



ISSN: 2595-1661

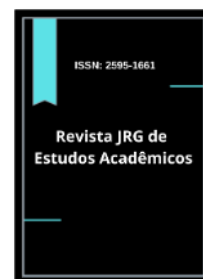
ARTIGO

Listas de conteúdos disponíveis em [Portal de Periódicos CAPES](https://portaldeperiodicos.capes.gov.br)

Revista JRG de Estudos Acadêmicos

Página da revista:

<https://revistajrg.com/index.php/jrg>



Prevalência e fatores associados a sintomas depressivos entre estudantes de medicina brasileiros: uma revisão integrativa

Prevalence and factors associated with depressive symptoms among brazilian medical students: an integrative review

DOI: 10.55892/jrg.v8i19.2641

ARK: 57118/JRG.v8i19.2641

Recebido: 30/10/2025 | Aceito: 05/11/2025 | Publicado on-line: 06/11/2025

Clélia Samara da Frota Lima¹

<https://orcid.org/0009-0008-2407-2048>

<http://lattes.cnpq.br/9883924111036773>

Afya Faculdade de Ciências Médicas de Bragança, Bragança, Pará, Brasil

E-mail: samaralimamed@gmail.com

Marcelly da Conceição Seixas Abreu Gomes²

<https://orcid.org/0000-0002-2632-0219>

<http://lattes.cnpq.br/3229104342034977>

Afya Faculdade de Ciências Médicas de Bragança, Bragança, Pará, Brasil

E-mail: marcellyseixasa08@gmail.com

João Victor Medeiros Soares dos Santos³

<https://orcid.org/0000-0002-2413-9328>

<http://lattes.cnpq.br/000000000000000000>

Afya Faculdade de Ciências Médicas de Bragança, Bragança, Pará, Brasil

E-mail: joaovictorsoares2121@gmail.com

Guilherme Martins Gomes Fontoura⁴

<https://orcid.org/0000-0001-5430-0728>

<http://lattes.cnpq.br/5540134272404377>

Afya Faculdade de Ciências Médicas de Bragança, Bragança, Pará, Brasil

E-mail: guilhermefontoura@live.com

Aloiso Sampaio Souza⁵

<https://orcid.org/0000-0002-5924-7994>

<http://lattes.cnpq.br/9369641203591327>

Afya Faculdade de Ciências Médicas de Bragança, Bragança, Pará, Brasil

E-mail: aloiso.souza@afya.com.br



¹Graduada em Enfermagem pela Universidade Estadual do Pará. Discente de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Bragança, Bragança, Pará, Brasil.

²Graduada em Odontologia pelo Instituto Florence de Ensino Superior. Discente de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Bragança, Bragança, Pará, Brasil.

³Discente de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Bragança, Bragança, Pará, Brasil.

⁴Graduado em Biomedicina pela Faculdade Anhanguera de Anápolis. Especialista em Saúde da Mulher e da Criança pela Universidade Federal do Pará. Mestre em Saúde e Tecnologia pela Universidade Federal do Maranhão. Discente de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Bragança, Bragança, Pará, Brasil.

⁵Graduado em Medicina pela Universidade Federal do Maranhão. Especialista em Saúde da Família pela Universidade Federal de Santa Catarina. Mestre em Saúde da Família pela Universidade Estácio de Sá.

Resumo

O presente estudo tem como objetivo realizar uma revisão integrativa da literatura sobre a prevalência e fatores associados a sintomas depressivos entre estudantes de medicina do Brasil. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, conduzida nas bases SciELO, LILACS e Google Scholar, entre 14 e 20 de outubro de 2023, utilizando os descritores “depressão”, “sintomas depressivos” e “estudantes de medicina”. Foram incluídos artigos publicados nos últimos cinco anos que abordassem a prevalência de sintomas depressivos e seus fatores associados em acadêmicos de Medicina brasileiros. Os estudos foram analisados quanto ao delineamento, instrumentos utilizados e principais achados. Os resultados apontaram alta variabilidade na prevalência de sintomas depressivos, oscilando entre 7,21% e 75,1% entre as diferentes populações investigadas. O Inventário de Depressão de Beck (BDI e BDI-II) foi o instrumento mais empregado para avaliação dos sintomas, confirmando sua ampla validade psicométrica. Entre os principais fatores de risco identificados destacaram-se o sexo feminino, a sobrecarga acadêmica, a insatisfação com o curso, a baixa renda, o isolamento social, a redução da atividade física e o uso de álcool ou medicamentos psicotrópicos. O contexto da pandemia de Covid-19 também se mostrou um agravante importante, intensificando os níveis de sofrimento psíquico entre os estudantes. Por outro lado, resiliência, apoio familiar, espiritualidade e hábitos saudáveis foram reconhecidos como fatores protetores relevantes. Conclui-se que a depressão entre estudantes de Medicina é um fenômeno multifatorial e de alta prevalência, que reflete as exigências emocionais, sociais e pedagógicas da formação médica. Destaca-se a necessidade de ações institucionais integradas voltadas à promoção da saúde mental, ao acolhimento psicológico e ao fortalecimento das habilidades socioemocionais dos discentes. A criação de programas de prevenção e acompanhamento continuado é essencial para reduzir o adoecimento psíquico e fomentar ambientes acadêmicos mais saudáveis, empáticos e humanizados.

Palavras-chave: Depressão. Sintomas Depressivos. Educação Médica.

