



OS FATORES LABORAIS E A SAÚDE MENTAL DE MÉDICOS DOCENTES DE UM CURSO DE MEDICINA DO INTERIOR PAULISTA

DANIELLE CRISTINA FERRAREZI BARBOZA; ELOIZA BIAZON; JOSÉ GUILHERME BARBOZA; MARIA EDUARDA LUVISON NOGUEIRA ALVES; YASMIN INDIANARA SCHIAVOLIN

RESUMO

A ansiedade e a depressão entre profissionais da saúde, como médicos, são agravadas pelo estresse e pela pressão socioemocional proveniente do ambiente de trabalho, o que afeta negativamente a saúde mental e capacidade de funcionamento do organismo desses indivíduos. Logo, a intensa carga horária e a prática de atividades laborais extra-acadêmicas estão associadas ao aumento de transtornos emocionais em médicos docentes, uma categoria profissional exposta a altos níveis de estresse, o que evidencia a necessidade de apoio psicológico nas instituições. Desse modo, é necessário compreender como essas condições impactam a saúde mental dos docentes para desenvolver políticas e estratégias institucionais que promovam melhores condições de trabalho, a fim de prevenir o adoecimento psíquico e garantir um ambiente salutar e sustentável. Assim, objetivou-se analisar se os fatores ocupacionais, a carga horária semanal e as atividades extra-acadêmicas influenciam a prevalência de ansiedade e de depressão em médicos docentes. Portanto, foi realizado um estudo transversal, com abordagem quantitativa com 15 médicos docentes de um curso de Medicina em uma instituição de ensino superior do interior paulista. A coleta de dados foi realizada por um questionário de caracterização sociodemográfica e pela Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS), ambos disponibilizados para preenchimento on-line. Os dados coletados indicaram que 86,67% (14) dos docentes apresentam níveis improváveis de ansiedade, 6,67% (1) apresenta nível possível de ansiedade e 6,67% (1) apresenta nível provável de ansiedade, enquanto 100% (15) foram considerados improváveis para depressão. O estudo revelou que a carga horária média dos docentes foi de 25,33 horas semanais, com 40% dos participantes trabalhando 20 horas, e maior prevalência de ansiedade entre aqueles com mais de 30 horas. Além disso, 40% realizam atividades em consultórios médicos próprios e 20% em hospitais, enquanto apenas 6,67% se dedicam exclusivamente à faculdade. Concluiu-se que, embora a maioria dos médicos com carga horária elevada tenha baixos níveis de ansiedade, dois casos isolados sugerem que as altas demandas profissionais podem afetar o bem-estar emocional dos profissionais. De forma geral, as exigências provenientes do trabalho não são os principais fatores de risco, o que não descarta que os casos mais intensos necessitam de atenção.

Palavras-chave: Ansiedade; Depressão; Docência.

1 INTRODUÇÃO

A ansiedade e a depressão entre profissionais da saúde, como os médicos, apresentam desafios significativos. O estresse do ambiente de trabalho e a pressão social constante inerente ao exercício da profissão impactam negativamente no bem-estar mental desses indivíduos, uma vez que os mesmos enfrentam demandas de trabalho intensas e situações emocionalmente desafiadoras. Nesse viés, a OMS (OPAS, 2022) destaca a necessidade de melhorar a atenção fornecida aos transtornos mentais, pois eles se caracterizam como a principal causa de

incapacidade individual, além de contribuírem para a redução da longevidade em até 20 anos. Para Monteiro *et al.* (2023), a ansiedade e a depressão têm se tornado as doenças psiquiátricas mais prevalentes na população mundial.

A ansiedade é caracterizada como uma sensação de apreensão em relação ao futuro, a qual pode ser acompanhada por sintomas físicos, como taquicardia, dispneia e tensão muscular (Cantilino e Monteiro, 2017). O transtorno de ansiedade, caracterizado por uma manifestação excessiva e não fisiológica, interfere no funcionamento e na saúde do indivíduo (DSM-5, 2014). Por sua vez, a depressão se manifesta pelas mudanças de humor, como a tristeza, a irritabilidade e alterações cognitivas e somáticas (Del Porto, 1999; DSM-5, 2014). Embora variem em intensidade, esses transtornos afetam a capacidade de funcionamento do organismo, o que pode ocasionar à perda de interesse em atividades cotidianas e até mesmo à perda da vontade de viver (Monteiro *et al.*, 2023).

Além disso, a pandemia de COVID-19 exacerbou os índices de doenças mentais, com aumentos significativos de sintomas ansiosos e depressivos entre os profissionais da saúde, os quais enfrentaram a pressão socioemocional de estarem à frente da sociedade para o combate desse vírus (OPAS, 2022b; Miranda *et al.*, 2023). No contexto médico, fatores como a carga horária extensa e a exposição ao sofrimento, bem como aos agentes patogênicos, contribuem para o aumento desses transtornos (Sampaio *et al.*, 2022; Freitas e Vieira, 2004). Nesse ínterim, os docentes universitários também enfrentam cobranças interpessoais relacionadas ao cumprimento de prazos, ao ensino de novas tecnologias e à dedicação intrínseca ao ato de lecionar (Monteiro *et al.*, 2023). Para tanto, o apoio institucional é essencial para mitigar os efeitos da ansiedade e da depressão, como apontado pela pesquisa da OPAS (2022b) e pelo ResearchCenter (2022), que destaca a ausência de suporte psicológico nas instituições de serviço.

