

**Saúde mental em foco: prevalência de depressão e ansiedade entre estudantes de medicina e suas implicações na qualidade de vida**

**Mental health in focus: prevalence of depression and anxiety among medical students and its implications for quality of life**

**Salud mental en foco: prevalencia de depresión y ansiedad entre estudiantes de medicina y sus implicaciones en la calidad de vida**

DOI:10.34119/bjhrv7n9-214

Submitted: Oct 23<sup>rd</sup>, 2024

Approved: Nov 21<sup>st</sup>, 2024

**Victor Lima de Paiva Freitas**

Graduando em Medicina

Instituição: Faculdade de Medicina Ages

Endereço: Irecê, Bahia, Brasil

E-mail: victorpfritas95@gmail.com

**Rodrigo D'Ângelo Firmino**

Graduando em Medicina

Instituição: Faculdade de Medicina Ages

Endereço: Irecê, Bahia, Brasil

E-mail: Rodrigo.dangelo99@outlook.com

**Isadora Araújo Teixeira**

Graduanda em Medicina

Instituição: Faculdade de Medicina Ages

Endereço: Irecê, Bahia, Brasil

E-mail: isadoradourado91@gmail.com

**José Weliton Rodrigues de Oliveira**

Graduando em Medicina

Instituição: Faculdade de Medicina Ages

Endereço: Irecê, Bahia, Brasil

E-mail: jwelitonoli@hotmail.com

**Everton Bruno Tenório Alves**

Graduando em Medicina

Instituição: Faculdade de Medicina Ages

Endereço: Irecê, Bahia, Brasil

E-mail: brunoalvest80@gmail.com

**Marcelo Gomes Barreto Junior**

Graduando em Medicina  
Instituição: Faculdade de Medicina Ages  
Endereço: Irecê, Bahia, Brasil  
E-mail: cello.barreto22@gmail.com

**Lara Figueiredo Ferreira**

Graduanda em Medicina  
Instituição: Faculdade de Medicina Ages  
Endereço: Irecê, Bahia, Brasil  
E-mail: larafigueiredo111@gmail.com

**Gerson de Souza Santos**

Doutor em Ciências da Saúde  
Instituição: Faculdade de Medicina Ages  
Endereço: Irecê, Bahia, Brasil  
E-mail: enf.gerson@hotmail.com

**RESUMO**

**Introdução:** o estresse na formação médica pode afetar a saúde mental dos estudantes, impactando sua qualidade de vida e desempenho acadêmico. Este estudo investigou a saúde mental, a prática de atividades e a qualidade de vida entre estudantes de medicina. **Objetivo:** analisar a prevalência de depressão e ansiedade, bem como avaliar a qualidade de vida dos estudantes de medicina. **Metodologia:** a pesquisa foi realizada com estudantes, coletando dados demográficos e informações sobre saúde mental, atividades físicas e de lazer. **Resultados:** a média de idade dos participantes foi de 20,7 anos, com 68% do sexo feminino. Observou-se que 81% não tinham filhos e 80% eram solteiros. Em relação à saúde mental, 16% apresentaram depressão leve, 26% depressão mínima, 27% depressão moderada, 20% depressão moderadamente grave e 11% depressão grave. A média de pontos na avaliação de depressão foi de 12,6, com um desvio padrão de 7,05. Quanto à ansiedade, 27% tiveram ansiedade moderada, 20% moderadamente grave, e a média de pontos foi de 11,5, com desvio padrão de 5,74. A qualidade de vida foi afetada, especialmente no domínio psicológico, que teve a menor média (13,42), enquanto os domínios físico e social apresentaram médias superiores a 14. **Conclusão:** os resultados indicam uma alta prevalência de sintomas de depressão e ansiedade entre estudantes de medicina, enfatizando a necessidade de intervenções que promovam saúde mental e bem-estar nessa população.

**Palavras-chave:** saúde mental, qualidade de vida, estudantes de medicina, ansiedade e depressão, intervenções psicológicas.

**ABSTRACT**

**Introduction:** Stress in medical training can affect students' mental health, impacting their quality of life and academic performance. This study investigated the mental health, physical activity, and quality of life among medical students. **Objective:** To analyze the prevalence of depression and anxiety, as well as to evaluate the quality of life of medical students. **Methodology:** The research was conducted with students, collecting demographic data and information about mental health, physical activity, and leisure activities. **Results:** The average age of participants was 20.7 years, with 68% being female. It was observed that 81% had no children and 80% were single. Regarding mental health, 16% showed mild depression, 26% minimal depression, 27% moderate depression, 20% moderately severe depression, and 11%

severe depression. The average score on the depression assessment was 12.6, with a standard deviation of 7.05. As for anxiety, 27% experienced moderate anxiety, 20% moderately severe anxiety, and the average score was 11.5, with a standard deviation of 5.74. Quality of life was affected, especially in the psychological domain, which had the lowest average (13.42), while physical and social domains presented averages above 14. Conclusion: The results indicate a high prevalence of symptoms of depression and anxiety among medical students, emphasizing the need for interventions that promote mental health and well-being in this population.