Abstract

This study aims to conduct an integrative literature review on the prevalence and associated factors of depressive symptoms among medical students in Brazil. This is an integrative literature review, conducted in the SciELO, LILACS, and Google Scholar databases between October 14th and 20th, 2023, using the descriptors "depression," "depressive symptoms," and "medical students." Articles published in the last five years that addressed the prevalence of depressive symptoms and their associated factors in Brazilian medical students were included. The studies were analyzed regarding their design, instruments used, and main findings. The results showed high variability in the prevalence of depressive symptoms, ranging from 7.21% to 75.1% among the different populations investigated. The Beck Depression Inventory (BDI and BDI-II) was the most frequently used instrument for assessing symptoms, confirming its broad psychometric validity. Among the main risk factors identified were female gender, academic overload, dissatisfaction with the course, low income, social isolation, reduced physical activity, and the use of alcohol or psychotropic medications. The context of the Covid-19 pandemic also proved to be a significant aggravating factor, intensifying levels of psychological distress among students. On the other hand, resilience, family support, spirituality, and healthy habits were recognized as relevant protective factors. It is concluded that depression among medical students is a multifactorial and highly prevalent phenomenon, reflecting the emotional, social, and

pedagogical demands of medical training. The need for integrated institutional actions aimed at promoting mental health, providing psychological support, and strengthening the socio-emotional skills of students is highlighted. The creation of prevention and ongoing monitoring programs is essential to reduce mental illness and foster healthier, more empathetic, and humanized academic environments.

Keywords: *Depression. Depressive Symptoms. Medical Education.*

1. Introdução

O ambiente educacional, particularmente nos cursos de medicina, é conhecido por sua intensidade e demanda extensa de dedicação dos estudantes. E no Brasil, a formação médica é reconhecida por seu rigor e complexidade, refletindo-se em uma carga de estudos exigente e uma competição acirrada (Brito Júnior et al., 2023; Costa et al., 2020). Nesse cenário, estudos buscam a compreensão da saúde mental dos estudantes de medicina, uma vez que estes enfrentam pressões singulares que podem impactar significativamente seu bem-estar psicológico (Brito Júnior et al., 2023; Rotenstein et al., 2016).

A literatura científica tem amplamente destacado a preocupante prevalência de sintomas depressivos e ideação suicida entre estudantes de medicina (Brito Júnior et al., 2023; Rotenstein et al., 2016). Entretanto, é notável a ampla variação nas estimativas desses indicadores ao longo dos diversos estudos realizados, como por exemplo, a prevalência de sintomas depressivos oscila substancialmente, variando de modestos 5,6% a surpreendentes 47,9% em diferentes amostras investigadas (Souza et al., 2023; Vasconcelos et al., 2015). Essa variação, por sua vez, reflete a complexidade e a multifatorialidade desse fenômeno dentro da população estudantil de medicina (Rotenstein et al., 2016).

É importante salientar que os estudos disponíveis oferecem achados conflitantes em relação à possível influência de variáveis como o ano de graduação, gênero e outras características individuais no desenvolvimento de depressão e tendências suicidas entre os estudantes (Sacramento et al., 2021; Souza et al., 2022; Souza et al., 2023). Essa complexidade nas associações apontadas pela literatura sugere que múltiplos fatores podem estar interagindo de maneiras complexas, moldando a experiência individual de sofrimento emocional durante a formação médica (Brito Júnior et al., 2023; Costa et al., 2020).

Face a este cenário, torna-se evidente a necessidade de se obter estimativas mais confiáveis sobre a prevalência de sintomas depressivos e ideação suicida durante a formação médica. Tais dados são essenciais para embasar iniciativas direcionadas à prevenção, tratamento e identificação das causas subjacentes ao sofrimento emocional entre os estudantes de medicina (Costa et al., 2020). Este imperativo é ainda mais acentuado diante de pesquisas recentes que evidenciam uma alta prevalência de depressão entre médicos residentes, reforçando a urgência de intervenções eficazes ao longo de toda a trajetória profissional na área da saúde (Lobo et al., 2022; Pereira et al., 2015).

Apesar do reconhecimento da pressão acadêmica e emocional inerente à formação médica, uma avaliação abrangente da prevalência de sintomas depressivos e seus fatores de risco associados entre estudantes de medicina no Brasil ainda não foi sistematicamente consolidada. A literatura existente oferece informações valiosas, porém, muitos estudos são fragmentados, limitados a populações específicas ou restritos em escopo geográfico (Sacramento et al., 2021; Souza et al., 2023). Portanto,

uma revisão abrangente e atualizada se faz necessária para preencher essa lacuna e fornecer uma visão ampla da situação atual.

Ao compreender a extensão dos sintomas depressivos entre os estudantes de medicina no Brasil, bem como os fatores de risco associados, pode-se fornecer informações importantes para a formulação de políticas educacionais e de saúde mental direcionadas (Brito Júnior et al., 2023; Costa et al., 2020). Além disso, esta revisão contribuirá para o corpo crescente de literatura sobre a saúde mental dos estudantes de medicina, oferecendo um panorama específico para o contexto brasileiro. Ao traçar este perfil, podemos também fornecer um ponto de referência para futuras comparações internacionais e, assim, contribuir para o avanço do entendimento global sobre a saúde mental na educação médica.

Diante deste contexto, o presente estudo tem como objetivo realizar uma revisão integrativa da literatura sobre a prevalência e fatores associados a sintomas depressivos entre estudantes de medicina do Brasil.

2. Metodologia

A condução do presente estudo deu-se através das seguintes etapas: elaboração da questão norteadora, busca dos estudos primários, avaliação dos estudos primários, extração de dados, análise e síntese dos resultados.

A elaboração da questão norteadora foi fundamentada na estratégia PICO, na qual “P” refere-se à população, paciente ou problema em estudo (acadêmicos de medicina); “I” a variável de interesse ou intervenção estudada (prevalência e fatores associados aos sintomas depressivos); “Co” refere-se ao contexto (graduação em universidades brasileiras), (Da Costa-Santos, 2007). Dessa forma, a pergunta norteadora dessa revisão integrativa foi “Qual é a prevalência de sintomas depressivos entre os estudantes de medicina no Brasil e quais são os principais fatores de risco associados?”

Para o levantamento dos artigos na literatura, realizou-se uma busca nas seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS) acessados de 14 a 20 de outubro de 2023 pelo Portal de Periódicos Científicos da CAPES, e Google Scholar. Foram utilizados os seguintes descritores controlados, palavras-chave e sinônimos com operadores booleanos para o cruzamento na base de dados: “depressão” OR “sintomas depressivos” AND “estudantes de medicina”.

