um alto rigor acadêmico, a faculdade é muito rígida devido a medicina ser uma profissão exigente, como se não bastasse as cobranças das universidades os alunos passam por fatores que levam a sobrecarga

emocional, como a alta competitividades entre eles, privação do sono devido aos extensos estudos, contato direto com doenças e mortes.

Este estudo se propõe a refletir sobre a saúde mental especificamente dos alunos do reingresso de um curso de medicina do Norte Fluminense, para este fim consideramos alunos do reingresso aqueles que haviam terminado um curso de graduação em nível superior antes de iniciarem o curso de Medicina.

Como essa pesquisa trata-se de estudantes de reingresso é importante citar que esses alunos também sofrem uma pressão externa, pois a grande maioria já possui família e trabalham para arcar com os custos da graduação, vivendo de forma turbulenta sem tempo para vida social devido à carga horária ser apertada. Todos esses fatores aumentam a pressão e estresse sobre os futuros médicos desencadeando problemas psicológicos como ansiedade e depressão.

DESENVOLVIMENTO

SAÚDE MENTAL DOS ALUNOS DE MEDICINA

Observa-se que a saúde mental dos estudantes de medicina tem sofrido maiores interferências do que a população em geral, e configura-se uma questão sobre estes que comumente não reconhecem seus próprios adoecimentos, principalmente os psíquicos. (MACHADO et al., 2015).

A exigência de um perfeccionismo encontrada em estudantes do curso médico, quando comparados com alunos de outros cursos universitários, é expressa em um neuroticismo e sintomas permanentes de estresse, é considerada, por Enns e seus colaboradores (2001), como preditiva de depressão e desesperança. Para além disso, o grau de idealização pode gerar altas expectativas que, quando não correspondidas, tendem a produzir decepções e frustrações significativas, com repercussões importantes na saúde dos estudantes. (HELMERS, et. al, 1997).

Outro fator que tem chamado a atenção é a presença da Síndrome de Burnout entre os estudantes. Burnout é uma síndrome que acomete trabalhadores, também denominada esgotamento profissional, decorrente da exposição contínua ao estresse. Em estudantes, pode ser descrito em três dimensões: exaustão emocional, descrença e ineficácia profissional. (CARLOTTO, 2006)

Nesse sentido, a escola médica deve ter a capacidade de cuidar, respeitar, escutar e ajudar o estudante de Medicina a desenvolver mecanismos para lidar com a pressão a que estará submetido no cotidiano acadêmico e profissional, dando-lhe suporte psicológico e pedagógico.

MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo foi desenvolvido utilizando a metodologia de natureza qualitativa e se deu através de revisão bibliográfica e realização de questionário com a participação de estudantes do curso de medicina de uma turma de alunos reingressantes, ou seja, alunos que já apresentam uma graduação previamente finalizada.

Esta pesquisa teve início no primeiro semestre do ano de 2021 e visou traçar o perfil dos estudantes de medicina de uma turma de reingresso, buscando entender como a saúde mental pode estar sendo afetada pelo curso. O questionário foi construído de acordo Nogueira (2002), utilizando a ferramenta “Google Forms”, distribuído através do compartilhamento do “link” através dos canais de redes sociais e respondido “online”, de forma anônima por 21 estudantes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O primeiro dado a ser analisado foi a faixa etária dos estudantes reingressantes, considerando que esse público é constituído de estudantes de segunda graduação (gráfico 1). Nas análises das respostas foi observado que cinco alunos possuem entre 40 e 50 anos, seis alunos possuem entre 20 e 30 anos e que a maioria dos alunos pesquisados, dez alunos, possuem entre 30 e 40 anos (gráfico 1).