**Keywords:** mental health, quality of life, medical students, anxiety and depression, psychological interventions.

## RESUMEN

Introducción: El estrés en la formación médica puede afectar la salud mental de los estudiantes, impactando su calidad de vida y rendimiento académico. Este estudio investigó la salud mental, la práctica de actividades y la calidad de vida entre estudiantes de medicina. Objetivo: Analizar la prevalencia de depresión y ansiedad, así como evaluar la calidad de vida de los estudiantes de medicina. Metodología: La investigación se realizó con estudiantes, recopilando datos demográficos e información sobre salud mental, actividades físicas y de ocio. Resultados: La media de edad de los participantes fue de 20,7 años, con un 68% de sexo femenino. Se observó que el 81% no tenía hijos y el 80% eran solteros. En relación con la salud mental, el 16% presentó depresión leve, el 26% depresión mínima, el 27% depresión moderada, el 20% depresión moderadamente grave y el 11% depresión grave. La media de puntos en la evaluación de la depresión fue de 12,6, con una desviación estándar de 7,05. En cuanto a la ansiedad, el 27% tuvo ansiedad moderada, el 20% ansiedad moderadamente grave, y la media de puntos fue de 11,5, con una desviación estándar de 5,74. La calidad de vida se vio afectada, especialmente en el dominio psicológico, que tuvo la menor media (13,42), mientras que los dominios físico y social presentaron medias superiores a 14. Conclusión: Los resultados indican una alta prevalencia de síntomas de depresión y ansiedad entre los estudiantes de medicina, enfatizando la necesidad de intervenciones que promuevan la salud mental y el bienestar en esta población.

**Palabras clave:** salud mental, calidad de vida, estudiantes de medicina, ansiedad y depresión, intervenciones psicológicas.

## 1 INTRODUÇÃO

O curso de medicina é amplamente reconhecido por sua elevada exigência acadêmica e emocional, o que impõe aos estudantes uma intensa carga de estresse e ansiedade. A rotina desses alunos é marcada por um volume significativo de conteúdo, avaliações constantes e a vivência precoce em cenários clínicos complexos, exigindo não apenas preparo técnico, mas também resiliência emocional (Almeida *et al.*, 2020; Costa *et al.*, 2019). As pressões inerentes a essa formação, aliadas a um ambiente competitivo, têm sido associadas a um aumento considerável na incidência de transtornos psicológicos, como ansiedade e depressão, refletindo

uma preocupação crescente com a saúde mental dos estudantes de medicina (Dyrbye *et al.*, 2019; Ratanasiripong *et al.*, 2019).

Estudos têm demonstrado que os estudantes de medicina apresentam taxas de ansiedade e depressão superiores àquelas observadas em outras populações acadêmicas. Isso se deve a uma combinação de fatores, incluindo a carga acadêmica excessiva, as altas expectativas pessoais e profissionais, e o ambiente estressante (Pacheco *et al.*, 2020; Quek *et al.*, 2020). A presença de sintomas psicológicos não afeta apenas o desempenho acadêmico, mas compromete significativamente a qualidade de vida, refletindo negativamente na saúde geral dos estudantes e na sua capacidade de enfrentar os desafios diários (Pérez *et al.*, 2020; Karaman *et al.*, 2020).

Adicionalmente, a pandemia de COVID-19 introduziu novos desafios à formação desses estudantes, forçando-os a se adaptar ao ensino remoto, enquanto lidavam com o aumento do estresse emocional relacionado ao medo de exposição ao vírus e à incerteza quanto ao futuro profissional (LaFaver *et al.*, 2021). Esse cenário exacerbou os sintomas de estresse, ansiedade e depressão, evidenciando a necessidade de suporte psicológico para mitigar os efeitos adversos sobre a saúde mental e a qualidade de vida dos futuros médicos (Ratanasiripong *et al.*, 2019; Karaman *et al.*, 2020).

Nesse contexto, a identificação e o enfrentamento dos problemas de saúde mental entre estudantes de medicina tornam-se fundamentais, uma vez que os efeitos desses transtornos podem comprometer tanto a formação acadêmica quanto a prática profissional futura no cuidado aos pacientes (Dyrbye *et al.*, 2019). Intervenções institucionais que promovam o bem-estar psicológico, como programas de apoio e acompanhamento contínuo, são estratégias essenciais para reduzir a prevalência desses transtornos e melhorar a qualidade de vida dos futuros profissionais da saúde (Fares *et al.*, 2020; Pacheco *et al.*, 2020).