Foram incluídos os artigos que verificaram a prevalência de sintomas depressivos e os fatores associados entre estudantes de medicina das universidades brasileiras e publicados nos últimos 5 anos, este período de tempo foi estabelecido devido ao grande número de estudos encontrados na busca. Foram excluídos os artigos que analisaram outros transtornos mentais, bem como teses, dissertações, revisão de literatura, relatos de caso e experiência, artigos duplicados e não disponíveis na íntegra.

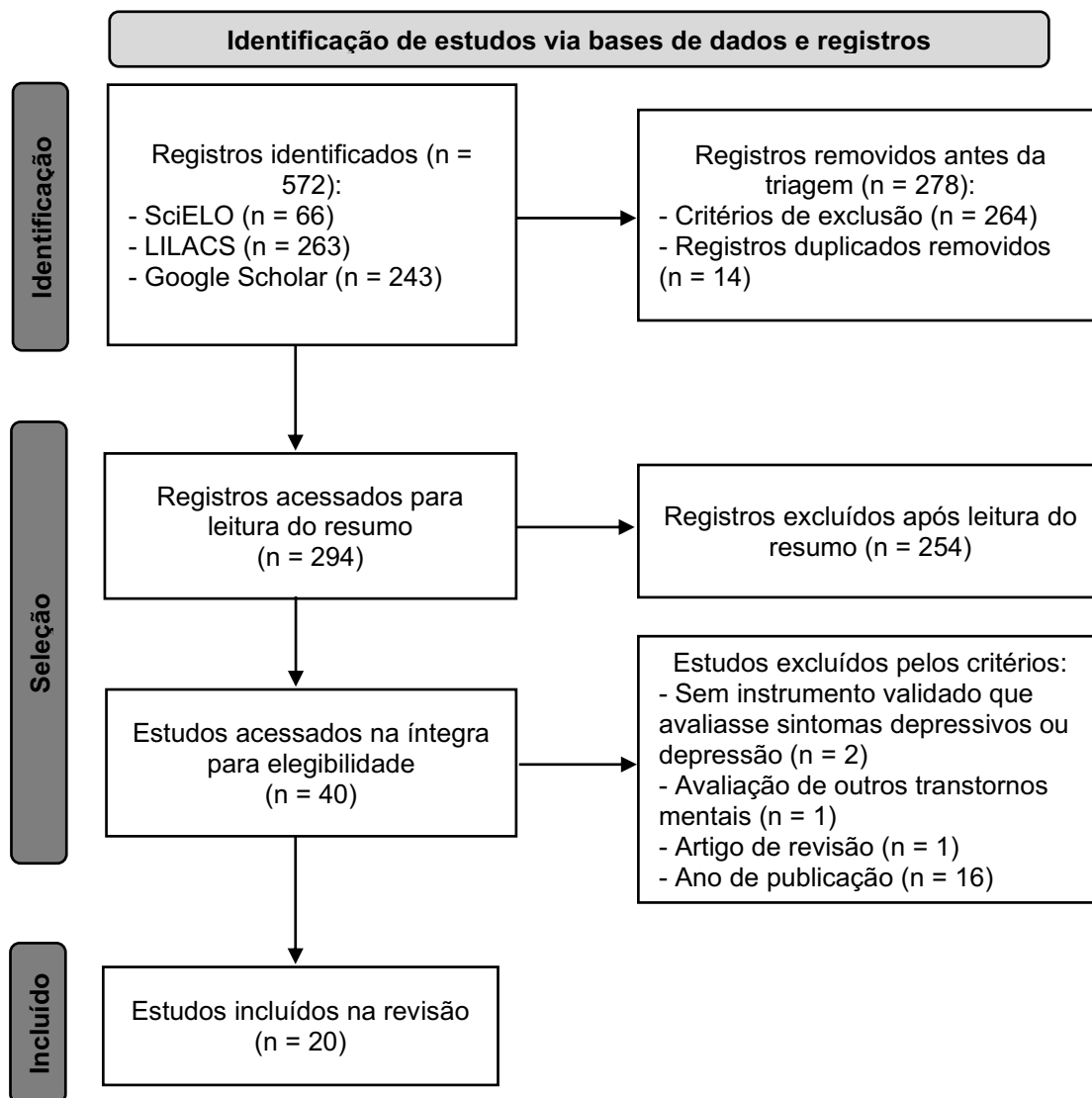
3. Resultados e Discussão

Foram identificados 572 estudos primários. Destes, 264 foram excluídos por não estarem dentro dos critérios de inclusão, 14 por serem registros duplicados. Após a leitura do título e resumo 254 foram excluídos. Dois artigos não utilizaram instrumentos para avaliação dos sintomas depressivos, um artigo referia outros transtornos mentais e um artigo era de revisão, 16 estudos foram publicados há mais de 5 anos e não permaneceram na composição do estudo. O resultado final foi

constituído por 20 estudos. A seleção dos estudos foi apresentada no fluxograma (Figura 1), como recomendado pelo grupo PRISMA (Page, 2021).

Após leitura de cada um dos artigos selecionados realizou-se síntese dos aspectos, como objetivo, local de estudo, delineamento e instrumento utilizado para coleta de dados, resultados como prevalência e fatores associados, e autores. (Quadro 1). Verificou-se os resultados dos estudos para encontrar a prevalência e a relação do desenvolvimento de sintomas depressivos com a graduação em medicina nas universidades brasileiras.

Figura 1 - Fluxograma, segundo Prisma, para seleção de estudos.



Fonte: Autoria própria (2025).

Quadro 1 – Apresentação dos estudos selecionados.