Em suma, a pesquisa proposta visa investigar a saúde mental dos médicos docentes do curso de Medicina de uma Instituição de Ensino Superior do Interior Paulista, considerando o impacto da carga horária e das atividades extras na vulnerabilidade emocional.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo possui caráter transversal, observacional e quantitativo, com a participação de 15 médicos docentes de uma instituição de ensino superior do interior paulista, no período de 06 a 24/05/2024. A coleta de informações foi realizada por meio de dois instrumentos: um questionário sobre características demográficas e profissionais dos participantes, e a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS) (ZIGMOND; SNAITH, 1983), ambos disponibilizados via Google Forms.

Foram incluídos no estudo todos os médicos docentes que lecionam em qualquer dos 12 semestres do curso de Medicina, excluindo-se aqueles que não estavam presente nas atividades docentes no período da coleta de dados. O questionário inicial coletou dados sobre: idade, gênero, local de residência, carga horária, tempo de serviço, experiência profissional e atividade extra docência.

A HADS – uma escala composta por 14 questões, sendo sete delas relacionadas à avaliação de sintomas de ansiedade (HADS-A) e as outras sete direcionadas para os sintomas de depressão (HADS-D) – foi aplicada para identificar casos possíveis, prováveis ou improváveis de ansiedade e de depressão entre os participantes. As pontuações para cada item variam de zero a três, com um total máximo de 21 pontos por subescala (ZIGMOND; SNAITH, 1983).

Para classificar a frequência de ansiedade e de depressão, foram utilizados os pontos de corte sugeridos pelos autores da escala: para a subescala de ansiedade (questões 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13), considera-se "improvável ansiedade" com uma pontuação entre 0 e 7, "possível ansiedade" de 8 a 11 (indicando sintomas que merecem atenção, mas sem caracterizar um

transtorno estabelecido), e "provável ansiedade" de 12 a 21 (indicando uma forte possibilidade de um transtorno clínico de ansiedade ou depressão, com necessidade de uma avaliação mais profunda e possível intervenção). O mesmo procedimento foi adotado para a subescala de depressão (questões 2, 4, 6, 8, 10, 12 e 14) (ZIGMOND; SNAITH, 1983).

Os dados foram analisados utilizando estatísticas descritivas, com cálculo das frequências absolutas (n) e relativas (%).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Considerando os dados coletados, 66,67% dos participantes residem na cidade da Instituição de Ensino Superior em que são docentes e 33,33% em outras cidades da região. Os participantes apresentam média de idade de 44 anos, sendo a maioria constituída por homens (66,67%), e o tempo médio de serviço na faculdade é de cinco anos.

Tabela 1: Carga horária e Atividades Extra-acadêmicas e Escala de Ansiedade e Depressão

Médico (a) docente	Carga horária semanal	Atividades extra-acadêmica	Ansiedade: Improvável de 0 a 7; Possível de 8 a 11 Provável de 12 a 21	Depressão: Improvável de 0 a 7; Possível de 8 a 11; - Provável de 12 a 21.	Escala ansiedade	Escala depressão
1º	40 h / +	Hospital	5	2	Improvável	Improvável
2º	30 horas	Faculdade	3	2	Improvável	Improvável
3º	20 horas	Hospital	7	3	Improvável	Improvável
4º	40 h / +	Hospital	14	7	Provável	Improvável
5º	20 horas	Consultório	4	0	Improvável	Improvável
6º	20 horas	Hospital	4	2	Improvável	Improvável
7º	30 horas	UBS	4	2	Improvável	Improvável
8º	10 horas	Consultório	1	0	Improvável	Improvável
9º	20 horas	Hospital	4	3	Improvável	Improvável
10º	30 horas	Consultório	6	3	Improvável	Improvável
11º	30 horas	Consultório	2	1	Improvável	Improvável
12º	10 horas	Hospital	3	1	Improvável	Improvável
13º	40h / +	Consultório	11	6	Possível	Improvável
14º	20 horas	Consultório	7	2	Improvável	Improvável
15º	20 horas	Consultório	4	1	Improvável	Improvável

Como mostra a Tabela 1, a carga horária semanal é de 25,33 horas em média, sendo que 13,33% (2) trabalham 10 horas, 20% (3) trabalham 20 horas, 26,67% (4) trabalham 30 horas e 40% (6) trabalham 40 horas. Uma pesquisa realizada com professores de Medicina de uma universidade em Minas Gerais, revelou que, em média, a dedicação era de 34 horas semanais à docência, sendo que 54% trabalhavam 40 horas ou mais, e 65% conciliavam à docência com a prática médica, sem dedicação exclusiva à universidade. (LIMA *et al.*, 2020).

