

Impactos psicológicos do isolamento social decorrente da COVID-19 em acadêmicos de medicina

Psychological impacts of social isolation due to COVID-19 on medical students

DOI:10.34119/bjhrv6n6-303

Recebimento dos originais: 03/11/2023

Aceitação para publicação: 05/12/2023

Vitória Rodrigues Marques Castro

Graduanda em Medicina

Instituição: Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos Porto, Afya

Endereço: Rua 02, Quadra 07, s/n, Jardim dos Ipês, Porto Nacional - TO, CEP: 77500-000

E-mail: vitoriacastro811@gmail.com

Nayara Kelly de Carvalho Gomes

Graduanda em Medicina

Instituição: Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos Porto, Afya

Endereço: Rua 02, Quadra 07, s/n, Jardim dos Ipês, Porto Nacional - TO, CEP: 77500-000

E-mail: nayaramedgomes@gmail.com

Astério Souza Magalhães Filho

Mestre em Ciências

Instituição: Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos Porto, Afya

Endereço: Rua 02, Quadra 07, s/n, Jardim dos Ipês, Porto Nacional - TO, CEP: 77500-000

E-mail: asterio.filho@itpacporto.edu.br

Alessandro Cássio Galvão Macedo

Graduado em Medicina pelo Centro Universitário do Espírito Santo (UNESC)

Instituição: Vitória Apart Hospital

Endereço: Rodovia BR-101 Norte, Km 2,38, s/n, Boa Vista II, Serra - ES, CEP: 29161-001

E-mail: alessandrocgm@hotmail.com

Leandra Zanutelli Lavagnoli

Graduada em Medicina

Instituição: Escola Superior de Ciências da Santa Casa de Misericórdia de Vitória (EMESCAM)

Endereço: Av. Nossa Sra. da Penha, 2190, Bela Vista, Vitória - ES, CEP: 29027-502

E-mail: lelelavagnoli@hotmail.com

Mikaely Mendes Xavier Cavalcante

Graduanda em Medicina

Instituição: Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos Porto, Afya

Endereço: Rua 02, Quadra 07, s/n, Jardim dos Ipês, Porto Nacional - TO, CEP: 77500-000

E-mail: mikaelymed21@gmail.com

Isadora Leão Beltrami

Graduanda em Medicina

Instituição: Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos Porto, Afya

Endereço: Rua 02, Quadra 07, s/n, Jardim dos Ipês, Porto Nacional - TO, CEP: 77500-000

E-mail: ilbleao@gmail.com

Vitória Silva Pegorari

Graduanda em Medicina

Instituição: Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos Porto, Afya

Endereço: Rua 02, Quadra 07, s/n, Jardim dos Ipês, Porto Nacional - TO, CEP: 77500-000

E-mail: pegorari65@outlook.com

RESUMO

Introdução: Os impactos do isolamento social na vida dos estudantes de medicina estão intimamente ligados com o desenvolvimento de problemas atrelados à saúde mental, em que aumentaram os sintomas de ansiedade, síndrome do pânico e depressão. São inegáveis os pontos negativos que a pandemia trouxe na vida desses estudantes **Objetivos:** Analisar os principais impactos psicológicos resultado das medidas de distanciamento e isolamento social da COVID-19 nos acadêmicos do curso de medicina. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa de literatura. **Principais resultados:** O sintoma mais frequente foi ansiedade. Observou impacto negativo na saúde mental, principalmente aumentando o estresse e a ansiedade. Dos 07 artigos selecionados para a pesquisa, dois (28,5%) a realização de um diagnóstico prévio de transtorno mental, principalmente os pacientes que moravam sozinhos e os solteiros. Dentre os sintomas que mais foram citados pelos autores selecionados para esta pesquisa estão o longo distanciamento físico familiar, a dificuldade para se concentrar, o desânimo, o cansaço, a alteração do apetite e do sono. **Conclusões:** Com base nos resultados obtidos no presente estudo, houve diversos aspectos negativos para estudantes de medicina após o surgimento da pandemia, tais como sintomas ansiosos e depressão, uma vez que os alunos possuem uma maior compreensão científica das doenças do que o público em geral.

Palavras-chave: saúde mental, COVID-19, estudantes de medicina.

