

Prevalência de depressão em estudantes de medicina: uma revisão de escopo

Depression prevalence in medical students: a scoping review

Alice Lucindo de Souza¹, Fernanda Venturini de Castro¹, Karine Ferron¹,
Ana Letícia Zanon Chagas Rodrigues¹, Ana Carolina Cau¹,
Marcos Sampaio Meireles¹, Marcela Souza Lima Paulo¹

Souza AL, Castro FV, Ferron K, Rodrigues ALZC, Cau AC, Meireles MS, Paulo MSL. Prevalência de depressão em estudantes de medicina: uma revisão de escopo / *Depression prevalence in medical students: a scoping review*. Rev Med (São Paulo). 2021 nov.-dez.;100(6):578-85.

RESUMO: *Introdução:* Depressão é um transtorno mental comum que acomete 322 milhões de pessoas no mundo. Estima-se que 15% a 25% dos estudantes universitários apresentam algum transtorno psiquiátrico, sendo a depressão e ansiedade os mais recorrentes. Dentre os afetados, pode-se citar os estudantes de medicina como um grupo que frequentemente apresenta os sintomas depressivos. *Objetivo:* Conhecer as evidências científicas acerca da prevalência de depressão em estudantes de medicina. *Método:* *Scoping Review* que utilizou a pergunta norteadora “Qual a prevalência de depressão em estudantes de medicina?” para pesquisar artigos originais, casos clínicos, meta-análises e *guidelines* publicados de 2010 a 2020. As buscas foram realizadas no Pubmed e na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) através da combinação dos descritores “*depression disorder*” AND “*students, medical*” AND “*schools, medical*” AND “*prevalence*”. *Resultados:* Os 12 artigos encontrados mostraram, em sua maioria, uma prevalência de depressão em estudantes de medicina de, aproximadamente, 30%. Valores maiores de prevalência foram encontrados nos estudantes do sexo feminino, graduandos do primeiro ano, estudantes que apresentavam dúvidas em relação as atividades acadêmicas que irão interferir na escolha da especialização e no seu futuro profissional, alunos que abdicaram do seu tempo de lazer, acadêmicos que faziam uso de drogas lícitas e ilícitas, estudantes que moravam sozinhos, que não praticavam atividade física e estudantes que apresentavam um diagnóstico psiquiátrico prévio. *Conclusão:* A faculdade de medicina é um ambiente que apresenta uma elevada prevalência de estudantes com depressão, o que sugere que o curso médico exige uma demanda psíquica, econômica, disciplinar e social grande dos discentes.

Palavras-chave: Prevalência; Depressão; Estudantes de medicina.

ABSTRACT: *Introduction:* Depression is a common mental disorder that affects 322 million people worldwide. It is estimated that 15% to 25% of university students have some psychiatric disorder, depression and anxiety being the most recurrent. Among those affected, medical students can be mentioned as a group that frequently presents depressive symptoms. *Objective:* Knowing the scientific evidence about the prevalence of depression in medical students. *Methods:* Scoping Review with guiding question “What is the prevalence of depression in medical students?” to search for original articles, clinical cases, meta-analyses and guidelines published from 2010 to 2020. Searches were carried out in PubMed and in the Virtual Health Library (VHL), through searching terms such as “*depression disorder*” AND “*students, medical*” AND “*schools, medical*” AND “*prevalence*”. *Results:* The 12 articles found showed, for the most part, a prevalence of depression in medical students of approximately 30%. Higher prevalence values were found in female students, first year graduates, students who had doubts about the academic activities that will interfere with the choice of specialization and their professional future, those who gave up their leisure time, those who used legal and illegal drugs, students who lived alone, who did not practice physical activity and students who had a previous psychiatric diagnosis. *Conclusion:* The medical school is an environment that has a high prevalence of students with depression, which suggests that the medical course demands a great psychological, economic, disciplinary and social demand from the students.

Keywords: Prevalence; Depression; Medical students.

Resumo apresentado e publicado no 1º Congresso Capixaba de Neurologia, on-line, 4-5.12.2020.

1. Escola Superior de Ciências da Santa Casa de Misericórdia de Vitória (EMESCAM). ORCID: Souza AL - <https://orcid.org/0000-0001-5313-4203>; Castro FV - <https://orcid.org/0000-0001-6757-3629>; Ferron K - <https://orcid.org/0000-0002-0067-8992>; Rodrigues ALZC - <https://orcid.org/0000-0002-3978-6472>; Cau AC - <https://orcid.org/0000-0002-2625-8830>; Meireles MS - <https://orcid.org/0000-0001-9869-1898>; Paulo MSL - <https://orcid.org/0000-0001-5713-709X>. E-mail: alucelucindo3@gmail.com, fernandaventurini31297@gmail.com, ferronkarine@hotmail.com, analeticiazanon@outlook.com, carol@unitelases.com.br, marcos.meireles@emescam.br, marcela.paulo@emescam.br.

Endereço para correspondência: Alice Lucindo de Souza. Av. Nossa Sra. da Penha, 2190 - Bela Vista, Vitória, ES. CEP: 29027-502. E-mail: alucelucindo3@gmail.com

INTRODUÇÃO

A depressão é um transtorno mental comum que acomete 322 milhões de pessoas no mundo¹. É caracterizada por tristeza persistente e perda de interesse em atividades anteriormente prazerosas acompanhadas por perda de energia, mudanças no apetite, aumento ou redução no sono, ansiedade, perda de concentração e, até mesmo, pensamentos suicidas².