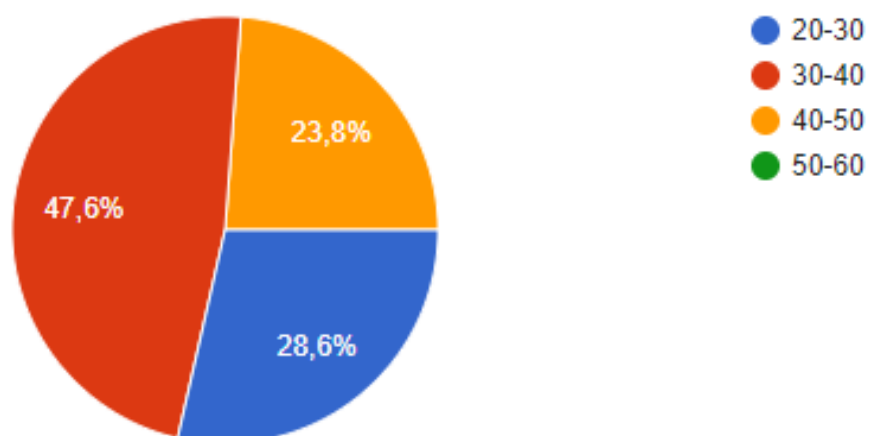


Gráfico1: Dados da pesquisa. Fonte: Elaborado pelo autor

Em relação ao sexo, há uma prevalência do sexo masculino, sendo 57,1% (doze estudantes) enquanto 42,9% (oito estudantes) são do sexo feminino. Quanto a realização de atividade remunerada paralelamente ao curso, dezoito dos vinte e um respondentes trabalham paralelamente aos estudos (gráfico 2).

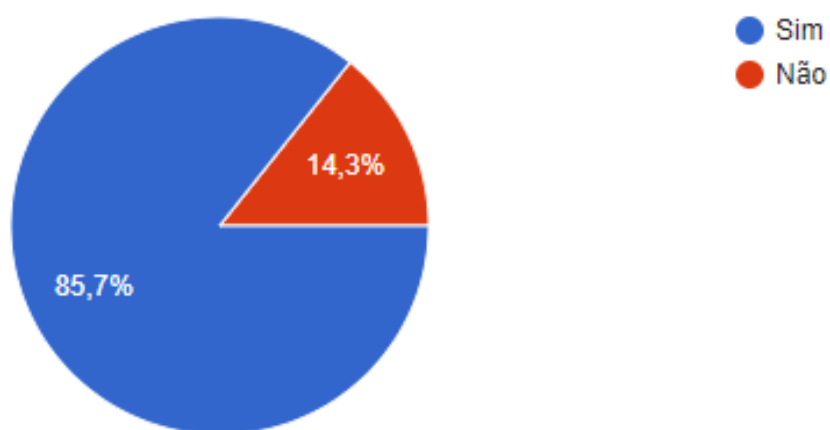


Gráfico 2: Dados da pesquisa. Fonte: Elaborado pelo autor

Trabalhar e estudar são atividades dicotômicas, principalmente no curso de medicina que é realizado em tempo integral e com conteúdo complexos que requer dedicação, mas essa é uma prática comum aos estudantes respondentes dessa pesquisa, visto que já

constituem uma família e que estão reingressando no ensino superior e que muitas vezes precisam arcar com os custos dessa nova graduação.

Os motivos que levam os estudantes a trilharem tal caminho é a busca pela melhoria da condição financeira, aliada à realização profissional, De acordo com Furlani (2001) estas características são peculiares às pessoas possuidores de uma ou mais atividades laborais que buscam pela educação superior, visto que estas visualizam a forma de alcançar a realização pessoal e profissional.

Os estudantes ao serem questionados da carga horária de trabalho semanal, obtivemos as seguintes respostas: Quatro estudantes responderam trabalhar trinta horas semanais, Quatro responderam trabalhar quarenta horas semanais, duas responderam trabalhar vinte horas semanais e um estudante respondeu para as cargas horárias de noventa, setenta e duas, sessenta, cinquenta, quarenta e oito, vinte, dezesseis, doze e quatro horas.