Este estudo teve como objetivo avaliar a qualidade de vida e a prevalência de sintomas depressivos e de ansiedade entre estudantes de medicina.

## 2 METODOLOGIA

Este estudo transversal, de natureza analítica e abordagem quantitativa, foi realizado com uma amostra de conveniência composta por 120 estudantes de medicina da Faculdade Ages, situada no município de Irecê, Bahia. No contexto da pesquisa, a amostra de conveniência foi escolhida pela acessibilidade dos estudantes, selecionados pela facilidade de recrutamento ao invés de critérios probabilísticos que garantiriam a aleatoriedade. Esse tipo de amostragem

é comum em estudos exploratórios e em situações onde há limitações de tempo ou recursos, permitindo acesso rápido aos dados, embora limitando a generalização dos resultados.

Por se tratar de um estudo transversal, a coleta de dados foi feita em um único momento, capturando informações sobre variáveis de interesse em um ponto específico no tempo. Estudos transversais são amplamente utilizados para descrever a prevalência de características ou condições em uma população-alvo, como sintomas de ansiedade ou depressão em estudantes, e para investigar associações entre variáveis. Essa abordagem permite análises de correlação, embora não suporte inferências causais, uma vez que a temporalidade entre exposição e desfecho não pode ser estabelecida.

Foram adotados os seguintes critérios de inclusão:

- Estar regularmente matriculado no curso de medicina da Faculdade Ages.
- Possuir idade mínima de 18 anos.
- Concordar em participar voluntariamente do estudo após o recebimento de informações detalhadas sobre os objetivos e métodos da pesquisa.
- Não apresentar histórico de doenças mentais graves, como transtorno bipolar ou esquizofrenia, que poderiam comprometer a avaliação de sintomas de ansiedade e depressão.

Como critérios de exclusão, foram definidos:

- Não estar matriculado no curso de medicina.
- Recusa em participar do estudo.
- Dificuldade em compreender os questionários, seja por barreiras linguísticas ou por limitações cognitivas que possam prejudicar as respostas.

## 2.1 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS

A coleta de dados foi realizada entre novembro de 2022 e março de 2023, considerando o calendário acadêmico e evitando o período de férias escolares. Os participantes foram informados individualmente sobre os objetivos do estudo e os aspectos éticos envolvidos, sendo então solicitados a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), que garante sua autonomia e privacidade.

## 2.2 INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO

Para a obtenção de variáveis sociodemográficas, foi utilizado um questionário estruturado. A avaliação dos sintomas depressivos foi feita por meio do Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9), composto por nove itens que investigam sintomas de depressão majoritária nos últimos 14 dias, conforme os critérios do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5) (American Psychiatric Association, 2013; Tully *et al.*, 2021).

Para a avaliação da ansiedade, utilizou-se o Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7), composto por sete itens que medem a gravidade do transtorno de ansiedade generalizada. Cada item é pontuado em uma escala Likert de quatro pontos (0 a 3), refletindo como o indivíduo se sentiu nas duas semanas anteriores. A pontuação final permite a classificação da ansiedade como normal (0 a 4 pontos), leve (5 a 9 pontos), moderada (10 a 14 pontos) ou severa (15 a 21 pontos) (Spitzer *et al.*, 2006; Tully *et al.*, 2021).

A qualidade de vida foi avaliada utilizando-se o WHOQOL-Bref, instrumento composto por 26 questões. Destas, duas abordam a qualidade de vida geral e a satisfação com a saúde, enquanto as demais são divididas em quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente (World Health Organization, 2021).

## 2.3 CONSIDERAÇÕES ÉTICAS

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Secretaria Municipal de Saúde de São Paulo (Protocolo 5.693.994, de 10 de outubro de 2022) e está em conformidade com a Resolução nº 466/2012, que regulamenta a pesquisa envolvendo seres humanos no Brasil. Todos os participantes assinaram o TCLE, garantindo adesão aos princípios éticos de autonomia, beneficência e confidencialidade dos dados.

## 3 RESULTADOS

Dos 300 alunos deste estudo, 110 (36,67%) responderam todos os questionários. Dos que não participarão, 150 se recusarão a participar e 40 não responderão os questionários de forma adequada. As variáveis sociodemográficas e de saúde encontram-se na Tabela 1. A média de idade foi de 20,7 anos, sendo 68% eram do sexo feminino, 80% solteiros, 81% não tinha filhos. Mais da metade 52% moravam com os pais, 19% tinha atividade remunerada, 57% não tinha prática regular de lazer e 66% tinha prática regular de atividade física, 31% faziam uso

diário de medicamentos, 10% tinha doenças crônicas e 27% fazia acompanhamento com psicólogo/psiquiatra.