O estudante do ensino superior está constantemente exposto a situações de estresse que podem resultar em quadros depressivos. Estima-se que 15% a 25% dos estudantes universitários apresentam algum transtorno psiquiátrico³, sendo a depressão e ansiedade os mais recorrentes⁴. Dentre os afetados, pode-se citar os estudantes de medicina como um grupo que frequentemente apresenta os sintomas depressivos^{5,6,7}.

A educação na faculdade de medicina é exigente visando formar médicos conhecedores, hábeis e mentalmente saudáveis a fim de atender às necessidades de saúde física e psicológica dos seus pacientes com empatia e profissionalismo. No entanto, estudantes na fase inicial da escola médica já revelam um declínio na saúde mental e tendência à permanência desse estado ao longo da formação acadêmica. As razões para a angústia são múltiplas e incluem grande pressão acadêmica, carga horária excessiva, dificuldades financeiras e privação de sono e lazer⁸.

Nos últimos anos, revisões da literatura^{8,9,10,11} foram publicadas com o objetivo de avaliar a prevalência de depressão em estudantes de medicina. Entretanto, a sua maioria delimitou a pesquisa em apenas um único país, o que pode ocasionar em uma não compreensão do valor global da prevalência de depressão. Diante disso, este estudo se propôs a analisar artigos publicados na América do Norte e do Sul, Ásia, Europa e África com o objetivo de conhecer as evidências científicas acerca da prevalência de depressão em estudantes de medicina.

MÉTODOS

Esta revisão foi elaborada de acordo com a metodologia de uma *scoping review* recomendada pelo Instituto Joanna Briggs (JB)¹². O estudo de escopo tem como objetivos mapear os principais conceitos que apoiam determinada área de conhecimento, examinar a extensão, alcance e natureza da investigação, sumarizar e divulgar os dados da investigação e identificar as lacunas de pesquisas existentes¹².

As revisões de escopo diferem das revisões sistemáticas porque não visam avaliar a qualidade das evidências disponíveis, mas objetivam mapear rapidamente

os principais conceitos que sustentam uma área de pesquisa¹³. Por outro lado, elas diferem de uma revisão tradicional da literatura na medida em que envolvem um procedimento mais sistemático¹⁴.

Para construção da pergunta norteadora da pesquisa, utilizou-se a estratégia *Population, Concept e Context* (PCC)¹². Foram definidos: P - estudantes de medicina, C - prevalência de depressão em estudantes de medicina e C - faculdade de medicina, e a pergunta estabelecida foi: “Qual a prevalência de depressão em estudantes de medicina?”.

Nesse sentido, o levantamento de dados foi realizado no Pubmed e na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) no período de maio a julho de 2020 através da combinação dos descritores *depression disorder AND students, medical AND schools, medical AND prevalence*, definidos pelo *Medical Subject Headings*. Os critérios para inclusão neste estudo foram artigos originais que envolviam estudantes de medicina com sintomas depressivos, casos clínicos, meta-análises e *guidelines* publicados entre 2010 e 2020. Excluíram-se revisões da literatura, estudos cujos textos completos não estavam disponíveis nas bases de dados e artigos com estudantes de outros cursos. Os artigos obtidos foram tabulados em planilha de *Excel* versão 2010 e analisados para compor a base de dados desta pesquisa. Por meio da leitura do título e do resumo, foram excluídos os estudos que fugiram ao tema. Os artigos restantes foram lidos integralmente e selecionados pela relevância e contribuição ao tema.

RESULTADOS

Foram encontrados 185 artigos, sendo 131 do PUBMED e 54 da BVS (49 do MEDLINE, quatro da LILACS e um da Index Psicologia). Na sequência, foi realizada a identificação e a exclusão de três duplicatas, restando 182 artigos. Destes, após a leitura do título e do resumo, 166 foram excluídos por não apresentarem elementos que atendessem o objetivo desta revisão. A partir da leitura do texto integral, quatro artigos foram excluídos por não apresentarem o texto completo disponível para leitura, totalizando em uma amostra de 12 artigos.

O processo de busca e seleção dos estudos desta revisão está apresentado no fluxograma (Figura 1), conforme recomendações do JBI, segundo *checklist* adaptado do *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA)¹².

Das 12 publicações incluídas nesta revisão, para a análise do texto na íntegra, duas (15,4%) foram publicadas no Brasil e uma (7,7%) em cada um dos seguintes países: Coreia do Sul, Estados Unidos, China, Etiópia, Portugal, Nepal, Camarões, Líbano, Bósnia e Herzegovina e Itália (Quadro 1).