Objetivo	Local de estudo	Delineamento e instrumento	Resultados	Referência
Analisar a prevalência de sintomas depressivos em acadêmicos do curso de Medicina de uma Instituição de Ensino Superior do Estado de Goiás, através do Inventário de Depressão de Beck (BDI-II)	Instituição de ensino superior do estado de Goiás	Estudo transversal; Inventário de Depressão de Beck (BDI-II)	A prevalência de sintomas depressivos foi de 56,7%. O estudo não encontrou diferença na associação entre os níveis de sintomas depressivos e os fatores sociodemográficos	Trigueiro <i>et al.</i> , 2023
Avaliar a prevalência dos sintomas depressivos, bem como os fatores associados ao desenvolvimento da depressão em estudantes de Medicina, no município de Imperatriz-MA	Instituição de ensino superior do município de Imperatriz-MA	Estudo transversal; Inventário de Depressão de Beck (BDI-II)	A prevalência de sintomas depressivos foi de 47,9%. Na análise univariada de fatores associados à presença de sintomas depressivos, evidenciaram-se diferenças em relação ao sexo masculino, ao uso de bebida alcoólica, à prática de atividade física e ao uso de medicamento antidepressivo ou ansiolítico	Souza <i>et al.</i> , 2023
Analisar as repercussões da pandemia de Covid-19 na saúde mental de estudantes de Medicina do estado de Pernambuco	11 Instituições de ensino superior do estado de Pernambuco	Estudo transversal; Inventário de Beck para ansiedade e depressão (IAB e IDB); Escala de resiliência de Wagnild e Young	A prevalência de sintomas depressivos foi de 17,8% dos estudantes. Cerca de 25% da amostra apresentou grau de resiliência baixo ou muito baixo. Resiliência alta e retornar à cidade natal durante a suspensão das aulas foram fatores protetores; e cursar o ciclo clínico foi fator de risco independente para depressão de moderada a grave	Brito <i>et al.</i> , 2023
Investigar a prevalência de sintomas de ansiedade e depressão e fatores associados a eles entre estudantes de medicina de uma universidade pública do sul do Brasil	Instituição de ensino superior da região Sul do Brasil	Estudo transversal; Inventário de Depressão de Beck (BDI); Inventário de Traço-Estado de Ansiedade (STAI)	A prevalência de sintomas depressivos foi de 65,1%. Uma correlação significativa foi encontrada entre depressão e traço de ansiedade Diagnóstico prévio de depressão, busca prévia por serviços de saúde, insatisfação com o curso de medicina e ter auxílio de baixa renda e bolsa de iniciação científica foram identificados como	Costa <i>et al.</i> , 2022

			fatores de risco para depressão	
Estimar a prevalência e os fatores associados a sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de Medicina de uma capital do Nordeste brasileiro	Instituição de ensino superior de uma capital do Nordeste brasileiro	Estudo transversal; Inventário de Beck para ansiedade e depressão (IAB e IDB)	A prevalência de sintomas depressivos foi de 36,0%. A razão de prevalência bruta da associação dos sintomas de depressão evidenciou diferenças entre o sexo feminino, homo/bissexuais, etnia (preta/parda), renda familiar (< R\$ 8.000,00) e residir com outros (colegas/amigo, hotel/pensionato/república) e sozinho. A RP ajustada para sintomas de depressão manteve-se significativa para sexo, raça/cor da pele e orientação sexual	Sacramento <i>et al.</i> , 2021
Examinar a sobrecarga mental e a empatia em estudantes de medicina durante o início da pandemia de COVID-19 de acordo com o ano de frequência	Instituição de ensino superior do município de Jundiaí-SP	Estudo transversal; Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS)	A prevalência de sintomas depressivos foi de 36%. Para HADS-Depressão, associação dos sintomas de depressão evidenciou diferenças entre o sexo feminino, e para estudantes do primeiro e terceiro ano. Foi encontrada correlação com o ano de frequência (quanto menor o ano, maior a sobrecarga mental)	Perissotto <i>et al.</i> , 2021
Analisar a prevalência de sintomas ansiosos e depressivos e suas associações com as características sociodemográficas, acadêmicas e de hábitos de saúde em universitários da área da saúde	Instituição de ensino superior do estado de Alagoas	Estudo transversal; Inventário de Beck para ansiedade e depressão (IAB e IDB)	A prevalência de sintomas depressivos foi de 20%. Houve associação entre depressão e a condição de dormir menos que 08 horas diárias	Paixão <i>et al.</i> , 2021
Avaliar a prevalência de depressão e de comportamento suicida entre estudantes de medicina de uma instituição e investigar possíveis variáveis associadas	Instituição de ensino superior do estado de Minas Gerais	Estudo transversal; Inventário de Depressão de Beck (BDI); Escala de Intenção Suicida de Beck (BSIS)	A prevalência de sintomas depressivos foi de 27,6%. A regressão logística revelou que o sexo feminino, a redução do contato interpessoal com os amigos, a redução da atividade física, a dificuldade de enfrentar novas situações e a alta percepção de pressão pessoal foram	Neres <i>et al.</i> , 2021