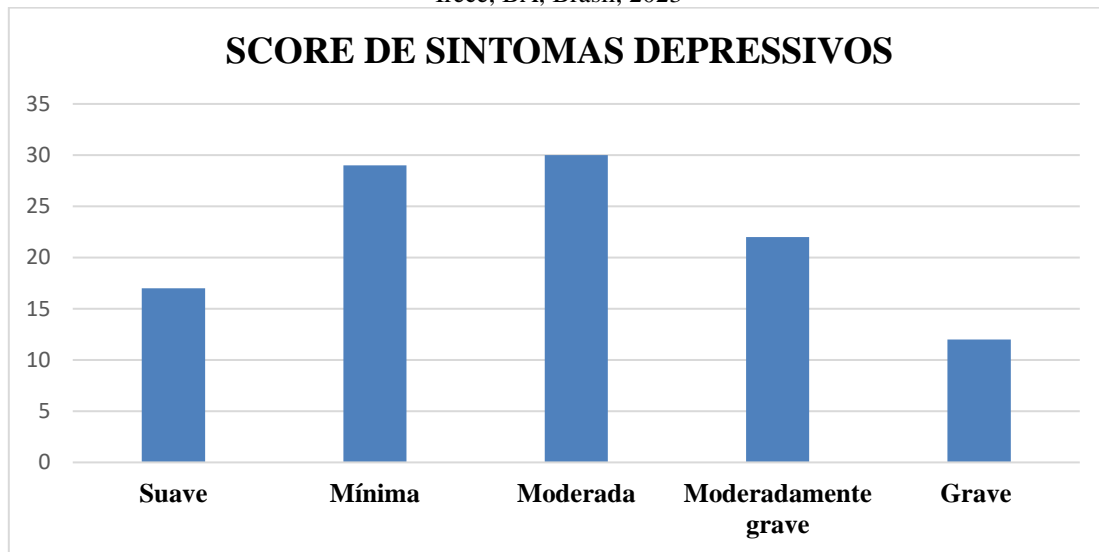
Tabela 1 Caracterização sociodemográfica de alunos da faculdade aces de medicina (n=110). Irecê, BA 2023

VARIÁVEIS	n(%)
<b>Sexo</b>	
Masculino	35(32)
Feminino	75(68)
<b>Estado Conjugal</b>	
Solteiro	88(80)
Divorciado	4(3,6)
Casado/Morando Junto	18(16,4)
<b>Tem Filho</b>	
Sim	20(18,2)
Não	90(81,8)
<b>Atualmente Você Vive Com</b>	
Pais	57(52)
Conjuge	13(12)
Sozinho(a)	40(36)
<b>Prática De Lazer Regular “Mínimo 3 Vezes semana”</b>	
Sim	47(52,7)
Não	63(57,3)
<b>Atividade Física Regular “Mínimo 3 Vezes Semana”</b>	
Sim	73(66,4)
Não	37(33,6)
<b>Presença de Doenças Crônicas?</b>	
Sim	11(10)
Não	99(90)
<b>Consultou Com Psiquiatra/Psicólogo Ou Psicanalista Nos últimos três meses?</b>	
Sim	30(27,3)
Não	80(72,7)

Fonte: Tabela Elaborada pelo autor a partir com base na pesquisa conduzida em 2024

A distribuição dos níveis de depressão entre os estudantes revelou que 17 (16%) apresentaram sintomas de depressão leve, 29 (26%) foram classificados com depressão mínima, 30 (27%) com depressão moderada, 22 (20%) com depressão moderadamente grave e 12 (11%) com depressão grave. A pontuação média para os sintomas de depressão foi de 12,6, com mediana de 12 e desvio padrão de 7,05 (ver Figura 1).