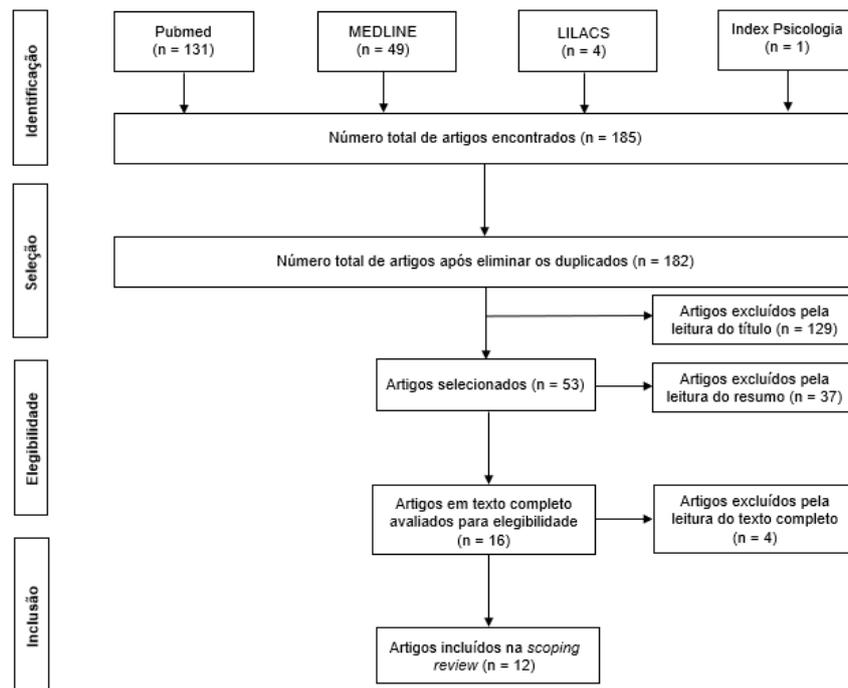


Figura 1: Diagrama do fluxo da seleção de artigos adaptado PRISMA.

Quadro 1: Estudos incluídos na *scoping review* classificados de acordo com o título, referência, ano de publicação e país do estudo.

Estudo	Título	Autoria	Ano	País
1	The prevalence and impact of depression among medical students: a nationwide cross-sectional study in South Korea.	Roh MS, et al. ¹⁵	2010	Coreia do Sul
2	Assessing student mental health at the Vanderbilt University School of Medicine.	Ghodasara SL, et al. ¹⁶	2011	Estados Unidos
3	Prevalência e fatores associados à depressão em estudantes de medicina.	Paula JA, et al. ¹⁷	2014	Brasil
4	Depression and suicidal ideation in medical students in China: a call for wellness curricula.	Sobowale K, et al. ¹⁸	2014	China
5	Prevalence of mental distress and associated factors among Hawassa University medical students, Southern Ethiopia: a cross-sectional study.	Melese B, et al. ¹⁹	2016	Etiópia
6	Assessment of depression and suicidal behaviour among medical students in Portugal.	Coentre R, et al. ²⁰	2016	Portugal
7	Prevalence of poor mental health among medical students in Nepal: a cross-sectional study.	Adhikari A, et al. ²¹	2017	Nepal
8	Prevalence and factors associated with depression among medical students in Cameroon: a cross-sectional study.	Ngasa SN, et al. ²²	2017	Camarões
9	Examining Burnout, Depression, And Attitudes Regarding Drug Use Among Lebanese Medical Students During The 4 Years Of Medical School.	Talih F, et al. ²³	2018	Líbano
10	Depressive symptoms among sarajevo university students: prevalence and socio-demographic correlations.	Džubur A, et al. ²⁴	2018	Bósnia e Herzegovina
11	Stressors, psychological distress, and mental health problems amongst Brazilian medical students.	Castaldelli-Maia JM, et al. ²⁵	2019	Brasil
12	Prevalence of depressive symptoms among Italian medical students: The multicentre cross-sectional “PRIMES” study.	Bert F, et al. ²⁶	2020	Itália

Os estudos selecionados para compor a base de dados desta pesquisa utilizaram o Inventário de Depressão de Beck (IDB)²⁷, Questionário de Saúde do Paciente (PHQ)²⁸, *Mini International Neuropsychiatric Interview* (MINI-PR)²⁹, *Self Report Questionnaire* (SRQ-20)³⁰ ou o Questionário de Saúde Geral (QSG-12)³¹ para verificar a prevalência de depressão.

Cinco estudos utilizaram o IDB para análise da prevalência de depressão em estudantes de medicina. O

IDB e os seus principais resultados são apresentados no Quadro 2.

Quatro estudos utilizaram o PHQ para análise da prevalência de depressão em estudantes de medicina e os seus principais resultados são apresentados no Quadro 3.

Os três estudos restantes utilizaram diferentes instrumentos para análise da prevalência de depressão em estudantes de medicina conforme o Quadro 4.

Quadro 2: Estudos que utilizaram o IDB como ferramenta para a análise da prevalência de depressão e seus principais resultados.

Estudo	Principais Resultados
2	A prevalência de depressão foi de 25%, sendo 11,6% depressão leve, 9% moderada e 3% grave. 32% dos participantes estavam no primeiro ano da graduação, 31% no segundo e 37% no terceiro. As mulheres eram maioria (51%) na amostra e foram mais suscetíveis a ficarem deprimidas. 23% dos alunos não realizavam nenhuma atividade física e os que se exercitavam de uma a três vezes por semana tinham menos probabilidade de ficarem gravemente deprimidos.
3	A prevalência de depressão foi de 28,8%, sendo 20,7% depressão leve, 16,6% moderada e 10,9% grave. A amostra do estudo era composta principalmente pelo sexo feminino (58,9%) e por alunos do primeiro ao quarto período da graduação de medicina (44,3%). Nos estudantes dos dois primeiros anos da graduação a prevalência de depressão foi de 31,1%, nos dois anos intermediários de 27,8% e nos dois últimos de 25%. Os alunos que tinham incerteza quanto ao seu futuro profissional tinham 2,97 vezes mais chance para depressão em relação aos que não tinham incerteza em relação ao futuro.
6	A prevalência de depressão foi de 7,9%, sendo 6,1% depressão leve, 3,1% moderada e 0,7% grave. As mulheres eram maioria (66,7%) na amostra e foram mais suscetíveis à depressão. 47,2% apresentavam situação econômica média-baixa e 37% possuíam algum histórico familiar psiquiátrico, sendo a depressão maior nesses grupos.
10	A prevalência de depressão foi de 30,1%, sendo 22,6% depressão leve, 15,8% depressão moderada e 3,6% grave.
12	A prevalência de depressão foi de 29,5%, sendo 14% depressão leve, 11,1% moderada e 4,5% grave. As mulheres eram maioria (61,3%) na amostra e foram mais suscetíveis à depressão. A presença de depressão foi maior nos estudantes do quarto ao sexto ano da graduação. 57,2% se exercitavam pelo menos 90 minutos por semana e a depressão foi maior naqueles que faziam um menor tempo de exercício semanal. 60,4% estudavam longe do convívio familiar, 7,2% apresentavam uma doença crônica e 20,6% julgavam a escolha da faculdade de medicina negativamente/sem opinião, sendo a prevalência de depressão maior nesses grupos.

