

IMPACTOS DA PANDEMIA DE COVID-19 NA SAÚDE MENTAL DURANTE A FORMAÇÃO MÉDICA: EVIDÊNCIAS BRASILEIRAS

Isabela Silva Figueiredo Diniz¹

Tawany Alves Mendonça²

Christina Souto Cavalcante Costa³

Marina Elias Rocha⁴

A formação médica, reconhecida como um processo intenso e desafiador, mostrou-se ainda mais vulnerável após a pandemia de COVID-19. Além da carga horária alta, que tem elevado nível de exigência acadêmica e contato precoce com situações de sofrimento humano, fatores como isolamento social, sobrecarga emocional e mudanças abruptas no ambiente de ensino intensificaram os riscos para o desenvolvimento de transtornos mentais. Com isso, os índices de ansiedade, depressão e síndrome de Burnout nesse público estão cada vez mais elevados, indicando que o adoecimento psíquico durante a graduação não é fenômeno isolado, mas resultado de múltiplos fatores acadêmicos, sociais e pessoais. Diante desse cenário, este estudo visa analisar evidências brasileiras pós-COVID sobre saúde mental na formação médica, destacando prevalências, fatores de risco e estratégias de enfrentamento. Trata-se de uma pesquisa descritiva, de abordagem qualitativa, realizada por meio de revisão bibliográfica em bases como SciELO, PubMed e LILACS, contemplando publicações de 2022 a 2024. Foram empregados como descritores os termos “Saúde mental”, “Estudantes de Medicina”, “Ansiedade”, “Depressão” e “Burnout”, acrescidos de suas correspondentes traduções para o inglês. Diante das análises, revelou-se que a prevalência de sintomas de ansiedade entre estudantes de Medicina no Brasil varia entre 35 a 55%, enquanto a de depressão oscila de 25 a 40%, e a de burnout atinge até metade dos alunos, especialmente nos últimos anos do curso, evidenciando a necessidade de atenção urgente a essa problemática. Entre os fatores de risco mais recorrentes, pode-se destacar a sobrecarga curricular, a competitividade acadêmica, a falta de suporte institucional e a privação de sono. Esses elementos, quando combinados, contribuem para significativa vulnerabilidade à saúde mental, impactando não apenas o bem-estar individual, mas também a qualidade do aprendizado e do futuro desempenho profissional.

¹ Discente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES – Campus Trindade. id032003@gmail.com

² Discente do Curso de Medicina da Faculdade ZARNS – Itumbiara.

³ Docente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES – Campus Trindade

⁴ Docente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Mineiros – UNIFIMES – Campus Trindade

Estratégias de enfrentamento demonstram eficácia na mitigação dos sintomas e na promoção da qualidade de vida. Entre elas, destacam-se acompanhamento psicológico gratuito, oficinas institucionais de manejo do estresse e incentivo à prática de atividades físicas, as quais se mostraram capazes de reduzir sintomas e melhorar a qualidade de vida. Portanto, a saúde mental deve ser reconhecida como pilar fundamental na formação médica. Para isso, requer-se a consolidação de políticas públicas direcionadas com foco na prevenção, acolhimento e tratamento. Esse processo demanda a articulação de iniciativas educativas, sistemas de apoio e abordagens psicossociais no âmbito curricular, a fim de promover a formação de médicos dotados de competência técnica, sensibilidade humana e sustentabilidade profissional.

Palavras-chave: Saúde mental. Estudantes de Medicina. Ansiedade. Depressão. Burnout.