ABSTRACT

Introduction: The impacts of social isolation on the lives of medical students are closely linked to the development of problems linked to mental health, in which the symptoms of anxiety, panic disorder and depression have increased. The negative points that the pandemic has brought to the lives of these students are undeniable **Objectives:** To analyze the main psychological impacts resulting from the COVID-19 social distancing and isolation measures on medical students. **Methods:** This is an integrative literature review. **Main results:** The most frequent symptom was anxiety. It observed a negative impact on mental health, mainly increasing stress and anxiety. Of the 07 articles selected for the research, two (28.5%) had a previous diagnosis of mental disorder, mainly patients who lived alone and those who were single. Among the symptoms that were most cited by the authors selected for this research are the long physical distancing from the family, difficulty concentrating, discouragement, tiredness, and changes in appetite and sleep. **Conclusions:** Based on the results obtained in the present study, there were several negative aspects for medical students after the emergence of the pandemic, such as anxiety symptoms and depression, since students have a greater scientific understanding of diseases than the general public.

Keywords: mental health, COVID-19, medical students.

1 INTRODUÇÃO

Após o surgimento da pandemia causada pelo COVID-19, o mundo teve que se reorganizar em detrimento da alta capacidade de contágio do vírus. Assim, o mundo entrou em isolamento social. Desse modo, o mundo virtual passou a ter ainda mais lugar no cotidiano das pessoas e o home office configurou o novo modo de viver, em que as atividades passaram a acontecer de maneira virtual. Diante desse cenário, os estudantes de medicina passaram a estudar por meio de Ensino à Distância (EAD), gerando impactos na saúde mental, devido o isolamento social (Rodrigues et al., 2020).

A respeito da saúde mental, foi frequente observar a elevada incidência de transtornos mentais no contexto universitário, impactando a qualidade de vida e o desempenho individual dos alunos (Caixeta; Almeida; Almeida, 2022). Os impactos do isolamento social na vida dos estudantes de medicina estão intimamente ligados com o desenvolvimento de problemas atrelados à saúde mental, em que aumentaram os sintomas de ansiedade, síndrome do pânico e depressão. Diante do exposto, são inegáveis os pontos negativos que a pandemia trouxe na vida desses estudantes (Rodrigues et al., 2020).

Compreende-se que o curso de medicina é composto, em sua grande parte, pelas horas de aulas práticas, onde os alunos simulam o que estudam na teoria. Dessa forma, com o surgimento da pandemia e a necessidade do isolamento social, essa carga horária prática, teve que ser suspensa, causando assim um déficit importante na formação desses alunos. Essa realidade, também contribuiu para desencadear fatores estressantes na vida desses alunos, resultando em um quadro de ansiedade, onde a incerteza do futuro estava presente (Silva et al., 2020).

O curso de medicina por si só é uma formação em que o acadêmico está constantemente exposto a fatores estressantes. Horas de estudos prolongadas, cobrança por parte dos pais, fatores financeiros, poucas horas de sono, ausência de momentos de lazer. Portanto, é uma realidade em que o indivíduo está predisposto a desenvolver vários problemas de saúde mental (Silva; Rosa, 2021).

Há diversos relatos a respeito de preocupação excessiva, falta de disciplina para gerenciar os estudos, sensação de prejuízo devido à perda de aulas práticas, desgaste e diminuição no aproveitamento das aulas. A saúde mental universitária é diretamente afetada pela modalidade de ensino à distância, pois a escola médica enfatiza o estudo presencial e prático das disciplinas, a fim de proporcionar um maior aproveitamento e entendimento do conteúdo. Sendo assim, evidencia-se que o ensino remoto contribuiu para o desenvolvimento

de ansiedade e estresse entre os estudantes, gerando, consequências psicológicas negativas (Tambellini et al., 2021; Barbosa et al., 2022).

Há indícios de que as interrupções das aulas presenciais podem ter grave impacto na capacidade de aprendizado futuro das crianças, além de efeitos emocionais e físicos, que podem se prolongar por um longo período (Silva; Rosa, 2021). Além disso, o aumento das manifestações de traços depressivos e ansiosos pode ser explicado pelo impacto direto da pandemia de COVID-19 sobre os discentes. Neste período, grande parte da população mundial tem vivenciado um estado de estresse e preocupação generalizada (Silva et al., 2020).

Deste modo, o presente trabalho se justifica pela importância em identificar características importantes sobre os impactos psicológicos do isolamento social decorrente da COVID-19 nos estudantes do curso médico.

Assim, objetiva-se o presente estudo analisar os principais impactos psicológicos resultado das medidas de distanciamento e isolamento social da COVID-19 nos acadêmicos do curso de medicina.