Quadro 3: Estudos que utilizaram o PHQ como ferramenta para a análise da prevalência de depressão e seus principais resultados.

Estudo	Principais Resultados
4	Prevalência de depressão foi de 33,3%, sendo 35,1% depressão nenhuma e mínima, 51,4% leve e 13% moderada-grave. Não existiram diferenças significativas entre os níveis de graduação no escore de depressão.
7	A prevalência de depressão foi de 29,2%, sendo a depressão leve de 35,9%, moderada 17,5%, moderada-grave 5,2% e grave 6,1%. A amostra foi composta principalmente pelo sexo masculino (51%), no entanto, a prevalência de depressão foi significativamente maior em mulheres. 63,8% são alunos do primeiro e do segundo ano e a prevalência de depressão foi maior no início da graduação.
8	A prevalência de depressão foi de 30,6%, sendo depressão leve 53,1%, moderada 40,4%, moderada-grave 5,2% e grave 1,3%. A maioria dos participantes do estudo consistia em homens (53,7%), no entanto, a prevalência de depressão foi significativamente maior em mulheres. 6,8% dos participantes apresentavam alguma doença crônica e 14,2% se arrependiam de estudar medicina, sendo a prevalência maior nesses grupos.
9	A prevalência de depressão foi de 23,8%. Dos participantes, 22,6% eram do primeiro ano, 17,4% do segundo, 31,4% do terceiro e 28,4% do quarto e a prevalência foi, respectivamente, 28,2%, 26,7%, 22,2% e 20,4%. A amostra foi composta principalmente pelo sexo masculino (51%), no entanto, a prevalência de depressão foi significativamente maior em mulheres (34,5%).

Quadro 4: Estudos que utilizaram os MINI-PR, SRQ-20 ou QSG-12 como ferramenta para a análise da prevalência de depressão e seus principais resultados.

Estudo	Ferramenta	Principais Resultados
1	MINI-PR	A prevalência de depressão foi de 2,9%. O sexo feminino (3,6%) foi mais acometido do que o sexo masculino (2,6%). Classe baixa, morar sozinho e dificuldade financeira foram relatados como grupos mais frequentemente acometidos por depressão.
5	SRQ-20	A prevalência de depressão foi de 30%. A amostra era composta principalmente por homens (74,2%) e por alunos dos dois primeiros anos da graduação (37,9%).
11	QSG-12	A prevalência de depressão foi de 8,5%. A amostra era composta principalmente pelo sexo feminino (76,7%) e por alunos do terceiro ano da graduação.

DISCUSSÃO

Entre os estudos selecionados nesta revisão, foi possível verificar que a maioria apresentou uma prevalência de depressão em estudantes de medicina de aproximadamente 30%. No Brasil, a prevalência nos dois estudos analisados foi de 28,8% e 10,9%. Em Portugal, Coreia do Sul, Líbano, Estados Unidos, Nepal, Itália, Etiópia, Bósnia e Herzegovina, Camarões e China foram relatadas taxas de prevalência de depressão, respectivamente de 6,1%, 6,5%, 23,8%, 25%, 29,2%, 29,5%, 30%, 30,1%, 30,6% e 33,3%.

Este estudo identificou que a depressão leve apresentou uma maior prevalência quando comparada às classificações grave e moderada. Observou-se, também, que estudantes do sexo feminino apresentaram uma prevalência maior de depressão do que estudantes do sexo masculino. No estudo realizado em Portugal, 7,9% das mulheres foram diagnosticadas com depressão contra 2,6% dos homens²⁰. Essa variação no estado depressivo pode ser um reflexo dos maiores desafios que as mulheres enfrentam em decorrência da desigualdade de gênero e suas consequências, como abuso moral, comentários sexistas e maiores obstáculos de carreira quando comparadas aos homens^{31,32,33,34}.

Outro dado citado frequentemente nos artigos selecionados para esta revisão foi que a taxa de depressão é alta durante o primeiro ano, seguida por um declínio gradual nos últimos anos da faculdade de medicina^{35,36,17}. Na Universidade Federal do Cariri e na Faculdade de Medicina Estácio de Juazeiro do Norte, a prevalência de depressão encontrada nos dois primeiros anos da faculdade foi de 31,1%; nos dois anos intermediários, 27,8%; e nos dois últimos anos, 25%¹⁷. Esse fato pode estar relacionado à mudança de rotina dos estudantes recém ingressos no curso médico, que passam a receber uma grande quantidade de informações, aumento da carga horária de estudo e mudança drástica no método de ensino.