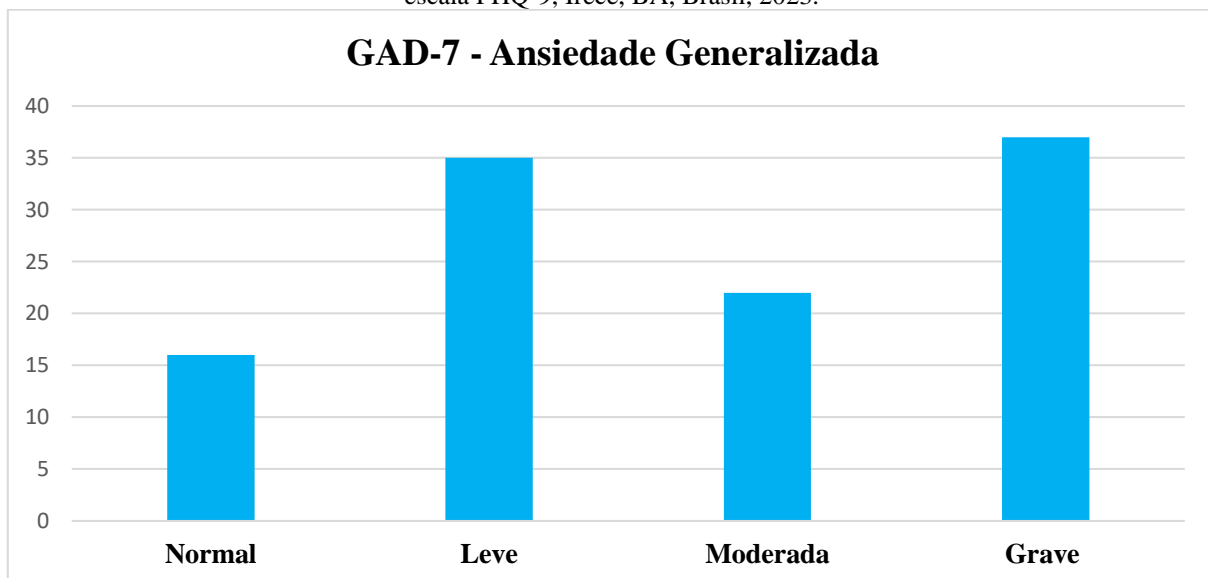
Figura 1 - Frequência de depressão em estudantes de medicina de acordo com a classificação da escala PHQ-9, Irecê, BA, Brasil, 2023



Fonte: Gráfico elaborado pelo autor a partir com base na pesquisa conduzida em 2024

Para avaliar o transtorno de ansiedade, utilizou-se a Escala GAD-7 (Generalized Anxiety Disorder 7). Os resultados indicaram que 27% dos alunos apresentaram ansiedade moderada, 26% apresentaram ansiedade mínima, 20% ansiedade moderadamente grave, 15,5% leve e 11% ansiedade grave. A pontuação média na escala foi de 11,5, com mediana de 11 e desvio padrão de 5,74 (ver Figura 2).

Figura 2 - Frequência de ansiedade generalizada em estudantes de medicina de acordo com a classificação da escala PHQ-9, Irecê, BA, Brasil, 2023.

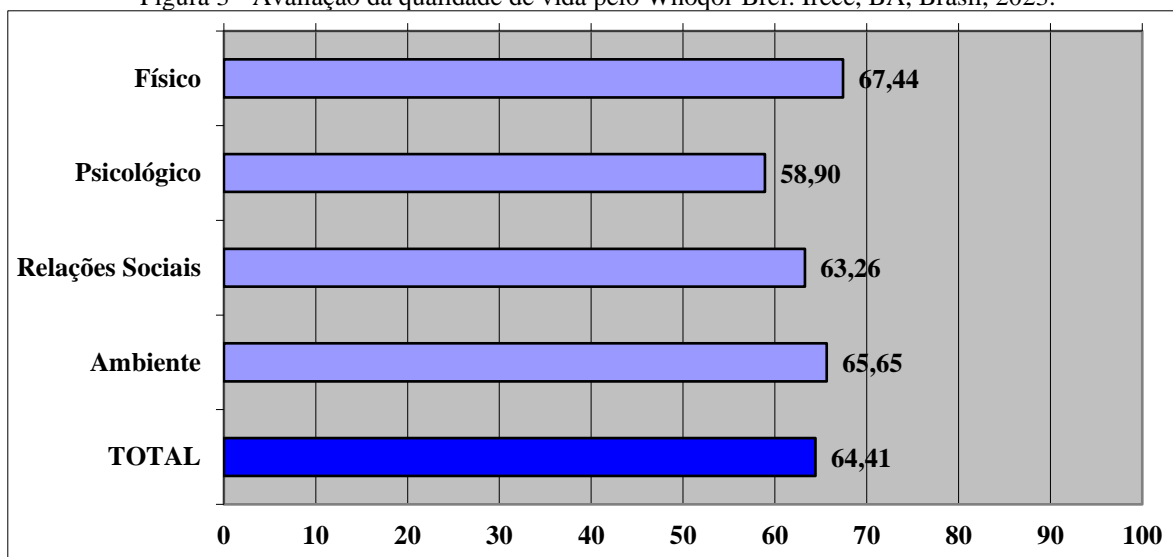


Fonte: Gráfico elaborado pelo autor a partir com base na pesquisa conduzida em 2024



Na avaliação da qualidade de vida, O domínio psicológico apresentou pior desempenho (média 13,42). Os domínios físico, relações sociais, meio ambiente e qualidade de vida geral, apresentaram médias superiores a 14. (Tabela 2).