2 MATERIAL E MÉTODOS

O artigo propõe-se como uma revisão integrativa de literatura, em que se refere a um método que analisa e sintetiza as pesquisas de maneira sistematizada, e contribui para aprofundamento do tema investigado, e a partir dos estudos realizados separadamente e possível construir uma única conclusão, pois foram investigados problemas idênticos ou parecidos (Mendes, 2008).

Os critérios de inclusão foram artigos que abordam a repercussão da COVID-19 na saúde mental dos estudantes médicos e outras informações específicas correlacionadas ao assunto; artigos publicados no período de 2021 a 2023; artigos em inglês, português ou espanhol disponíveis eletronicamente.

Optou-se por esse recorte cronológico em razão de se buscarem análises mais atuais sobre o tema em questão. A questão norteadora do estudo foi: Quais os impactos psicológicos do isolamento social decorrente da COVID-19 nos acadêmicos de medicina? Os critérios de exclusão foram cartas, teses, dissertações, monografias, manuais, resumos de congressos sobre a temática; artigos sem acesso ao texto na íntegra e artigos duplicados foram contabilizados apenas uma vez.

As referências utilizadas foram coletadas a partir das bases eletrônicas de dados: United States National Library of Medicine (PubMed) e Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), em virtude da qualidade apresentada nos trabalhos dessas plataformas, em língua portuguesa e inglesa,

incluídas nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e o Medical Subject Headings (MeSH), foram utilizadas nas seguintes combinações: “Saúde mental”; “COVID-19”; “estudantes de medicina” e seus equivalentes em inglês.

Em primeira análise, buscou-se um estudo para o entendimento do tema, identificando nas leituras uma abordagem relativa aos impactos psicológicos do isolamento social decorrente da COVID-19 nos acadêmicos de medicina. No segundo momento foi realizada uma busca nas principais plataformas acadêmicas disponíveis, utilizando-se critério de inclusão artigos publicados no período de 2022 a 2023, que respondem à questão norteadora com textos gratuitos e disponíveis em inglês, português e espanhol.

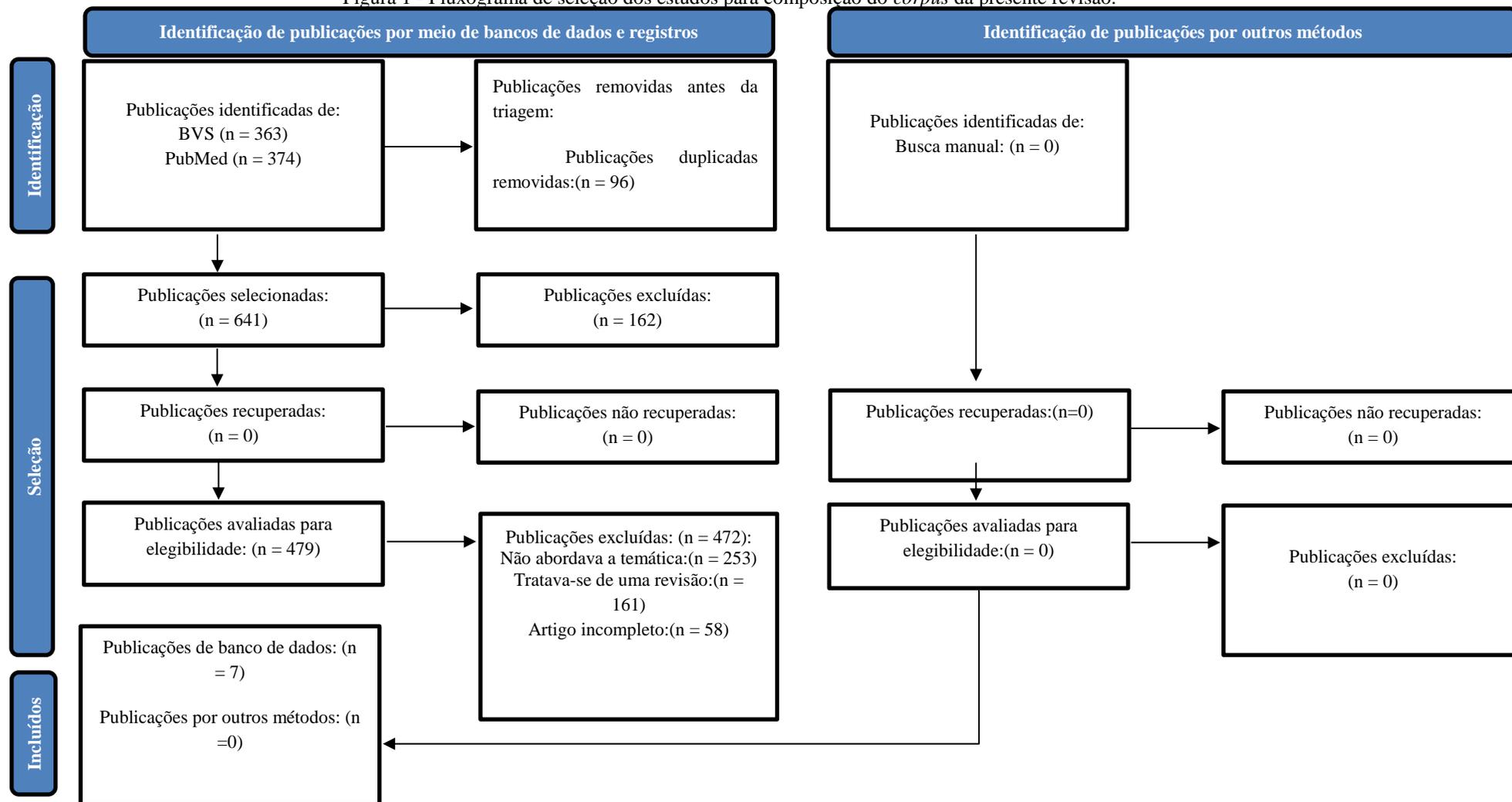
Os artigos analisados foram selecionados com base no título e no objetivo dos trabalhos. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão foram escolhidos dez artigos para compor o material para a revisão bibliográfica. Em seguida, houve a leitura e debate crítico dos artigos selecionados, priorizando sempre o alinhamento com o presente trabalho científico.