O estudo acima realizou uma correlação dos aspectos depressivos com o grau de dúvida do graduando em relação as atividades acadêmicas que irão interferir na escolha da especialização e no seu futuro profissional¹⁷. Os alunos que vivenciam tais dúvidas apresentaram 2,97 vezes mais chance de ter depressão, quando comparados aos que não apresentavam incertezas¹⁷. Esse fato pode estar fundamentado na justificativa de que a insegurança pode gerar quadros de ansiedade e de medo. Durante a graduação, ao estudante é demandado fazer escolhas que dirão sobre o seu futuro e, quanto maior o grau de incerteza, maior a possibilidade de desenvolver um quadro depressivo.

O uso de drogas foi associado como consequência da sintomatologia depressiva. O consumo foi maior nos estudantes de medicina que apresentavam depressão. Relata-se que 68% dos estudantes faziam uso de álcool eventualmente, 16,6% de droga ilícita e 11,1% de drogas

psicoativas³⁷. Acredita-se que fatores como alívio dos sintomas depressivos durante o uso da droga, frustrações com o rendimento acadêmico e busca por aumento da concentração podem influenciar no uso exagerado das drogas em pauta³⁸.

Ausência de lazer foi referida por apresentar associação com o transtorno depressivo. Os estudantes que abdicam das suas atividades de lazer privilegiando amplamente os afazeres relativos aos estudos, foram associados a uma maior prevalência de depressão^{39,40}. Essa associação pode estar relacionada ao fato de que a ausência de uma atividade prazerosa contribui para uma constante vivência do estresse da vida acadêmica, o que faz desenvolver eventos depressivos⁴¹. Dessa forma, enfatiza-se a necessidade de esclarecer os estudantes quanto aos benefícios do bom aproveitamento dos períodos de lazer como um mecanismo de escape das pressões vividas no ambiente acadêmico.

Aumento da prevalência de depressão foi encontrada em acadêmicos que saíram da sua cidade natal para estudar e moram sozinhos^{42,43}. Esse aumento pode estar relacionado a novas responsabilidades assumidas pelo estudante que anteriormente eram divididas com os membros da sua família. Nesse novo contexto, ele tem que ser capaz de assumir atividades domésticas, gerenciar o pagamento de contas da casa e, além disso, há uma diminuição do apoio emocional dos familiares que é fundamental nos momentos de dificuldade ao longo da graduação^{44,45}.

Em relação a atividade física, observou-se que sua ausência pode interferir no desenvolvimento e piora de quadros depressivos²⁰. Sabe-se que o exercício provoca o aumento da liberação de substâncias responsáveis pelo bem-estar e apresenta outros mecanismos que corroboram para prevenção e redução dos sintomas depressivos⁴⁶. Por isso, a ausência de exercício físico regular pode favorecer o desenvolvimento de depressão em determinados casos.

Acadêmicos que ingressam na faculdade de medicina com diagnóstico de transtorno de ansiedade também foram pontuados como um grupo com maior prevalência de depressão na graduação²⁰. Evidências sugerem que tais transtornos compartilham alterações neuroquímicas e genéticas, o que pode favorecer a sua coexistência⁴⁷. Além disso, esses transtornos não só apresentam fatores de riscos em comum, como também um serve de fator de risco para a emergência e gravidade do outro⁴⁸. Os fatores de riscos não genéticos comuns associados ao desenvolvimento de ansiedade e depressão incluem adversidades anteriores, trauma ou negligência, estilo parenteral e exposição ao estresse⁴⁸.

Em suma, salienta-se que em todos os artigos estudados, a prevalência de depressão em estudantes de medicina se sobressaiu aos valores de depressão da população geral. Um exemplo dessa afirmativa é fornecido em um estudo realizado no Brasil, no qual a prevalência encontrada de sintomas depressivos nos estudantes de

medicina foi de 28,8%, enquanto na população geral foi de 7%¹⁷.

Um fator agravante neste contexto é frequência do subdiagnóstico existente nesse ambiente⁴⁹. As doenças psíquicas ainda são vistas com preconceito na comunidade acadêmica e acredita-se que muitos estudantes temem que o diagnóstico de depressão e, conseqüentemente, seu tratamento, coloque em risco a sua carreira médica. Além disso, sintomas de depressão em estudantes de medicina podem ser difíceis de distinguir dos efeitos do estresse inerente à vida do estudante. Os alunos, muitas vezes, encaram seus sentimentos de desânimo como uma resposta emocional própria, e mesmo esperada, ao ambiente acadêmico.

Baseado nisso, indaga-se quais seriam os motivos que levariam o curso de medicina ser um fator de risco à depressão. Pode-se citar, como contribuintes, elevada carga horária, grande volume de matérias, maior contato com pacientes portadores de diversas doenças e prognósticos, insegurança em relação ao ingresso no mercado de trabalho, cobrança da sociedade e da instituição de ensino, além da autocobrança típica do curso de medicina¹⁷. Soma-se, também, a falta de empatia na relação professor-aluno, qualidade de ensino, sistemas de avaliação inadequados ao processo de aprendizagem dos alunos^{8,49,50} e demasiada responsabilidade pela vida humana.

A necessidade de mudança nesse cenário é evidente. *Vanderbilt University School of Medicine*, nos Estados Unidos, criou um programa de recompensas em que alunos ganhavam pontos por se exercitarem, desenvolvendo um novo *hobby*, conectando-se com amigos e evitando hábitos prejudiciais. Tal programa resultou em uma menor taxa de depressão nesse grupo²⁰. Espelhando-se nessa estratégia, sugere-se que as escolas de medicina implementem programas de bem-estar dos discentes para promover e fornecer recursos para uma vida saudável, principalmente no primeiro ano e reciclá-los durante a graduação.