A demanda do trabalho e do estudo muitas vezes gera um desgaste emocional, conforme relatado por 18 estudantes (gráfico 3)

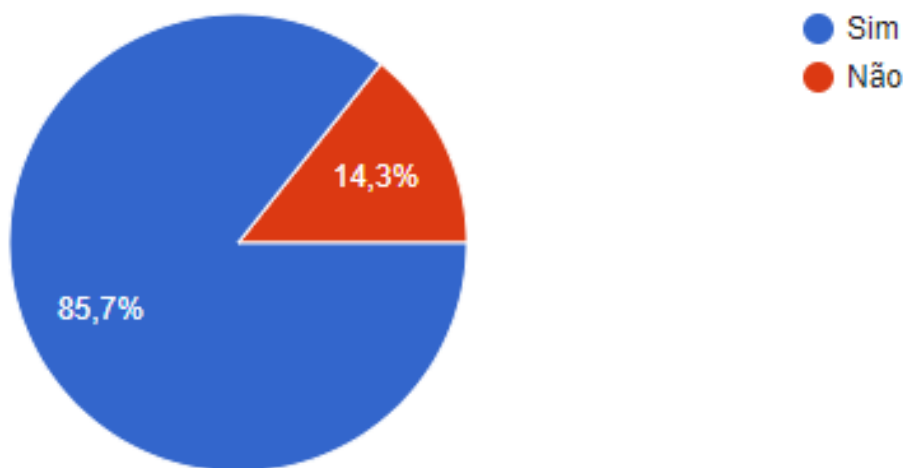


Gráfico 3: Dados da pesquisa. Fonte: Elaborado pelo autor

O curso de medicina já é um curso que gera desgaste emocional, devido à complexidade, a exigência pela excelência porque lida com vidas, dentre outros fatores conforme nos mostra os estudos de Fiorotti e outros (2010):

Estudos realizados na Universidade do Zimbabwe mostram alta prevalência de transtornos psíquicos entre os acadêmicos de medicina, aproximadamente 64% dos estudantes do primeiro período apresentaram algum grau de depressão e/ou estresse, sendo que 11% destes demonstraram altíssimos níveis de estresse. Já nos Estados Unidos evidenciou-se que 46% dos estudantes pesquisados apresentaram pelo menos um dos sintomas que sugerem depreciação psíquica, como estresse, ansiedade, fadiga, entre outros (FIOROTTI *et al.*, 2010)

Essas circunstâncias são agravadas pelos alunos do reingresso devido a carga horária de trabalho e ainda os fatores pessoais e familiares envolvidos, Maier e Mattos (2016) pontuam que:

O ato de regressar à condição de estudante pode ser motivado por diversos fatores, entretanto, o retorno às salas de aulas é caracterizado como um marco desafiador na vida do trabalhador, visto que sair daquela condição exclusiva de agente efetivo da ação, durante a execução da atividade laboral, e passar a ser o agente da ação de desvelar o conhecimento exige-lhe determinação, dedicação, disciplina e tempo, características difíceis de serem agregadas ao estudante que trabalha.

O desgaste emocional é apontado pelos alunos em nossa pesquisa, onde eles apresentam dois ou mais sintomas após o início do curso, sendo que a maioria relatou estar sofrendo de ansiedade ou o seu quadro de ansiedade piorou nesse contexto, obtendo dez respostas, quatro estudantes relatam insônia, um relata excesso de sono, três relatam alto nível de estresse, dois relatam taquicardia, três relatam impaciência e irritabilidade, dois relatam cansaço mental e um deles fadiga.

A carga horária alta do curso de medicina, a falta de tempo para trabalhar ou o excesso de demandas do trabalho e do estudo, a queda nos rendimentos devido ao pagamento da faculdade, a redução da carga horária de trabalho são algumas das dificuldades encontradas pelos estudantes e que afeta a sua saúde mental.