Visto que os dados coletados nos artigos se tratam de informações públicas e de livre acesso, não foi necessária a submissão a um Comitê de Ética em Pesquisa (CEP).

Como apresentado no fluxograma na Figura 1, inicialmente, foram identificadas 737 publicações potencialmente elegíveis para participarem do presente estudo. Foram excluídos 96 artigos por estarem duplicados. Posteriormente, foram excluídos 162 artigos por não serem do último ano, sendo lidos os resumos de 479 artigos, excluindo-se 253 não abordarem a temática, 161 serem revisão de literatura e 58 serem artigos incompletos.

Assim, a amostra ficou composta por sete estudos que avaliaram os impactos psicológicos do isolamento social decorrente da COVID-19 nos acadêmicos de medicina apresentados no Quadro 1, em ordem cronológica, do mais recente para o mais antigo, com dados sobre autores, periódico, ano de publicação, amostra, principais achados e desfecho.

Figura 1 - Fluxograma de seleção dos estudos para composição do *corpus* da presente revisão.



Fonte: Autoras (2023).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Conforme visualizado no quadro 01, o sintoma mais frequente foi ansiedade no estudo de Rich et al. (2023); Riboldi et al. (2023); Müller, Albuquerque & Monnerat (2021); Ferreira et al. (2021); Teixeira et al. (2021). Em consonância, Queiroz et al. (2018) observou impacto negativo na saúde mental, principalmente aumentando o estresse e a ansiedade.

Dos 07 artigos selecionados para a pesquisa e que compõem o Quadro 01, dois (28,5%) a realização de um diagnóstico prévio de transtorno mental, principalmente os pacientes que moravam sozinhos e os solteiros.

Dentre os sintomas que mais foram citados pelos autores selecionados para esta pesquisa estão o longo distanciamento físico familiar, a dificuldade para se concentrar, o desânimo, o cansaço, a alteração do apetite e do sono.

Quadro 1. Artigos selecionados para a revisão sistemática que abordam os impactos psicológicos do isolamento social decorrente da COVID-19 em acadêmicos de medicina.

