



EXPLORANDO O BEM-ESTAR MENTAL EM ESTUDANTES DE MEDICINA NO BRASIL: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

DÉBORAH CÁSSIA RUFINO DE SÁ SANTOS; ANDREI CAPETTINI MELO GUIMARÃES;
BRUNA BEATRIZ FIGUEIRÓ RAMALHO; IRANDILSON FLÁVIO CIRNE DANTAS FILHO;
NICOLE BEATRIZ DANTAS DE ARAÚJO

Introdução: O conceito de saúde mental vai além do indivíduo, abrangendo uma rede interconectada de fatores. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), é um estado de bem-estar que capacita o desenvolvimento de habilidades para enfrentar desafios e contribuir à comunidade, estando ligado a condições fundamentais que transcendem o psicológico. A saúde mental, como biopsicossocial, vai além do indivíduo, resultando da interação entre fatores biológicos, psicológicos e sociais. No contexto dos estudantes de medicina, a carreira médica frequentemente impõe pressões e expectativas inalcançáveis, levando a frustrações dos mesmos. A dificuldade em equilibrar atividades acadêmicas com lazer e exercício físico é uma problemática destacada, sugerindo que esses elementos poderiam atenuar o estresse neste grupo. Diversos elementos inerentes à formação médica podem contribuir para o estresse nesses estudantes, incluindo carga horária extensa, desafios na conciliação entre vida pessoal e acadêmica, competitividade entre colegas, privação de sono, temor de cometer erros e contrair doenças. Além disso, o curso médico expõe os estudantes a situações exaustivas e delicadas, como nos casos de dor, sofrimento e morte, situações essas que foram analisadas nos artigos utilizados para a elaboração desta pesquisa. **Objetivos:** O objetivo deste tema é investigar e analisar a dimensão do bem-estar mental em estudantes de medicina no Brasil por meio de uma revisão sistemática da literatura. **Metodologia:** A metodologia adotada abrangeu a revisão bibliográfica em fontes como Scielo (Scientific Electronic Library Online). A análise englobou artigos online, publicados em português, no período de 2019 até 2020. **Resultados:** Foram analisados os dados dos alunos entrevistados de forma onde se fez perguntas sobre a sintomatologia diferenciando entre depressão e ansiedade, graduando seu nível em leve, moderado ou severo, sendo evidenciado que a maioria apresentava sintomas de estresse, com predominância de sintomas psicológicos. **Conclusão:** O estudo mostrou toda a fragilidade que os estudantes de medicina vivem durante a sua construção de carreira nos mostrando assim, que proporcionar um ambiente mais acolhedor e diminuir potenciais conflitos podem contribuir para reduzir essas ocorrências comuns em instituições médicas, visto que influenciam não só a qualidade de vida dos estudantes, mas também sua abordagem aos pacientes ao longo da carreira.

Palavras-chave: Saúde mental, Estudantes de medicina, Biopsicossocial, Psicológico, Bem estar.