A saúde mental desses estudantes precisa ser acompanhada pela instituição de ensino pensando estratégias para que minimizem os seus danos e a evasão desse público. Assim ao serem questionados sobre “O que você considera que a Instituição de Ensino faz ou que poderia fazer para melhorar a saúde mental dos estudantes?” muitos relataram sobre o auxílio psicológico, atividades grupais com orientações e reflexões sobre as questões emocionais.

Sobre isso o Estudante 9 respondeu:

Promover cronogramas práticos e objetivos que facilitem uma rotina. A rotina ajuda o planejamento, dinamizar horários, tomar decisões, prevenir percalços e promover estabilidade. “A tomada de decisões e soluções diminuem a ansiedade”
(Estudante 9)

Relatando ainda sobre a importância do planejamento e da flexibilidade o Estudante 18 aponta: “Orientar aos professores para darem os trabalhos em dias diferentes, para minimizar esse acúmulo de trabalhos no mesmo período e consequentemente diminuir a ansiedade”

Também como em outras escolas médicas, os alunos que apresentam desgaste emocional, em sua grande maioria, não se referem a nenhuma psicopatologia e sim a conflitos ligados ao excesso de trabalho, adaptação ao curso, excesso de conteúdos e de cobranças no curso, além das questões pessoais, familiares e econômicas. A representação do estudante de Medicina como uma pessoa “problemática” ou “desajustada” não corresponde à realidade da grande e expressiva maioria dos estudantes que participaram dessa pesquisa.

Serviços de apoio psicológico, com psicoterapia breve e posterior encaminhamento fora da instituição caso seja pertinente, serviços de apoio pedagógico com programas de tutoria, monitoria e orientação (mentoring), apadrinhamento de calouros por veteranos, entre outros, são exemplos de intervenções possíveis dentro da proposta de criação de uma rede de suporte ao aluno durante a formação médica. (BELLODI et.al, 2005)

Algumas dificuldades relatadas pelos estudantes para a realização do curso foram a maior idade e os compromissos prévios. No estudo de Rapport e colaboradores (2009), os graduados se queixaram de grandes impactos do curso principalmente sobre a vida social e das dificuldades para lidar com compromissos familiares, principalmente o cuidado com filhos e as responsabilidades financeiras.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo do trabalho foi realizar um estudo sobre a Saúde mental dos estudantes do reingresso de um curso de medicina. Por se tratar de uma turma de reingresso, a maioria dos estudantes trabalham paralelamente a faculdade, tentando encaixar os estudos na nova rotina, haja vista que muitos deles possuem família e necessitam arcar com os custos da nova graduação.

Além disso foi relatado um desgaste emocional devido as cobranças do dia a dia e do curso, tendo em vista que o curso de medicina é um curso mais complexo e que vai exigir mais do indivíduo. Perante a isso, algumas estratégias podem ser conduzidas pelas instituições de ensino, com o manejo das aulas e trabalhos para que além de diminuir a ansiedade, auxilie os estudantes no controle da sua saúde mental.

REFERÊNCIAS

Bellodi, Patrícia Lacerda. **Tutoria: mentoring na formação médica**. Casa do Psicólogo, 2005.

BRAMNESS, J. G.; FIXDAL, T. C.; VAGLUM, P. Effect of medical school stress on the mental health of medical students in early and late clinical curriculum. **Acta Psychiatrica Scandinavica**, 1991, 84.4: 340-345.

CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Psychometric characteristics of the Maslach Burnout Inventory (MBI-SS) in Brazilian college students. **PsicoUSF**, 2006, 11.2: 167-173.

ENNS, Murray W., et al. Adaptive and maladaptive perfectionism in medical students: a longitudinal investigation. **Medical education**, 2001, 35.11: 1034-1042.

FURLANI, Lúcia Maria Teixeira. A claridade da noite: os alunos do ensino superior noturno. **Estudos em Avaliação Educacional**, 1999, 20: 155-182.