Figura 3 - Avaliação da qualidade de vida pelo Whoqol-Bref. Irecê, BA, Brasil, 2023.



Fonte: Gráfico elaborado pelo autor a partir com base na pesquisa conduzida em 2024

#### 4 DISCUSSÃO

Os achados deste estudo revelam um panorama alarmante da saúde mental dos estudantes de medicina, um tema que vem ganhando crescente atenção na literatura acadêmica. A taxa de resposta de apenas 36,67% entre os 300 alunos participantes sugere uma possível resistência a discutir questões de saúde mental, o que pode ser atribuído ao estigma persistente em torno de transtornos psicológicos. Dyrbye *et al.* (2019) observam que a vergonha e o medo de julgamento frequentemente levam estudantes de medicina a evitar a busca por ajuda, refletindo uma cultura que prioriza a resiliência individual em detrimento do autocuidado. Essa resistência pode ser um reflexo da internalização de normas sociais que valorizam a força e a autossuficiência, muitas vezes em detrimento da vulnerabilidade e da abertura para o diálogo sobre dificuldades emocionais.

O perfil demográfico da amostra, predominantemente composto por estudantes do sexo feminino (68%) e com uma média de idade de 20,7 anos, alinha-se com as tendências contemporâneas em medicina, onde a inclusão de mulheres tem sido cada vez mais notável (Karaman *et al.*, 2020). A predominância de jovens solteiros, em sua maioria sem filhos, implica que eles estão em um estágio da vida onde a pressão acadêmica é intensa e

frequentemente associada a uma sensação de isolamento. Este aspecto é corroborado por Pacheco *et al.* (2020), que destacam que a solidão e o estresse podem exacerbar a vulnerabilidade a distúrbios mentais. Ademais, a falta de redes de apoio, tanto sociais quanto familiares, pode agravar ainda mais essa sensação de solidão, criando um ciclo vicioso que dificulta a busca por ajuda e a construção de resiliência.

Os dados sobre a prevalência de sintomas depressivos revelam que 16% dos alunos apresentaram depressão leve, enquanto 31% mostraram sinais de depressão moderada a grave. A média de 12,6 e um desvio padrão de 7,05 indicam uma distribuição significativa de severidade, enfatizando a necessidade de estratégias de intervenção personalizadas (Sawah *et al.*, 2019). Esses resultados são alarmantes, pois sugerem que os estudantes não apenas enfrentam desafios acadêmicos, mas também uma carga emocional que pode comprometer sua formação e prática profissional. A intersecção entre pressão acadêmica e saúde mental, portanto, é um ponto crítico a ser abordado nas políticas de saúde e educação.

A análise da ansiedade, que afetou 27% dos participantes com graus moderados a graves, oferece um panorama igualmente preocupante. O uso da Escala GAD-7 revelou uma média de 11,5, indicando que os sintomas de ansiedade não são apenas comuns, mas também potencialmente debilitantes. LaFaver *et al.* (2021) sustentam que a pressão inerente ao curso de medicina, que frequentemente envolve longas horas de estudo e estágios exigentes, contribui para o aumento desses transtornos. Essa relação entre carga de trabalho e saúde mental destaca a urgência de repensar as abordagens curriculares e a forma como as instituições apoiam seus alunos na gestão do estresse e da carga emocional.

Na avaliação da qualidade de vida, o domínio psicológico obteve a média mais baixa (13,42), o que sugere que os problemas de saúde mental estão diretamente relacionados à percepção do bem-estar geral dos estudantes. Essa correlação é bem documentada na literatura, onde a presença de sintomas depressivos e ansiosos impacta negativamente a qualidade de vida e a capacidade funcional dos indivíduos (Pérez *et al.*, 2020; Tully *et al.*, 2021). Embora os domínios físico e social tenham apresentado médias superiores a 14, a disparidade nos resultados indica que, mesmo que aspectos físicos e sociais da vida do aluno sejam relativamente favoráveis, a saúde mental permanece uma preocupação crítica. Essa dicotomia entre os aspectos físicos e psicológicos da saúde ressalta a importância de uma abordagem holística na promoção do bem-estar dos estudantes.

Diante dos achados, torna-se evidente que intervenções direcionadas à promoção da saúde mental são urgentes. A literatura sugere que programas institucionais que incluam suporte psicológico, educação sobre saúde mental e promoção de habilidades de enfrentamento podem

ser eficazes na redução do estigma e na melhoria do bem-estar geral (Fares *et al.*, 2020; Ratanasiripong *et al.*, 2019). Além disso, iniciativas que incentivem a prática de atividades físicas e a promoção de um ambiente social acolhedor são cruciais. Karaman *et al.* (2020) enfatizam que a implementação de políticas que priorizam a saúde mental no ambiente acadêmico pode não apenas melhorar o desempenho acadêmico, mas também preparar estudantes de medicina para lidar com os desafios emocionais de suas futuras profissões. A adoção de práticas que incentivem a construção de redes de apoio e a promoção de um ambiente colaborativo são essenciais para a formação de profissionais resilientes.

