

FATORES DETERMINANTES E DE PREVENÇÃO NA DEPRESSÃO E SUICÍDIO ENTRE OS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Jair de Jesus Mari, Professor Titular do Departamento de Psiquiatria da Escola Paulista de Medicina

Além de apresentarmos uma revisão da literatura sobre a temática da depressão e suicídio entre os estudantes universitários, iremos apresentar uma experiência do Projeto Observatório desenvolvido na Escola Paulista de Medicina. O curso universitário e principalmente o curso médico, impõe uma exigência excessiva aos alunos, que devem demonstrar dedicação exclusiva, sacrifício emocional em relação ao tempo livre e exposição a casos clínicos graves que beiram a vida ou a morte. Para o sucesso na carreira, esses alunos precisam do perfeccionismo e da alta autoexigência como traço comum, enquanto os erros podem levar a danos irreversíveis ou à morte. Frequentemente percebemos a vulnerabilidade dos futuros profissionais por meio de relatos de ansiedade, depressão, violência (física e sexual), drogadição e suicídio dentro do curso. É bem conhecido que os estudantes de medicina enfrentam diferentes tipos de estressores em comparação com a população em geral, com maior risco de transtornos de saúde mental, como depressão, ansiedade, esgotamento, álcool e abuso de substâncias. Atualmente, a prevalência de depressão entre estudantes brasileiros de medicina é estimada em 30,6%, burnout em 13,1%, abuso problemático de álcool em 32,9% e ansiedade em 32,9%, índices superiores aos da população em geral. Vários fatores estão relacionados a esse risco aumentado dos alunos para resultados negativos ao longo do curso, incluindo estar nos estágios iniciais da graduação em medicina, ser mulher, e não ter bolsa de estudos. As outras características são as mesmas dos alunos no final da adolescência, como a falta de tempo livre para o lazer, dificuldades financeiras, estressores familiares, cargas curriculares e extracurriculares pesadas, e competição por alto desempenho e qualidade da relação professor-aluno. Esses fatores também impactam negativamente o desempenho acadêmico, a motivação para aprender e a empatia. O comprometimento da qualidade de vida (QV) em estudantes de medicina também foi demonstrado em uma meta-análise recente onde a depressão foi o principal preditor de pior QV. Estudantes de medicina também mostraram usar mais maconha (50% vs 20%) e ecstasy (10% vs 5%) e menos cocaína (2% vs 5%) e anfetaminas (6% vs 8%) do que estudantes universitários de outros cursos de graduação no Brasil em geral. A Escola Paulista de Medicina (EPM/UNIFESP) resolveu avaliar os problemas de saúde mental dos seus alunos durante o período da pandemia de COVID-19 e identificar fatores epidemiológicos, sociais e educacionais relacionados à presença de transtornos mentais. Os alunos receberam via e-mail questionários sobre dados demográficos e clínicos, uma avaliação especial das escalas de angústia COVID-19 e saúde mental que incluíam instrumentos para depressão, ansiedade, sofrimento psicológico e antecedente de trauma na primeira infância. Dos 720 alunos de graduação matriculados, 229 responderam ao questionário online. Destes, 89 (38,9%) preenchiem critérios para depressão; 91 (40,3%) preencheram os critérios para ansiedade; e 34 (14,8%) preencheram os critérios para um provável sofrimento psicológico em resposta ao surto de COVID-19. Os resultados mostraram uma relação positiva significativa entre sofrimento psíquico e ser mulher, não afrodescendente, com história de sedentarismo e previamente exposta a altos níveis de eventos traumáticos na infância. Renda familiar, idade ou índice de massa corporal não estiveram associados à presença de sofrimento mental. Isso significa que é importante que as instituições priorizem

para a universidade a criação de canais de comunicação para identificar esses alunos de alto risco durante a graduação, de modo a oferecer espaços de cuidado que auxiliem a minimizar a sobrecarga e prevenir desfechos negativos, com a adoção de políticas internas para aumentar a rede de segurança dos alunos cursando a graduação.

Mind the gap - Psychological Distress and Mental Health Burden Among Brazilian Medical Students During Covid-19 Pandemic. T Silva I; Cheim, MCV; Lucchese, AC; Magalhaes, EJM; Rodovalho, IV; O'Donnel, JC; Azevedo E, Scorza F., Mari JJ, Sarin, LM. Artigo submetido para publicação.