HELMERS, Karin F., et al. Stress and depressed mood in medical students, law students, and graduate students at McGill University. **Academic Medicine**, 1997, 72.8: 708-14.

MACHADO, Cleomara de Souza et al. Estudantes de Medicina e as Drogas: Evidências de um Grave Problema. **Rev. Bras. Educ. Med.**, Rio de Janeiro, v. 39, n. 1, p. 159-167, 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0100-55022015000100159&script=sci_abstract&tlng=pt . Acesso em: 4 maio 2021.

MAIER, S, R. O. MATTOS. M. O trabalhador e o estudar no contexto universitário: uma abordagem com trabalhadores-estudantes. **Revista Saúde (Santa Maria)**, v. 42, n.1, p. 179-185, jan./jun. 2016. Disponível em: Acesso: 04 maio 2021.

RAPPORT, Frances, et al. What influences student experience of graduate entry medicine? Qualitative findings from Swansea School of Medicine. **Medical teacher**, 2009, 31.12: e580-e585.

SHAW DL, WEDDING D, ZELDOW PB, DIEHL N: Special Problems of Medical Students: Cap 6. In Wedding D, eds. Behavior & Medicine. **Hogrefe Publishing** 2006;67-79

ZONTA, Ronaldo; ROBLES, Ana Carolina Couto; GROSSEMAN, Suely. Estratégias de enfrentamento do estresse desenvolvidas por estudantes de medicina da Universidade Federal de Santa Catarina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, 2006, 30: 147-153.

SOBRE OS AUTORES:

AUTOR 1: Acadêmica de Medicina, Faculdade Metropolitana São Carlos - FAMESC, Bom Jesus do Itabapoana RJ. Analuizabarcelos32@yahoo.com.br

AUTOR 2: Acadêmico de Medicina, Faculdade Metropolitana São Carlos - FAMESC, Bom Jesus do Itabapoana RJ, alvarinofarmacia55@hotmail.com

AUTOR 3: Acadêmica de Medicina, Faculdade Metropolitana São Carlos - FAMESC, Bom Jesus do Itabapoana RJ. dra.karensayuri@gmail.com

AUTOR 4: Acadêmica de Medicina, Faculdade Metropolitana São Carlos - FAMESC, Bom Jesus do Itabapoana RJ. lucianavalentim@gmail.com

AUTOR 5: Acadêmica de Medicina, Faculdade Metropolitana São Carlos - FAMESC, Bom Jesus do Itabapoana RJ. rayssazaina11@gmail.com

AUTOR 6: Acadêmico de Medicina, Faculdade Metropolitana São Carlos - FAMESC, Bom Jesus do Itabapoana RJ. samuelmartinseduca@gmail.com

AUTOR 7: Doutorando em Medicina em Santa Casa de Misericórdia de Belo Horizonte -MG na área de Coloproctologia (Câncer colorretal e fístulas anastomóticas). Mestrado em medicina em Santa Casa de Misericórdia de Belo Horizonte (Câncer colorretal e colostomia). Residência em cirurgia geral (Hospital São José da Avai Itaperuna RJ). Graduação em Medicina (Universidade Iguaçu/Campus V-Itaperuna). Experiência Profissional em Terapia Intensiva, Hospital São José do Avai. Médico do trabalho em Secretaria de Saúde de Natividade -RJ. Professor do curso de medicina em Clínica Cirúrgica I, na Faculdade Metropolitana São Carlos (Bom Jesus Do Itabapoana -RJ). Professor do curso de Medicina na Universidade Iguaçu, Campus V, (Itaperuna, RJ) nas matérias de Parasitologia Médica, Semiologia médica e Seminário Integrador. Pesquisador do Grupo de Pesquisa Bioética e Dignidade Humana (dgp.cnpq.br/dgp/espelhogrupo/8553179940266036).