			fatores de risco para depressão	
Avaliar se o grau de religiosidade e espiritualidade dos acadêmicos de medicina influencia em transtornos de ansiedade e depressão no decorrer da graduação	Instituição de ensino superior do município de Juiz de Fora-MG	Estudo de prevalência; Depression, Anxiety & Stress Scale (DASS-21); Duke Religiosity Index in Brazilian Portuguese -P-DUREL)	A prevalência de sintomas depressivos em níveis severo e extremamente severo foi de 7,21%. As diferentes dimensões da religiosidade não possuem associação com os transtornos emocionais depressão, ansiedade e estresse dos estudantes	Leite <i>et al.</i> , 2021
Conhecer o efeito da nomofobia nos estudantes de Medicina de uma faculdade privada e sua associação com depressão, ansiedade, estresse e rendimento acadêmico	Instituição de ensino superior do município de Fortaleza-CE	Estudo de prevalência; Depression, Anxiety & Stress Scale (DASS-21); Questionário sobre Nomofobia (NMP-Q)	A prevalência de sintomas depressivos em níveis moderado, grave e muito grave foi de 27.7%. Os alunos com menor rendimento, apresenta maiores escores e piores resultados da DASS-21 em todos os domínios avaliados	Kubrusly <i>et al.</i> , 2021
Estimar a prevalência de sintomas depressivos e ansiosos em acadêmicos de medicina em uma universidade pública, buscando identificar fatores de risco e de proteção para o desenvolvimento dessas desordens	Instituição de ensino superior do município de Jataí-GO	Estudo transversal; Inventário de Beck para ansiedade e depressão (IAB e IDB)	A prevalência de sintomas depressivos foi de 27,3%. Foi encontrado maior relação de sintomas de depressão e ansiedade no sexo feminino, nos que moram longe da família e usam a internet/redes sociais. Tocar instrumentos musicais, praticar atividade física, leitura extracurricular, ir ao cinema foram apontados como fatores de proteção	Cardoso <i>et al.</i> , 2021
Comparar os escores dos sintomas de transtornos psiquiátricos em acadêmicos de medicina ao longo de três anos da graduação, discutindo o contexto da saúde mental dos estudantes longitudinalmente durante o processo de formação	Três instituições de ensino superior do norte do estado de Minas Gerais	Estudo longitudinal; Questionário de Saúde Geral (QSG-12)14; Inventário de Depressão de Beck (BDI)	A prevalência de sintomas depressivos foi de 9,97%, 8,51% e 8,70% para o 1º, 3º e 5º período, respectivamente. Para o 7º, 9º e 11º período a prevalência foi de 9,38%, 7,65% e 9,80%, respectivamente. Os resultados do presente estudo demonstram uma tendência de aumento nos escores do questionário de saúde geral, indicativo de Transtornos Mentais Comuns, conforme o avanço da graduação.	Barbosa-Medeiros <i>et al.</i> , 2021
Investigar a existência de	Instituição de ensino	Estudo transversal;	A prevalência de sintomas depressivos foi	Marinho <i>et al.</i> , 2020

sintomas depressivos em estudantes de medicina de uma Universidade da região Sul do Tocantins.	superior do sul do estado de Tocantins	Inventário de Depressão de Beck (BDI)	de 31%. O estudo não objetivou correlacionar as variáveis sociodemográficas com a existência de sintomas depressivos	
Estimar a prevalência de sintomas depressivos entre acadêmicos de Medicina de uma universidade com métodos ativos de aprendizagem e investigar possíveis associações com variáveis sociodemográficas.	Instituição de ensino superior do município de Feira de Santana-BA	Estudo transversal; Inventário de Depressão de Beck (BDI)	A prevalência de sintomas depressivos foi de 46,2%. Sexo feminino e insatisfação com a Aprendizagem Baseada em Problemas se associaram de forma independente aos sintomas depressivos em regressão logística multivariada, com aumento na chance de sintomas depressivos de 2 e 3,5 vezes, respectivamente. Os fatores morar com os pais, ter outros diagnósticos psiquiátricos e praticar regularmente atividade física se associaram aos sintomas depressivos apenas em análise univariada.	Maia <i>et al.</i> , 2020
Avaliar uma possível associação entre a dependência de internet e sintomas depressivos nos estudantes de Medicina de Tubarão, Santa Catarina	Instituição de ensino superior do município de Tubarão-SC	Estudo transversal; Inventário de depressão de Beck (BDI-II), Questionário de Dependência de Internet (AIT)	A prevalência de sintomas depressivos foi de 75,1%. Os alunos com dependência moderada a internet pelo questionário AIT apresentaram uma prevalência 4 vezes maior de depressão moderada/grave quando comparados àqueles com dependência leve/sem. A associação entre dependência de internet e depressão também foi observada para os níveis leve, moderado ou grave.	Niero <i>et al.</i> , 2019

Fonte: Autoria própria (2025).

Os estudos apresentam uma preocupante prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de medicina em diversas regiões do Brasil. As taxas variam entre 7,21% (Leite *et al.*, 2021) e 75,1% (Niero *et al.*, 2019), destacando a relevância desse tema para a comunidade acadêmica.

A síntese dos estudos revela que o sexo feminino foi o fator de risco mais recorrente e significativo para a presença de sintomas depressivos entre os estudantes de Medicina. Essa associação foi observada em diferentes contextos e delineamentos (Maia *et al.*, 2020; Neres *et al.*, 2021; Sacramento *et al.*, 2021; Costa *et al.*, 2022; Perissotto *et al.*, 2021; Cardoso *et al.*, 2021). Essa predominância pode ser explicada por uma combinação de fatores biológicos, como flutuações hormonais,

e psicossociais, como maior vulnerabilidade emocional e sobrecarga decorrente de papéis sociais e expectativas acadêmicas. Estudos internacionais corroboram que mulheres em cursos de alta demanda cognitiva e emocional, como Medicina, tendem a apresentar maiores níveis de sintomas ansiosos e depressivos devido à autocrítica exacerbada e à pressão por desempenho.

Outro conjunto expressivo de fatores de risco identificados envolve aspectos acadêmicos e institucionais, incluindo insatisfação com o curso, sobrecarga mental, pressão por resultados e insatisfação com métodos pedagógicos. Maia et al. (2020) verificaram associação significativa entre sintomas depressivos e a insatisfação com a Aprendizagem Baseada em Problemas (ABP), enquanto Perissotto et al. (2021) apontaram correlação entre o ano de graduação e a sobrecarga mental, sugerindo que o ingresso e as fases intermediárias da formação são mais estressantes. Costa et al. (2022) também identificaram a insatisfação com o curso de Medicina como fator independente para depressão, evidenciando que o ambiente acadêmico competitivo e exigente pode amplificar vulnerabilidades emocionais.

Entre os fatores comportamentais e psicossociais, destacaram-se o uso de álcool e medicamentos psicotrópicos, a redução de atividade física, e o isolamento social como importantes elementos associados à depressão (Souza et al., 2023; Neres et al., 2021; Cardoso et al., 2021). Tais comportamentos refletem estratégias de enfrentamento ineficazes diante do estresse acadêmico e da falta de suporte emocional adequado. A ausência de sono reparador também apareceu como um elemento relevante, conforme demonstrado por Paixão et al. (2021), que associaram dormir menos de oito horas diárias à maior prevalência de sintomas depressivos. Essas evidências reforçam que a adoção de hábitos saudáveis é um fator protetor essencial, frequentemente negligenciado na rotina intensa do estudante de Medicina.