Agradecimentos: Agradecemos à nossa orientadora *Marcela Paulo* que, desde o início da graduação de medicina, nos motivou na escrita do artigo e nos acompanhou durante todo o processo, nos ajudando nos mínimos detalhes com os seus conhecimentos de escrita científica e sendo um exemplo de dedicação. Ao *Marcos Meireles*, que nos ajudou na revisão do manuscrito. Ao *Vinicius Souza*, que nos ajudou na tradução do manuscrito.

Participação dos autores: *Souza AL*: participou ativamente na seleção da base de dados da pesquisa, análise e interpretação dos dados, escrita e revisão do manuscrito. *Castro FV*: participou ativamente na análise e interpretação dos dados e escrita e revisão do manuscrito. *Ferron K*: participou ativamente na análise e interpretação dos dados e escrita do manuscrito. *Rodrigues ALZC*: participou ativamente na análise e interpretação dos dados e escrita do manuscrito. *Cau AC*: participou ativamente na análise e interpretação dos dados e escrita do manuscrito. *Meireles MS*: participou ativamente da revisão do manuscrito. *Paulo MSL*: participou ativamente da escrita e revisão do manuscrito.

REFERÊNCIAS

1. Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). Aumenta o número de pessoas com depressão no mundo. Brasília: OPAS; 2017. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/depressao>.
2. Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS). Depressão:

Como sugestões de programas, incluem-se mudanças curriculares que visem à diminuição da carga horária, disponibilizando maior tempo livre aos alunos para que possam utilizar o excedente entre estudos e atividades de lazer. Somam-se a isso, distribuição do conteúdo de forma equitativa em relação aos períodos, promoção de exercícios físicos em dias fixos na semana, apoio psicológico aos alunos, programas de atenção plena e acesso a serviços gerais de saúde.

Acredita-se que existindo um equilíbrio entre o ensino médico e a saúde mental do estudante, haverá uma diminuição da prevalência de depressão e, conseqüentemente, um melhor aproveitamento do curso. Durante esta *scoping review*, verificou-se um grande número de pesquisas observacionais nessa área, o que demonstra boa compreensão e resultados da associação entre depressão e estudantes de medicina. Entende-se que mudanças no ambiente acadêmico, mesmo que mínimas, estão sendo implementadas e os graduandos, por sua vez, estão reivindicando melhorias e buscando por ajuda. Tais acontecimentos podem estar iniciando a criação de um novo cenário do ambiente da escola médica, mas, ainda assim, há a necessidade de melhorias para que a prevalência de depressão e suas complicações seja minimizada entre os estudantes de medicina.

CONCLUSÃO

Por meio desta *scoping review*, pode-se concluir que a faculdade de medicina é um ambiente que apresenta uma elevada prevalência de estudantes com depressão. Esse dado deve-se ao fato de que o curso médico exige uma demanda psíquica, econômica, disciplinar e social grande dos discentes. Entretanto, mesmo sendo uma doença letal, há várias formas de controlar e reverter esse quadro, sendo as faculdades os componentes fundamentais nesse processo.

o que você precisa saber. Brasília: OPAS; 2016-2017. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5372:depressao-o-que-voce-precisa-saber&Itemid=822.

3. Adewuya AO, Ola BA, Aloba OO, Mapayi BM, Oginni OO. Depression amongst Nigerian university students. Prevalence and sociodemographic correlates. Soc