Autor	Amostra	Principais achados	Desfecho
<p>Arar, Fabiano Cassaño <i>et al.</i> Qualidade de vida e saúde mental de estudantes de Medicina na pandemia da Covid-19. Revista Brasileira de Educação Médica, v. 47, p. e040, 2023.</p>	<p>565 estudantes</p>	<p>Os estudantes perceberam a própria qualidade de vida como boa ($64,3 \pm 0,43$), e a média de escore foi menor no domínio físico ($52,22 \pm 0,48$) e maior no domínio das relações sociais ($68,89 \pm 0,79$). A prevalência de transtornos mentais comuns foi alta (66,9%), e quanto pior a saúde mental, pior foi a qualidade de vida dos alunos ($r = -0,6126 - p = 0,000$). Os fatores que impactaram negativamente a qualidade de vida e a saúde mental foram: menor renda, estar no ciclo básico, sexo feminino e uso de medicação autorreferida. O apoio recebido dos amigos, parentes e colegas teve impacto positivo na qualidade de vida.</p>	<p>O isolamento social impactou negativamente a qualidade de vida, sobretudo no domínio físico, especialmente nos estudantes com menor renda familiar e que estavam cursando o ciclo básico. A prevalência de TMC foi alta nos estudantes durante a pandemia, e ser do sexo feminino, estar cursando o ciclo básico e usar medicação psiquiátrica influenciaram na pior percepção da saúde mental. Diante dos resultados obtidos, é fundamental que se realizem, no contexto acadêmico, debates e discussões sobre a qualidade de vida e saúde mental dos estudantes, como medidas de enfrentamento do sofrimento psíquico causado pela pandemia e de conhecimento de suas consequências nos âmbitos pessoal e acadêmico.</p>
<p>Rich, Antonia <i>et al.</i> UK medical students' mental health during the COVID-19 pandemic: a qualitative interview study. BMJ Open, v. 13, n. 4, p. e070528, 2023.</p>	<p>20 estudantes</p>	<p>Foram identificados três temas: (1) resposta das escolas médicas à pandemia – as escolas aumentaram a sensibilização para o apoio à saúde mental e aumentaram a flexibilidade no que diz respeito aos requisitos acadêmicos; (2) a interrupção do curso de medicina – a COVID-19 trouxe mudanças e incertezas à educação médica e a perda de oportunidades de aprendizagem reduziu a confiança dos alunos e (3) as consequências psicológicas da pandemia – a COVID-19 teve um impacto negativo na saúde mental, principalmente aumentando o estresse e a ansiedade, mas também desencadeando condições novas ou existentes.</p>	<p>Embora tenha havido muitos aspectos negativos da pandemia para estudantes de medicina com problemas de saúde mental, também houve aspectos positivos. Os estudantes sentiram que o maior foco no apoio à saúde mental durante a pandemia reduziu o estigma em relação à saúde mental.</p>
<p>Riboldi, Ilaria <i>et al.</i> Mental health and COVID-19 in university students: findings from a qualitative, comparative study in Italy and the UK. International Journal of Environmental Research and Public</p>	<p>33 entrevistas</p>	<p>A ansiedade generalizada e social resultou das restrições da COVID-19 por estar associada à solidão, ao tempo excessivo online, à gestão pouco saudável do tempo e do espaço e à má comunicação com a universidade. Os calouros, os estudantes internacionais e as pessoas nos extremos do espectro introversão/extroversão foram identificados como vulneráveis, enquanto as estratégias eficazes de enfrentamento incluíam o aproveitamento do tempo livre, a conexão com a família e o apoio à saúde mental. O impacto da COVID-19 esteve principalmente relacionado com questões acadêmicas dos estudantes.</p>	<p>O presente estudo destaca a provável carga psicológica entre estudantes universitários durante a pandemia e o papel fundamental do apoio à saúde mental em ambientes universitários. As nossas conclusões somam-se às evidências existentes que apoiam a necessidade de medidas para melhorar a comunicação dentro das instituições educativas, bem como para encorajar a ligação social, como um dos elementos da experiência universitária. A complexa relação entre eventos estressantes, como uma pandemia, e problemas de saúde mental, defende intervenções destinadas a fortalecer estratégias positivas de enfrentamento, especialmente visando estudantes vulneráveis. É necessária mais investigação para fornecer informações</p>