Outros estudos apontaram ainda condições de vulnerabilidade social e econômica como potenciais fatores de risco. Costa et al. (2022) identificaram que alunos com baixa renda e dependentes de bolsas acadêmicas apresentaram maiores índices de depressão. De forma semelhante, Sacramento et al. (2021) observaram associação significativa entre sintomas depressivos e menor renda familiar, etnia preta/parda e orientação homo/bissexual, o que revela a importância das desigualdades estruturais e dos contextos de discriminação na saúde mental. Essa perspectiva amplia a compreensão dos determinantes sociais da depressão, especialmente em ambientes universitários que podem reproduzir hierarquias e exclusões sociais.

A dependência de internet e redes sociais também se destacou como um fator contemporâneo emergente. Niero et al. (2019) demonstraram que estudantes com dependência moderada ou grave de internet apresentaram até quatro vezes mais chances de desenvolver depressão moderada ou grave. Esse achado é particularmente relevante diante do contexto digital atual, no qual o uso excessivo de tecnologias pode acentuar o isolamento, prejudicar o sono e reduzir a qualidade das interações interpessoais.

Ademais, o diagnóstico prévio de depressão sinaliza a necessidade de um acompanhamento mais atento para essa parcela da população estudantil. A insatisfação com o curso e a menor renda familiar evidenciam a influência dos fatores socioeconômicos na saúde mental dos estudantes, enquanto a ausência de apoio social destaca a importância de redes de suporte emocional e social bem estruturadas (Sacramento et al., 2021; Maia et al., 2020). Portanto, uma abordagem multidimensional e sensível aos contextos individuais se mostra essencial para enfrentar e mitigar os sintomas depressivos nesse grupo específico.

Apesar da alta prevalência de sintomas depressivos observada, alguns estudos identificaram fatores protetores importantes para a saúde mental dos estudantes de Medicina. Entre eles destacam-se a resiliência, o apoio familiar e social, a espiritualidade, a atividade física regular e o envolvimento em atividades culturais e de lazer (Brito et al., 2023; Leite et al., 2021; Cardoso et al., 2021). Tais elementos favorecem a regulação emocional, a autoconfiança e o senso de propósito, funcionando como barreiras psicológicas diante da sobrecarga acadêmica. Brito et al. (2023) observaram que a alta resiliência atuou como fator protetor contra depressão moderada e grave durante a pandemia, enquanto Leite et al. (2021) ressaltaram que níveis adequados de espiritualidade e religiosidade contribuem para o equilíbrio emocional e o enfrentamento de adversidades. Esses achados reforçam a importância de se promover competências socioemocionais — como empatia, autocuidado e regulação emocional — no processo formativo médico, uma vez que fortalecem o protagonismo do estudante sobre sua própria saúde mental e ampliam sua capacidade de lidar com as exigências da profissão.

Durante o período da pandemia de Covid-19, os estudos incluídos na revisão evidenciam um agravamento significativo dos sintomas depressivos entre estudantes de Medicina, em razão das profundas mudanças na rotina acadêmica, social e emocional impostas pelo isolamento e pela suspensão das atividades presenciais. Brito et al. (2023) observaram que 17,8% dos estudantes apresentaram sintomas depressivos, sendo que cursar o ciclo clínico configurou-se como um fator de risco independente para depressão moderada a grave, enquanto a resiliência elevada e o retorno à cidade natal durante a suspensão das aulas atuaram como fatores protetores. Resultados semelhantes foram relatados por Perissotto et al. (2021), que identificaram maior sobrecarga mental e sintomas depressivos entre os alunos dos primeiros anos, período marcado por incertezas, adaptação ao ensino remoto e restrição de vínculos sociais. Esses achados demonstram que a pandemia não apenas potencializou fatores de risco já existentes na formação médica — como o estresse e a sobrecarga acadêmica —, mas também introduziu novos elementos de vulnerabilidade, como o isolamento digital e a insegurança quanto ao futuro profissional, tornando urgente a adoção de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental e fortalecimento da resiliência estudantil nesse contexto.

A literatura revisada aponta que o ambiente acadêmico e o suporte institucional exercem papel decisivo na manifestação ou mitigação de sintomas depressivos. O contexto educacional médico, frequentemente caracterizado por altas cargas horárias, competitividade e exigência de excelência, tende a intensificar o estresse e comprometer o bem-estar psíquico (Costa et al., 2022; Maia et al., 2020; Neres et al., 2021). A ausência de espaços de diálogo, acolhimento e acompanhamento psicopedagógico agrava o sofrimento emocional e dificulta o reconhecimento precoce de sinais de adoecimento. Por outro lado, instituições que promovem estratégias e programas de apoio psicológico, práticas de cuidado coletivo podem ajudar a reduzir os níveis de ansiedade e depressão entre seus discentes (Serra et al., 2021; De Sousa Aragão et al., 2024).

Outro aspecto identificado é o estigma relacionado ao sofrimento emocional e à busca por ajuda psicológica entre estudantes e profissionais de Medicina. Diversos estudos indicam que o medo do julgamento, a vergonha e a crença na autossuficiência dificultam o reconhecimento e o tratamento de sintomas depressivos (Costa et al., 2022; Niero et al., 2019). Essa cultura de negação da vulnerabilidade é historicamente enraizada na formação médica, que valoriza o desempenho técnico e a resiliência heroica, em detrimento do cuidado de si. Tal contexto favorece o adoecimento

silencioso e a cronificação de quadros depressivos, especialmente entre aqueles que não encontram espaços seguros para expressar fragilidades (Cruz et al., 2022). A desconstrução desse estigma requer mudanças culturais profundas nas escolas médicas, com incentivo ao autocuidado, à empatia e à humanização como componentes legítimos da prática médica. Integrar discussões sobre saúde mental, emoções e limites humanos ao currículo é, portanto, um passo fundamental para romper com esse ciclo de invisibilidade e sofrimento.