- Psychiatry Psychiatr Epidemiol. 2006;41(8):674-8. doi: 10.1007/s00127-006-0068-9.
4. Hahn MS. Estudo da clientela de um programa de atenção em saúde mental junto ao estudante universitário de São Carlos [Dissertação]. Campinas (SP): UNICAMP; 1994. Disponível em: <http://www.repositorio.unicamp.br/handle/REPOSIP/312864>.
 5. Al-Maashani M, Al-Balushi N, Al-Alawi M, Mirza H, Al-Balushi M, Obeid Y, et al. Prevalence and correlates of depressive symptoms among medical students: a cross-sectional single-centre study. *East Asian Arch Psych.* 2020;30(1):28-31. doi: 10.12809/eaap1882.
 6. Bert F, Lo Moro G, Corradi A, Acampora A, Agodi A, Brunelli L, et al. Prevalence of depressive symptoms among Italian medical students: the multicentre cross-sectional “PRIMES” study. *PLoS ONE.* 2020;15(4):E0231845. doi: 10.1371/journal.pone.0231845.
 7. Teh CK, Ngo CW, Zulkifli RAB, Vellasamy R, Suresh K. Depression, anxiety and stress among undergraduate students: a cross sectional study. *Open J Epidemiol.* 2015;5(4):260-8. doi: 10.4236/ojepi.2015.54030.
 8. Dyrbye LN, Thomas MR, Shanafelt TD. Systematic review of depression, anxiety, and other indicators of psychological distress among U.S. and Canadian medical students. *Acad Med.* 2006 Apr;81(4):354-73. doi: 10.1097/00001888-200604000-00009.
 9. Pacheco JP, Giacomini HT, Tam WW, Ribeiro TB, Arab C, Bezerra IM, et al. Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. *Rev Bras Psiquiatr.* 2017;39(4):369-378. doi: 10.1590/1516-4446-2017-2223.
 10. Mao Y, Zhang N, Liu J, Zhu B, He R, Wang X. A systematic review of depression and anxiety in medical students in China. *BMC Med Educ.* 2019;19(1):327. doi: 10.1186/s12909-019-1744-2.
 11. Moir F, Yelder J, Sanson J, Chen Y. Depression in medical students: current insights. *Adv Med Educ Pract.* 2018;9:323-333. doi: 10.2147/AMEP.S137384.
 12. Joanna Briggs Institute (JBI). Methodology for JBI scoping reviews - Joanna Briggs; 2015. Available from: http://joannabriggs.org/assets/docs/sumari/Reviewers-Manual_Methodology-for-JBI-Scoping-Reviews_2015_v2.pdf.
 13. Arksey H, O'Malley L. Scoping studies: towards a methodological framework. *Int J Soc Res Methodol.* 2005; 8:19-32. doi: 10.1080/1364557032000119616.
 14. Ferraz L, Pereira RPG, Pereira AMRC. Tradução do Conhecimento e os desafios contemporâneos na área da saúde: uma revisão de escopo. *Saúde Debate.* 2019; 43(spe 2): 200-216. doi: 10.1590/0103-11042019S215.
 15. Roh MS, Jeon HJ, Kim H, Han SK, Hahm BJ. The prevalence and impact of depression among medical students: a nationwide cross-sectional study in South Korea. *Acad Med.* 2010;85(8):1384-90. doi: 10.1097/ACM.0b013e3181df5e43.
 16. Ghodasara SL, Davidson MA, Reich MS, Savoie CV, Rodgers SM. Assessing student mental health at the Vanderbilt University School of Medicine. *Acad Med.* 2011;86(1):116-21. doi: 10.1097/ACM.0b013e3181ffb056.
 17. Paula JA, Borges AMFS, Bezerra LRA, Parente HV, Paula RCA, Wajnsztein R, et al. Prevalência e fatores associados à depressão em estudantes de medicina. *Rev. Bras. Crescimento desenvolv. Hum.* 2014;24(3):274-81. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/download/2367/3902>.
 18. Sobowale K, Zhou N, Fan J, Liu N, Sherer R. Depression and suicidal ideation in medical students in China: a call for wellness curricula. *Int J Med Educ.* 2014;5:31-6. doi: 10.5116/ijme.52e3.a465.
 19. Melese B, Bayu B, Wondwosse F, Tilahun K, Lema S, Ayehu M, et al. Prevalence of mental distress and associated factors among Hawassa University medical students, Southern Ethiopia: a cross-sectional study. *BMC Res Notes.* 2016; 9:485. doi: 10.1186/s13104-016-2289-7.
 20. Coentre R, Faravelli C, Figueira ML. Assessment of depression and suicidal behaviour among medical students in Portugal. *Int J Med Educ.* 2016;7:354-363. doi: 10.5116/ijme.57f8.c468.
 21. Adhikari A, Dutta A, Sapkota S, Chapagain A, Aryal A, Pradhan A. Prevalence of poor mental health among medical students in Nepal: a cross-sectional study. *BMC Med Educ.* 2017;17(1):232. doi: 10.1186/s12909-017-1083-0.
 22. Ngasa SN, Sama CB, Dzekem BS, Nforchu KN, Tindong M, Aroke D, et al. Prevalence and factors associated with depression among medical students in Cameroon: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry.* 2017;17(1):216. doi: 10.1186/s12888-017-1382-3.
 23. Talih F, Daher M, Daou D, Ajaltouni J. Examining burnout, depression, and attitudes regarding drug use among lebanese medical students during the 4 years of medical school. *Acad Psychiatry.* 2018;42(2):288-96. doi: 10.1007/s40596-017-0879-x.
 24. Džubur A, Abdulahović D, Kurspahić-Mujčić A, Džubur A, Loga-Zec S, Škrijelj V. Depressive symptoms among Sarajevo University students: prevalence and socio-demographic correlations. *Acta Med Acad.* 2018;47(2):155-64. doi: 10.5644/ama2006-124.227.
 25. Castaldelli-Maia JM, Lewis T, Marques dos Santos N, Picon F, Kadhun M, Farrell SM, et al. Stressors, psychological distress, and mental health problems amongst Brazilian medical students. *Int Rev Psychiatry.* 2019;31(7-8):603-7. doi: 10.1080/09540261.2019.1669335.
 26. Kendall PC, Hollon SD, Beck AT, Hammen CL, Ingram RE. Issues and recommendations regarding use of the Beck Depression Inventory. *Cogn Ther Res.* 1987;11(3):289-99. doi: 10.1007/BF01186280.
 27. Spitzer RL, Kroenke K, Williams JB. Validation and utility of a self-report version of PRIME-MD: the PHQ primary care study. Primary care evaluation of mental disorders. Patient health questionnaire. *JAMA.* 1999;282:1737-44. doi: 10.1001/jama.282.18.1737.
 28. Sheehan DV, Lecrubier Y, Sheehan KH, et al. The Mini-International Neuropsychiatric Interview (M.I.N.I.): the development and validation of a structured diagnostic