Health, v. 20, n. 5, p. 4071, 2023.			adicionais sobre este domínio, tendo também em conta as especificidades culturais nacionais.
Yeo, Sanghee <i>et al.</i> The mental health of medical students in Daegu during the 2020 COVID-19 pandemic. Korean Journal of Medical Education, v. 35, n. 2, p. 125, 2023.	654 alunos	Dos participantes da pesquisa, 15,5% experimentaram estresse insuportável, sendo os fatores de estresse mais significativos (em ordem decrescente) atividades de lazer limitadas, experiências incomuns relacionadas à COVID-19 e atividades sociais limitadas. Aproximadamente 28,8% relataram sofrimento psicológico, e as emoções negativas mais vivenciadas foram desamparo, depressão e ansiedade (em ordem decrescente). Para estudantes sob sofrimento psicológico, a experiência de estresse insuportável antes da COVID-19 afetou a ansiedade, e ter uma condição subjacente afetou a depressão.	Verificou-se que alguns estudantes de medicina sofriam de dificuldades psicológicas relacionadas à COVID-19 e havia vários fatores de risco para eles. Esta descoberta sugere que as escolas médicas precisam não só de desenvolver sistemas de gestão acadêmica, mas também de fornecer programas que possam ajudar os estudantes a gerir a sua saúde mental e emoções na preparação para uma pandemia de doenças infecciosas.
Müller, Manuela Rodrigues; Albuquerque, Gabriela De Albuquerque; Monnerat, Giovana Rosa. Saúde Mental dos Acadêmicos de Medicina na Quarentena e isolamento e enfrentamentos individuais. Revista Brasileira de Psicoterapia (Online), p. 27-34, 2021.	80 estudantes	Os sintomas mais frequentes foram ansiedade, seguidos por dificuldade para se concentrar, desânimo, cansaço, alteração do apetite e do sono. Angústia, tristeza e tensão muscular foram os menos relatados. A maioria dos alunos relatou cinco queixas ou mais (78%), e entre esses estudantes, 42% já se sentiam assim antes da quarentena. Entre os alunos com mais sintomas, somente metade buscou avaliação e acompanhamento em saúde mental ao longo da vida.	Observou-se preferência por medidas de auto-cuidado, realizadas individualmente, aparentemente desproporcionais ao sofrimento relatado. Embora esse modo de enfrentamento seja comum entre estudantes de medicina, não é desejável por acentuar o isolamento e limitar suas possibilidades de enfrentamento do sofrimento mental. Por fim, defende-se que a investigação das dinâmicas complexas que modulam as respostas às adversidades pode se beneficiar de leitura que articule aspectos subjetivos e sociais e, assim, se desdobrar no planejamento e construção de práticas de cuidado abrangentes e inclusivas.
Ferreira, Lis Campos <i>et al.</i> Mental health and illness of medical students and newly graduated doctors during the pandemic of SARS-Cov-2/COVID-19. PloS One, v. 16, n. 5, p. e0251525, 2021.	335 estudantes	No momento 1, 88,9% consideraram-se expostos ao excesso de informações sobre a COVID-19, o que foi associado a sintomas de ansiedade. O longo distanciamento físico familiar também esteve associado a esses sintomas, como aumento do apetite, sensação de falta de ar e sudorese. Doenças psiquiátricas foram descritas por 38,5% e uso de psicotrópicos por 30,1% no momento 1, principalmente os que moravam sozinhos e os solteiros.	A pandemia impactou negativamente na saúde mental de estudantes de medicina e médicos recém-formados. A exposição ao excesso de informações sobre a COVID-19 e o distanciamento físico familiar foram associados a sintomas de ansiedade. Entre os médicos formados em 2020, o consumo de álcool aumentou durante a evolução da pandemia.

<p>Teixeira, Larissa de Araújo Correia <i>et al.</i> Saúde mental dos estudantes de Medicina do Brasil durante a pandemia da coronavirus disease 2019. <i>Jornal Brasileiro de Psiquiatria</i>, v. 70, p. 21-29, 2021.</p>	<p>656 estudantes</p>	<p>A prevalência de indivíduos com indícios de sofrimento mental foi de 62,8%. Os sintomas somáticos mais frequentes são: sono comprometido (54,6%), desconforto estomacal (51,7%) e cefaleia (49,2%). Além disso, os estudantes relataram má digestão (36,4%), falta de apetite (27%) e tremores nas mãos (23,3%). 19,7% dos participantes tem transtornos de ansiedades, 11,7% com transtornos depressivos, 2,4% com transtorno de déficit de atenção e de hiperatividade (TDAH), 1,7% com transtorno obsessivo-compulsivo (TOC), 1,5% com transtorno da personalidade <i>borderline</i>, 1,1% com transtorno bipolar e 0,8% com outros transtornos. 81,4% dos participantes relatam ter percebido em si alguma mudança psicológica ou comportamental durante o período de isolamento.</p>	<p>Os indícios de sofrimento psíquico demonstram-se elevados na população estudada. Além disso, também foi possível concluir que há fatores de proteção para o sofrimento psíquico de estudantes de Medicina durante a pandemia da COVID-19; são eles: ser do sexo masculino, ter mais de 29 anos, estar em união estável ou casado, estar nos três últimos anos da graduação, praticar atividades como passatempo e seguir uma rotina saudável, não ter adoecido e não ter parentes com a doença, não trabalhar ou ter alguém trabalhando fora de casa, não ter histórico de transtorno mental prévio e não cursar a graduação em ensino à distância.</p>
--	-----------------------	--	--

Fonte: Autor.