Em relação aos aspectos metodológicos, a análise dos estudos selecionados evidencia a predominância do Inventário de Depressão de Beck (BDI e BDI-II) como principal instrumento de avaliação dos sintomas depressivos entre estudantes de Medicina. Esse inventário foi utilizado em diferentes versões em grande parte das pesquisas (Trigueiro et al., 2023; Souza et al., 2023; Costa et al., 2022; Neres et al., 2021; Barbosa-Medeiros et al., 2021; Marinho et al., 2020; Maia et al., 2020; Niero et al., 2019), confirmando sua ampla aceitação e validade psicométrica no contexto brasileiro. O BDI é uma escala de autorrelato composta por 21 itens que avaliam a intensidade de sintomas afetivos, cognitivos, comportamentais e somáticos da depressão, amplamente reconhecida por sua sensibilidade na detecção de quadros depressivos em populações clínicas e não clínicas.

Além do BDI, diversos estudos também recorreram ao Inventário de Beck para Ansiedade e Depressão (IAB e IDB), instrumentos derivados da mesma matriz teórica, que permitem mensurar simultaneamente sintomas de ansiedade e depressão (Brito et al., 2023; Sacramento et al., 2021; Paixão et al., 2021; Cardoso et al., 2021). O uso desses instrumentos reflete uma preocupação em abordar a comorbidade frequente entre essas condições emocionais no ambiente acadêmico da Medicina, ampliando a compreensão da saúde mental discente. Ambos os inventários apresentam estrutura padronizada e são de fácil aplicação, o que favorece estudos transversais com grandes amostras.

Outros instrumentos aparecem de forma complementar em menor frequência, mas com relevância metodológica. A Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS), por exemplo, foi utilizada por Perissotto et al. (2021), sendo um instrumento amplamente empregado em contextos hospitalares e acadêmicos por avaliar sintomas afetivos sem ênfase excessiva em manifestações somáticas, o que reduz vieses em populações médicas. Da mesma forma, o Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21), empregado por Leite et al. (2021) e Kubrusly et al. (2021), oferece uma avaliação tridimensional dos sintomas psicológicos, permitindo distinguir entre depressão, ansiedade e estresse, o que enriquece a análise multifatorial do sofrimento psíquico. Já Barbosa-Medeiros et al. (2021) associaram o Questionário de Saúde Geral (QSG-12) ao BDI, instrumento que avalia transtornos mentais comuns, complementando a mensuração da saúde mental geral.

Outros autores optaram por instrumentos específicos para variáveis associadas, como a Escala de Intenção Suicida de Beck (BSIS) (Neres et al., 2021), a Escala de Resiliência de Wagnild e Young (Brito et al., 2023), o Inventário de Traço-Estado de Ansiedade (STAI) (Costa et al., 2022), o Duke Religiosity Index (P-DUREL) (Leite et al., 2021) e o Questionário sobre Nomofobia (NMP-Q) (Kubrusly et al., 2021), demonstrando a diversidade de fatores psicossociais relacionados ao bem-estar mental dos estudantes. Esses instrumentos complementares permitiram investigar dimensões correlatas à depressão, como espiritualidade, resiliência, religiosidade, dependência tecnológica e ansiedade traço-estado, favorecendo uma compreensão mais abrangente dos determinantes emocionais no contexto acadêmico.

O presente estudo oferece uma valiosa compilação de informações, no entanto, é essencial considerar suas limitações. Primeiramente, a heterogeneidade dos métodos de avaliação e critérios de diagnóstico utilizados nos estudos primários pode introduzir uma fonte de variação considerável nos resultados agregados. Além disso, a maioria dos estudos tende a se concentrar em regiões geográficas específicas, o que pode limitar a generalização dos achados para contextos mais amplos. Ademais, a maioria das pesquisas frequentemente utiliza instrumentos de autorrelato para avaliar os sintomas depressivos, o que pode estar sujeito a viés de autorreporte e não fornecer uma avaliação clínica mais abrangente. Outra consideração importante é o fato de que a maioria dos estudos é transversal, o que dificulta a compreensão das tendências ao longo do tempo. Portanto, embora o estudo de revisão ofereça uma síntese do conhecimento existente, é fundamental interpretar seus resultados à luz dessas limitações e considerar futuras pesquisas que possam abordar essas questões de maneira mais ampla e aprofundada.

4. Conclusão

Os resultados desta revisão integrativa evidenciam uma alta prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de Medicina brasileiros, com taxas que variam amplamente entre 7,21% e 75,1%, indicando um grave problema de saúde mental nessa população acadêmica. Entre os principais fatores de risco identificados destacam-se o sexo feminino, a sobrecarga acadêmica, a insatisfação com o curso, a baixa renda familiar, o isolamento social, o uso de substâncias psicoativas e a falta de sono reparador. Fatores contextuais, como o impacto da pandemia de Covid-19, também potencializaram o sofrimento emocional e ampliaram as vulnerabilidades psíquicas dos discentes. Por outro lado, resiliência, apoio social e familiar, espiritualidade, prática de atividade física e envolvimento em atividades culturais mostraram-se elementos protetores relevantes. Observou-se ainda que o Inventário de Depressão de Beck (BDI e BDI-II) foi o instrumento mais utilizado nos estudos, confirmando sua validade e aplicabilidade no rastreamento de sintomas depressivos nessa população. Assim, conclui-se que a depressão entre estudantes de Medicina é um fenômeno multifatorial, que requer abordagens institucionais integradas voltadas à promoção da saúde mental, prevenção do adoecimento e fortalecimento das habilidades socioemocionais ao longo da formação médica. Recomenda-se o desenvolvimento de programas de acolhimento psicológico, espaços de escuta e estratégias pedagógicas humanizadas, a fim de construir ambientes acadêmicos mais saudáveis e sustentáveis para a formação de futuros profissionais da saúde.