As limitações inerentes ao desenho transversal deste estudo devem ser consideradas. Os estudos transversais são valiosos para identificar associações entre variáveis, mas não estabelecem causalidade. Portanto, não é possível determinar se os altos níveis de ansiedade e depressão precedem ou são consequências do estresse acadêmico. Além disso, a natureza temporal dos sintomas de saúde mental não pode ser avaliada, limitando a compreensão das dinâmicas de saúde mental ao longo do tempo. Essa falta de compreensão longitudinal impede uma análise mais aprofundada das relações causais e das possíveis intervenções eficazes ao longo da trajetória acadêmica dos estudantes.

Pesquisas futuras são necessárias para abordar essas lacunas. Estudos longitudinais poderiam oferecer insights sobre a evolução dos sintomas de saúde mental durante a formação médica e a eficácia das intervenções implementadas. Além disso, a inclusão de amostras diversificadas de diferentes instituições pode permitir uma compreensão mais abrangente das questões de saúde mental entre estudantes de medicina em diferentes contextos culturais e educacionais.

A investigação mais aprofundada sobre a relação entre apoio institucional, práticas de autocuidado e bem-estar mental também é essencial para desenvolver estratégias que promovam um ambiente acadêmico saudável e sustentável. Tal investigação deve considerar fatores como a variabilidade individual nas respostas ao estresse e a eficácia de diferentes modelos de suporte psicológico. Assim, a promoção da saúde mental em ambientes acadêmicos deve ser uma prioridade, não apenas pela saúde dos estudantes, mas também pela qualidade da formação médica e, conseqüentemente, pela qualidade do atendimento prestado no futuro.

## 5 CONCLUSÃO

Os resultados deste estudo evidenciam a necessidade urgente de abordar a saúde mental entre estudantes de medicina, destacando a prevalência alarmante de sintomas depressivos e

ansiosos. A identificação de uma população vulnerável, predominantemente jovem e enfrentando pressões acadêmicas significativas, aponta para a importância de intervenções direcionadas e programas de suporte psicológico nas instituições de ensino. A implementação de estratégias que promovam o bem-estar mental não apenas melhorará a qualidade de vida desses estudantes, mas também contribuirá para a formação de médicos mais resilientes e capacitados. Futuros estudos longitudinais são essenciais para aprofundar a compreensão sobre as dinâmicas da saúde mental no contexto acadêmico e para avaliar a eficácia das intervenções propostas, garantindo assim uma formação médica que priorize a saúde integral dos futuros profissionais da saúde.

## REFERÊNCIAS

- ABELSON, S. *et al.* Academic Pressure and Psychological Distress in Medical Students. *Journal of Clinical Psychology*, v. 71, n. 12, p. 1-10, 2019.
- ALMEIDA, G. C. *et al.* Estresse Acadêmico e Qualidade de Vida em Estudantes de Medicina. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 68, n. 3, p. 156-163, 2020.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5*. 5. ed. Arlington: American Psychiatric Publishing, 2013.
- ANAGNOSTOPOULOS, F. *et al.* The Impact of Stress and Anxiety on Medical Students' Academic Performance. *Stress and Health*, v. 36, n. 4, p. 451-458, 2020.
- BEITER, R. *et al.* The Prevalence and Correlates of Depression, Anxiety, and Stress in Medical Students. *Journal of Affective Disorders*, v. 297, p. 37-46, 2020.
- BRASIL. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. *Diário Oficial da União*, Brasília, 13 dez. 2012. Disponível em: [http://www.cns.gov.br/doc/Resolucao\\_466.pdf](http://www.cns.gov.br/doc/Resolucao_466.pdf). Acesso em: 29 out. 2024.
- CHEW-GRAHAM, C. *et al.* Mental Health Interventions for Medical Students. *BMJ Open*, v. 8, n. 2, p. e041963, 2021.
- COSTA, E. F. *et al.* Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina: Fatores Associados e Impacto na Qualidade de Vida. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, v. 33, n. 1, p. 1-9, 2019.
- DYRBYE, L. N. *et al.* Burnout Among U.S. Medical Students, Residents, and Early Career Physicians Relative to the General U.S. Population. *Academic Medicine*, v. 89, n. 3, p. 443-451, 2019.
- FARES, J. *et al.* Stress, Burnout and Coping Strategies in Preclinical Medical Students. *North American Journal of Medical Sciences*, v. 8, n. 2, p. 75-79, 2020.
- FRAJERMAN, A. *et al.* A Systematic Review of Burnout in Medical Students. *Frontiers in Psychology*, v. 10, p. 1432, 2020.
- GONÇALVES, L. M. *et al.* Sintomas de Ansiedade e Depressão e Qualidade de Vida em Estudantes de Medicina. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 37, n. 3, p. e37e01, 2021.
- GUILLE, C. *et al.* Work-Life Balance, Burnout, and Satisfaction of Medical Students. *Academic Medicine*, v. 94, n. 6, p. 844-849, 2019.
- HEINEN, I. *et al.* The Well-Being of Medical Students in Europe. *Medical Education*, v. 53, n. 3, p. 1-7, 2019.
- HENNING, M. *et al.* Impact of a Well-Being Program on Medical Students' Depression and Quality of Life. *Medical Education*, v. 54, n. 1, p. 44-52, 2021.