Arar *et al.* (2023) observou que a prevalência de transtornos mentais comuns (TMC) foi elevada nos acadêmicos de medicina de uma universidade privada, durante o isolamento social. Além disso, houve impactos negativos em pacientes do sexo feminino, estar cursando o ciclo básico e fazer uso de medicação psiquiátrica (Arar *et al.*, 2023).

Nota-se que apesar de haver vários aspectos negativos da pandemia para estudantes de medicina com problemas de saúde mental, também foi verificado aspectos positivos. Os acadêmicos sentiram que o maior foco no apoio à saúde mental durante a pandemia diminuiu o estigma relacionado à saúde mental (Rich *et al.*, 2023). Além disso, o apoio recebido dos amigos, parentes e colegas teve impacto positivo na qualidade de vida (Arar *et al.*, 2023).

Um fator muito citado entre os estudos selecionados foi no tocante da presença de sintomas somáticos. Teixeira *et al.* (2021) ressaltaram que os sintomas somáticos mais frequentes foram sono comprometido, desconforto estomacal e cefaleia. Os estudantes também relataram má digestão, falta de apetite e tremores nas mãos. Em contrapartida, Ferreira *et al.* (2021) evidencia o aumento do apetite, a sensação de falta de ar, a sudorese e a ansiedade. Ainda, há dificuldade para se concentrar, desânimo e cansaço (Müller; Albuquerque; Monnerat, 2021).

A respeito das emoções, as mais difíceis foram desamparo, depressão e ansiedade. A justificativa é que os acadêmicos do curso médico possuem uma maior compreensão científica das doenças do que o público em geral. Os alunos de medicina que apresentavam sofrimento psicológico possuíam níveis mais elevados de ansiedade e depressão e inferior resiliência do que aqueles que não sofriam de sofrimento psicológico, perdurando durante toda a pandemia. Quanto aos estudantes que experenciam sofrimento psicológico, foram encontradas maiores ansiedade e depressão entre aqueles que vivenciaram estresse insuportável antes da pandemia (Yeo *et al.*, 2023; Teixeira *et al.*, 2021).

A ansiedade generalizada e social resultou das restrições da COVID-19 por estar associada à solidão, ao tempo excessivo *online*, à gestão pouco saudável do tempo e do espaço e à má comunicação com a universidade (Riboldi *et al.*, 2023). Fatores específicos, sobretudo a solidão e ter mais tempo *online*, foram reconhecidos como supostos mecanismos subjacentes ao vínculo entre as restrições pandêmicas e a saúde mental. Os calouros, os estudantes que moravam longe de casa e os alunos mais extrovertidos ou introvertidos foram considerados os subgrupos de maior vulnerabilidade (Riboldi *et al.*, 2023).

Dessa maneira, compreende-se que durante a pandemia, o domínio que mais impactou negativamente a qualidade de vida dos acadêmicos foi o físico, dando destaque para a dor e o desconforto, a energia e a fadiga, o sono e o repouso, a capacidade de trabalho e as funções

motoras. No período de isolamento social, 66,9% dos acadêmicos apresentaram TMC. Esgotamento mental, incapacidade de concentração e insatisfação com as atividades normais tiveram os piores escores, impactando negativamente a saúde mental dos alunos (Arar et al., 2023).

No estudo de Ferreira *et al.* (2021), 88,9% dos estudantes admitiram-se expostos ao excesso de informações sobre a COVID-19, aumentando significativamente os sintomas de ansiedade. Teixeira *et al.* (2021) revela que a maioria dos participantes tem notado uma mudança psicológica ou comportamental durante a quarentena, mesmo os estudantes não sejam diagnosticados com algum transtorno mental prévio. Nota-se associação entre os alunos com diagnóstico prévio de transtorno mental e o adoecimento mental durante a pandemia (Teixeira *et al.*, 2021).

Outro fator relacionado à presença de sintomas ansiosos foi a longa distância física familiar, em casos de residirem em estado diferente. Dessa maneira, quando as medidas de isolamento foram implementadas, observou que morar com outras pessoas pode ter sido um efeito protetor na saúde mental em comparação com quem morava sozinho (Ferreira *et al.*, 2021).

Dessa forma, constata-se ser primordial o desenvolvimento de estratégias educacionais com o objetivo de reduzir o impacto na saúde mental e na qualidade de vida dos estudantes. Estratégias como incentivar a resiliência para encorajar o aluno para lidar com situações adversas, assim como assistência psicológica, equilíbrio entre estudo e lazer, organização do tempo, cuidados com a saúde, alimentação e sono, prática de atividade física e religiosidade minimizam os impactos (Arar *et al.*, 2023).