Referências

- BARBOSA-MEDEIROS, Mirna Rossi; CALDEIRA, Antonio Prates. Saúde mental de acadêmicos de medicina: estudo longitudinal. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, p. e187, 2021.
- BRITO JÚNIOR, Miguel Soares de; COELHO, Karla Santa Cruz; SERPA JUNIOR, Octavio Domont de. A formação médica e a precarização psíquica dos estudantes: uma revisão sistemática sobre o sofrimento mental no percurso dos futuros médicos. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 32, 2023.
- BRITO, Ederline Suelly Vanini de *et al.* Repercussões da pandemia de Covid-19 na saúde mental nos estudantes de Medicina de Pernambuco. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 47, p. e082, 2023.
- COSTA, Deyvison Soares da *et al.* Sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes de Medicina e estratégias institucionais de enfrentamento. **Revista brasileira de educação médica**, v. 44, 2020.
- CRUZ, Letícia Tristão Sotto *et al.* Síndrome de Burnout, transtornos mentais e suicídio em médicos: uma revisão de literatura. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 15, n. 5, p. e10218-e10218, 2022.
- DA COSTA, Tales Gabriel *et al.* Prevalence and factors associated to depression and anxiety among medical students in an inland university in Brazil. **Medicina (Ribeirão Preto)**, v. 55, n. 4, 2022.
- DA COSTA-SANTOS, Cristina Mamédio; DE MATTOS-PIMENTA, C. A.; CUCE-NOBRE, M. R. Estrategia pico para la construcción de la pregunta de investigación y la búsqueda de evidencias. **Rev Latino-am enfermagem**, v. 15, n. 3, 2007.
- DE SOUSA ARAGÃO, Hudmilla *et al.* Saúde mental e adoecimento psíquico: O papel das instituições de ensino superior frente à prevenção, orientação e cuidados com a saúde mental de seus discentes. **Plurais-Revista Multidisciplinar**, p. e024010-e024010, 2024.
- CARDOSO, Yasmin *et al.* Levantamento de sintomas depressivos e ansiosos entre estudantes de medicina de uma universidade brasileira. **Revista de Medicina**, v. 100, n. 3, p. 204-211, 2021.
- FERNANDES, Márcia Astrês *et al.* Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71, p. 2169-2175, 2018.
- KUBRUSLY, Marcos *et al.* Nomofobia entre discentes de medicina e sua associação com depressão, ansiedade, estresse e rendimento acadêmico. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, 2021.
- LEITE, Larissa Cruvinel; DORNELAS, Larissa Vitoria; SECCHIN, Laura de Souza Bechara. Influência da religiosidade sobre a saúde mental dos acadêmicos de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, 2021.
- LOBO, Bruno Limaverde Vilar; DE ALMEIDA, Paulo César; CABRAL, Mariana. COVID-19 e a saúde mental de médicos residentes na atenção primária: medo, ansiedade e depressão. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, v. 17, n. 44, p. 3163-3163, 2022.

MAIA, Heros Aureliano Antunes da Silva *et al.* Prevalência de sintomas depressivos em estudantes de Medicina com currículo de aprendizagem baseada em problemas. **Revista brasileira de educação médica**, v. 44, p. e105, 2020.

MARINHO, Vinícius Lopes; DA SILVA, Jeann Bruno Ferreira; DIAS, Aline Ribeiro. Sintomas Depressivos entre Estudantes de Medicina de uma Universidade da Região Sul do Tocantins. **DESAFIOS-Revista Interdisciplinar Da Universidade Federal Do Tocantins**, v. 7, n. 1, p. 139-145, 2020.

NERES, Bárbara Santos Pereira; AQUINO, Maria Luiza Andrade; PEDROSO, Vinicius Sousa Pietra. Prevalence and factors associated to depression and suicidal behavior among medical students. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, p. 311-320, 2021.

NIERO, Renan Gomes Viana *et al.* Associação entre dependência de internet e sintomas depressivos em estudantes de medicina de cidade do sul do Brasil. **Arquivos Catarinenses de Medicina**, v. 48, n. 3, p. 27-36, 2019.

PAGE, Matthew J. *et al.* The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. **Systematic reviews**, v. 10, n. 1, p. 1-11, 2021.

PAIXÃO, Julya Thereza dos Santos *et al.* Prevalencia de síntomas ansiosos y depresivos en estudiantes de salud. **Enferm Foco**, v. 12, n. 4, p. 780-786, 2021.

PEREIRA, Gisele Araújo *et al.* Prevalência de síndromes funcionais em estudantes e residentes de Medicina. **Revista brasileira de educação médica**, v. 39, n. 3, p. 395-400, 2015.

PERISSOTTO, Thais *et al.* Mental health in medical students during COVID-19 quarantine: a comprehensive analysis across year-classes. **Clinics**, v. 76, 2021.

ROTENSTEIN, Lisa S. *et al.* Prevalence of depression, depressive symptoms, and suicidal ideation among medical students: a systematic review and meta-analysis. **Jama**, v. 316, n. 21, p. 2214-2236, 2016.

SACRAMENTO, Bartira Oliveira *et al.* Sintomas de ansiedade e depressão entre estudantes de medicina: estudo de prevalência e fatores associados. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, 2021.

SERRA, Sandra Torres *et al.* Implantação de mentoria on-line em uma faculdade de medicina durante a pandemia da Covid-19. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 45, p. e127, 2021.

SOUZA, Aloiso Sampaio *et al.* Prevalência e fatores associados à sintomas depressivos em estudantes de Medicina no município de Imperatriz, Maranhão. **Saúde (Santa Maria)**, v. 49, n. 2, 2023.

SOUZA, Gabriela Fonseca de Albuquerque *et al.* Fatores associados à ansiedade/depressão nos estudantes de Medicina durante distanciamento social devido à Covid-19. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 46, n. 3, 2022.

TRIGUEIRO, Gustavo Machado; DE OLIVEIRA, Isabellea Helena Caixeta; DE LIMA NETTO, Aristoteles Mesquita. Prevalência de sintomas depressivos entre estudantes de medicina do estado de goiás. **Revista de Estudos Interdisciplinares**, v. 5, n. 2, p. 47-59, 2023.

VASCONCELOS, Tatheane Couto de *et al.* Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 39, p. 135-142.