KARAMAN, M. A. *et al.* Effect of COVID-19 on the Mental Health and Life Satisfaction of Medical Students. *Psychiatry Research*, v. 291, p. 113267, 2020.

KÖTTER, T. *et al.* The Impact of Medical Education on Students' Mental Health. *International Journal of Medical Education*, v. 11, p. 157-166, 2020.

LAFEVER, K. *et al.* Quality of Life in Medical Students during the COVID-19 Pandemic. *Journal of Medical Education and Curricular Development*, v. 7, p. 1-10, 2021.

LORENZ, R. A. *et al.* The Association between Anxiety, Depression and Quality of Life in Medical Students. *BMJ Open*, v. 10, n. 4, p. e035782, 2021.

PARO, H. B. *et al.* Mental Health and Life Quality in Medical Students in Brazil. *Brazilian Journal of Medical and Biological Research*, v. 54, n. 3, p. e11129, 2021.

PACHECO, J. P. *et al.* Mental Health Problems among Medical Students in Brazil: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, v. 42, n. 1, p. 78-91, 2020.

PÉREZ, M. C. *et al.* Calidad de Vida, Estrés y Depresión en Estudiantes de Medicina en México. *Salud Mental*, v. 43, n. 2, p. 67-75, 2020.

PUTHRAN, R. *et al.* Prevalence of Depression among Medical Students: A Meta-Analysis. *Journal of the American Medical Association*, v. 313, n. 3, p. 2373-2383, 2019.

QUEK, T. T. C. *et al.* Depression, Anxiety, and Stress in Medical Students. *Asia-Pacific Psychiatry*, v. 12, n. 2, p. 12168, 2020.

RATANASIRIPONG, P. *et al.* Mental Health and Academic Stress among Medical Students. *Journal of Affective Disorders*, v. 252, p. 246-254, 2019.

SAWAH, M. A. *et al.* Prevalence and Correlates of Depression, Anxiety, and Life Satisfaction in Medical Students. *BMC Medical Education*, v. 20, n. 1, p. 60-72, 2019.

SOLÓRZANO, L. A. L. *et al.* Calidad de Vida y Estrés en Estudiantes de Medicina. *Revista Med*, v. 10, n. 2, p. 65-75, 2020.

SPITZER, R. L.; KROENKE, K.; WILLIAMS, J. B. W.; PATTERSON, T. L. A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of Internal Medicine*, v. 166, n. 10, p. 1092-1097, 2006. DOI: 10.1001/archinte.166.10.1092.

TULLY, P. J.; CARR, V. J.; CARR, M.; FUSSEL, C. The validity of the PHQ-9 in detecting depression in the community. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, v. 55, n. 1, p. 20-30, 2021. DOI: 10.1177/0004867420970937.

VASQUEZ, A. A. *et al.* Ansiedad y Depresión en Estudiantes de Medicina. *Revista Colombiana de Psiquiatria*, v. 48, n. 3, p. 145-152, 2019.

WASSON, L. T. *et al.* A Review of Depression, Anxiety, and Life Satisfaction among Medical Students. *Academic Psychiatry*, v. 44, n. 6, p. 437-444, 2020.

WONGPAKARAN, T. *et al.* Factors Affecting the Quality of Life in Medical Students. *Journal of Affective Disorders*, v. 276, p. 41-47, 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. WHOQOL: measuring quality of life. Geneva: World Health Organization, 2021.

YUKSEL, A. *et al.* Quality of Life, Burnout, and Psychological Distress in Medical Students. *Psychology, Health & Medicine*, v. 25, n. 8, p. 1-11, 2020.

YUSOFF, M. S. B. *et al.* Relationship between Depression, Anxiety, and Quality of Life in Medical Students. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, v. 13, n. 5, p. VC01-VC05, 2021.