A baixa preferência por psicoterapia, relações sociais ou atividades religiosas; e inexistência de ações solidárias entre os acadêmicos, como medidas que tendem a diminuir as dificuldades entre as parcelas mais fragilizadas pela pandemia, refletiria uma forma particular de lidar com o fenômeno saúde-doença (Müller; Albuquerque; Monnerat, 2021).

4 CONCLUSÃO

Com base nos resultados obtidos no presente estudo, houve diversos aspectos negativos para estudantes de medicina após o surgimento da pandemia, tais como sintomas ansiosos e depressão, uma vez que os alunos possuem uma maior compreensão científica das doenças do que o público em geral.

É imprescindível realizar debates e discussões sobre a qualidade de vida e saúde mental dos estudantes do curso médico, como medidas de enfrentamento do sofrimento psíquico

causado pela pandemia e de conhecimento de suas consequências nos âmbitos pessoal e acadêmico.

Logo, os profissionais de saúde necessitam obter conhecimento técnico e científico atualizados, além de adquirir domínio dos melhores cuidados ofertados aos pacientes com prejuízo da saúde mental, com a finalidade de promover qualidade de vida e bem-estar para esses acadêmicos.

REFERÊNCIAS

- Arar, F. C. *et al.* Qualidade de vida e saúde mental de estudantes de Medicina na pandemia da Covid-19. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 47, p. e040, 2023.
- Barbosa, A. M. S. J. *et al.* O impacto da pandemia da Covid-19 na saúde mental dos estudantes de medicina do primeiro ao quinto ano de uma universidade do nordeste paulista. *Revista Artigos. Com*, v. 34, p. e10166-e10166, 2022.
- Caixeta, W. De C.; Almeida, C. M. S.; Almeida, K. C. Saúde mental dos estudantes de medicina durante a pandemia de Covid-19 em uma instituição do interior de Minas Gerais Mental health of medicine students during the Covid-19 pandemic in an institution in the inside of Minas Gerais. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 5, n. 3, p. 8602-8611, 2022.
- Ferreira, L. C. *et al.* Mental health and illness of medical students and newly graduated doctors during the pandemic of SARS-Cov-2/COVID-19. *PloS One*, v. 16, n. 5, p. e0251525, 2021.
- Mendes, K. D. S., Silveira, R. C. C. P., Galvão, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto Contexto Enfermagem*, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072008000400018. Acesso em: 01 out. 2023.
- Müller, M. R.; Albuquerque, G. De A.; Monnerat, G. R. Saúde Mental dos Acadêmicos de Medicina na Quarentena isolamento e enfrentamentos individuais. *Revista Brasileira de Psicoterapia*, p. 27-34, 2021.
- Riboldi, I. *et al.* Mental health and COVID-19 in university students: findings from a qualitative, comparative study in Italy and the UK. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 20, n. 5, p. 4071, 2023.
- Rich, A. *et al.* UK medical students' mental health during the COVID-19 pandemic: a qualitative interview study. *BMJ Open*, v. 13, n. 4, p. e070528, 2023.
- Rodrigues, B. B. *et al.* Aprendendo com o imprevisível: saúde mental dos universitários e educação médica na pandemia de Covid-19. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 44, p. e149, 2020.
- Silva, S. M.; Rosa, A. R. O impacto da COVID-19 na saúde mental dos estudantes e o papel das instituições de ensino como fator de promoção e proteção. *Revista Prâxis*, v. 2, p. 189-206, 2021.
- Silva, A. C. *et al.* O impacto psicológico da pandemia de COVID-19 nos acadêmicos de medicina da região de Carajás. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 3, n. 6, p. 19731-19747, 2020.
- Tambellini, M. E. N. *et al.* Efeitos da pandemia na saúde mental de acadêmicos de medicina do 1º ao 4º ano em faculdade do noroeste paulista. *Cuidados de Enfermagem*, v. 15, n. 1, p. 43-52, 2021.

Teixeira, L. de A. C. *et al.* Saúde mental dos estudantes de Medicina do Brasil durante a pandemia da coronavirus disease 2019. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 70, p. 21-29, 2021.

Yeo, S. *et al.* The mental health of medical students in Daegu during the 2020 COVID-19 pandemic. *Korean Journal of Medical Education*, v. 35, n. 2, p. 125, 2023.