- psychiatric interview for DSM-IV and ICD-10. *J Clin Psychiatry*. 1998;59(suppl 20):22-33. Available from: <https://www.psychiatrist.com/read-pdf/11980/>.
29. Santos KOB, Araújo TM, Pinho PS, Silva ACC. Avaliação de um instrumento de mensuração de morbidade psíquica: estudo de validação do Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20). *Rev Baiana Saude Publica Miolo*. 2010;34(3):544-60. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/0100-0233/2010/v34n3/a1881.pdf>.
 30. Goldberg DP, Williams PA. A user's guide to the General Health Questionnaire. Windsor: NFER-Nelson; 1988. Available from: [https://www.scirp.org/\(S\(oyulxb452alnt1aejlnfow45\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=189650](https://www.scirp.org/(S(oyulxb452alnt1aejlnfow45))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=189650).
 31. Pacheco JPG, Silveira JB, Ferreira RPC, Lo K, Schneider JR, Giacomini HTA, et al. Gender inequality and depression among medical students: a global meta-regression analysis. *J Psychiatr Res*. 2019;111:36-43. doi: 10.1016/j.jpsychires.2019.01.013.
 32. Santos FS, Maia CRC, Faedo FC, Gomes GPC, Nunes ME, Oliveira MVM. Estresse em estudantes de cursos preparatórios e de graduação em medicina. *Rev Bras Educ Med*. 2017;41(2):194-200. doi: 10.1590/1981-52712015v41n2rb20150047.
 33. Medeiros MRB, Camargo JF, Barbosa LAR, Caldeira AP. Saúde mental de ingressantes no curso médico: uma abordagem segundo o sexo. *Rev Bras Educ Med*. 2018;42(3):214-21. doi: 10.1590/1981-52712015v42n3rb20170008.
 34. Labaka A, Goñi-Balentiaga O, Lebeña A, Pérez-Tejada J. Biological sex differences in depression: a systematic review. *Biol Res Nurs*. 2018;20(4):383-92. doi: 10.1177/1099800418776082.
 35. Levine RE, Litwins SD, Frye AW. Avaliação do humor deprimido em duas turmas de estudantes de medicina. *Acad Psychiatry*. 2006;30:235-7. doi: 10.1176/appi.ap.30.3.235.
 36. Rosen D, Mascaro N, Ph D, Arnau R, Escamilla M, Ficht A, et al. Depression in medical students: gene-environment interactions. *Ann Behav Sci Med Educ*. 2010;16(2):8-14. doi: 10.1007/BF03355125.
 37. Vasconcelos TC, Dias BR, Andrade LR, Melo GF, Barbosa L, Souza E. Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. *Rev Bras Educ Med*. 2015;39(1):135-42. doi: 10.1590/1981-52712015v39n1e00042014.
 38. Pereira DS, Souza de RS, Buaziz V, Siqueira de MM. Uso de substâncias psicoativas entre universitários de medicina da Universidade Federal do Espírito Santo. *J Bras Psiquiatr*. 2008;57(3):188-95. doi: 10.1590/S0047-20852008000300006.
 39. Abrão CB, Coelho EP, Passos LBS. Prevalência de sintomas de depressão entre estudantes de medicina da Universidade Federal de Uberlândia. *Rev Bras Educ Med*. 2008;32(3):315-23. doi: 10.1590/S0100-55022008000300006.
 40. Bassols AM, Okabayashi LS, Silva AB, Carneiro BB, Feijó F, Guimarães C, et al. First- and last-year medical students: is there a difference in the prevalence and intensity of anxiety and depressive symptoms? *Rev Bras Psiquiatr*. 2014;36(3):233-40. doi: 10.1590/1516-4446-2013-118.
 41. Andrade JBC, Sampaio JJC, Farias LM, Melo LP, Sousa DP, Mendonça ALB, et al. Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina. *Rev Bras Educ Med*. 2014;38(2):231-42. doi: 10.1590/S0100-55022014000200010.
 42. Guedes AF, Rodrigues VR, Pereira CDO, Sousa MNA. Prevalência e correlatos da depressão com características de saúde e demográficas de universitários de medicina. *Arq Ciên Saúde*. 2019;26(1):47-50. doi: 10.17696/2318-3691.26.1.2019.1039.
 43. Cavaleiro JM, Machado RF, Kirchner LF. Transtornos psiquiátricos menores, hábitos de saúde, atividades sociais e de lazer em estudantes de medicina: um estudo correlacional. *Thema Scientia*. 2020;10(1):191-204. Disponível em: <http://www.themaetscientia.fag.edu.br/index.php/RTES/article/view/1267/1178>.
 44. Sousa PAN. Transtornos psiquiátricos menores em universitários [monografia]. Barra do Garças: Universidade Federal de Mato Grosso; 2019. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/1433/1503>.
 45. Lima MCP, Domingues MS, Cerqueira ATAR. Prevalência e fatores de risco para transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina. *Rev Saúde Pública* 2006;40(6):1035-41. doi: 10.1590/S0034-89102006000700011.
 46. Rosenthal JM, Okie S. White coat, mood indigo--depression in medical school. *N Engl J Med*. 2005;353(11):1085-8. doi: 10.1056/NEJMp058183.
 47. Hettema JM. What is the genetic relationship between anxiety and depression? *Am J Med Genet C Semin Med Genet*. 2008;148C:140-6. doi: 10.1002/ajmg.c.30171.
 48. Kalin NH. The critical relationship between anxiety and depression. *Am J Psychiatry*. 2020;177(5):365-7. doi: 10.1176/appi.ajp.2020.20030305.
 49. Trindade LMDF, Vieira MJ. Medical school: motivations and expectations of incoming students. *Rev Bras Educ Med*. 2009;33(4):542-54. doi: 10.1590/S0100-55022009000400005.
 50. Loureiro EMF, McIntyre TM, Mota-Cardoso R, Ferreira MA. Inventário de fontes de estresse acadêmico no curso de medicina (IFSAM). *Rev Bras Educ Méd*. 2009;33(2):191-7. doi: 10.1590/S0100-55022009000200005.

Recebido: 11.03.2021

Aceito: 22.10.2021