Dentre as atividades extra-acadêmicas, os resultados evidenciam que apenas 1 dos participantes (6,67%) possui dedicação exclusiva a instituição de ensino, sendo que 40% (7) dos docentes possuem consultório particular, enquanto 20% (6) exercem funções em hospitais. Conforme França (2020), a remuneração insuficiente dos médicos os leva a buscar múltiplos vínculos de trabalho, o que aumenta a sua carga horária e compromete a sua saúde. Desse modo, as jornadas duplas, como a docência e o atendimento clínico, elevam o risco de desequilíbrios emocionais entre esses profissionais.

Dos médicos docentes, 86,67% (14) foram classificados como "improváveis" para ansiedade, enquanto 6,67% (1) apresentaram resultados "possíveis" (de 8 a 11 pontos) ou "prováveis" (de 12 a 21 pontos). No que diz respeito à depressão, 100% dos participantes (15) foram classificados como "improváveis". A maioria dos participantes, portanto, apresenta níveis baixos de ansiedade e de depressão, mesmo ao conciliarem múltiplas atividades profissionais. Nesse sentido, um estudo realizado por Almeida (2019) na Universidade Federal da Bahia demonstrou que 16,7% dos docentes apresentavam algum grau de depressão e 11,4% algum grau de ansiedade, sugerindo que, embora presentes, esses transtornos não são predominantes entre docentes médicos.

Os dados mostram ainda que os médicos docentes que apresentaram "provável" ansiedade (indicando uma forte possibilidade de um transtorno clínico, com necessidade de uma avaliação mais profunda) e "possível" ansiedade (indicando sintomas que merecem atenção, mas sem caracterizar um transtorno estabelecido) também possuem carga horária de 40 horas ou mais, bem como realizam atividades extra-acadêmicas. Ademias, uma pesquisa publicada em 2022 revelou que 62% dos médicos brasileiros apresentam sintomas de burnout, frequentemente associados a longas jornadas de trabalho. (RESEARCHCENTER, 2022). Os médicos estão entre os profissionais mais afetados por doenças mentais, com destaque para transtornos de ansiedade e de depressão. (Gracino, *et al.*, 2016)

O estudo de Costa *et al.* (2019) aponta que os transtornos psiquiátricos, como a ansiedade e a depressão, são comuns entre adultos brasileiros, os quais são influenciados por fatores sociais, educacionais e de trabalho. Outrossim, uma pesquisa sobre a saúde mental dos docentes do curso de Medicina da Uniderp (Penrabel; Biberg-Salum; Passos; 2021) não fez uma distinção clara entre médicos docentes e outros tipos de docentes, mas apontou que a carga horária e o ambiente de trabalho influenciam na saúde mental dos professores do curso de Medicina.

Em geral, a maioria dos médicos docentes, independentemente da carga horária ou da atividade extra-acadêmica, apresenta níveis baixos de ansiedade e de depressão. Nesse viés, os casos de níveis mais altos de ansiedade ou de depressão são pouco frequentes, o que pode sugerir que, embora as demandas do trabalho possam impactar o bem-estar, não parecem ser fatores predominantes de risco para esses sintomas para a maioria dos médicos nesse presente estudo. Há casos raros em que esses níveis são mais altos e parecem estar relacionados a médicos com cargas horárias maiores (como no caso do médico 4).

4 CONCLUSÃO

Apesar de a maioria dos médicos com carga horária elevada (40 horas ou mais) apresentar níveis de ansiedade considerados "improváveis", um caso isolado de ansiedade "provável" e outro caso de ansiedade "possível" foi observado em dois médicos com carga horária de 40 horas ou mais e atuação extra-acadêmica. Tal condição sugere que, em casos específicos, altas demandas profissionais podem afetar o bem-estar emocional dos médicos docentes. De modo geral, as exigências provenientes do trabalho não parecem ser fatores predominantes de risco para a ansiedade ou para a depressão, mas os casos com sintomas mais intensos merecem atenção para o monitoramento do bem-estar mental e da qualidade de vida do sujeito, a fim de garantir uma intervenção segura e eficaz.

Por fim, as limitações do estudo incluem a amostra pequena e a falta de distinção entre os tipos de atividades extra-acadêmicas. Assim, futuras pesquisas são necessárias para aprofundar e compreender a relação entre a carga de trabalho, as atividades extra-acadêmicas e a presença de doenças de caráter emocional, além de explorar a saúde mental de docentes médicos em diferentes contextos institucionais.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, J. M. D. Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em docentes do curso de Medicina da Universidade Federal da Bahia. 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/handle/ri/13955>. Acesso em: 13 jan. 2025.

CANTILINO, A.; MONTEIRO, D. C. *Psiquiatria clínica*. [Rio de Janeiro RJ]: MedBook Editora, 2017. E-book. ISBN 9786557830031. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786557830031/>. Acesso em: 22 nov. 2023.

COSTA, C. O. da. *et al.* Prevalência de ansiedade e fatores associados em adultos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 68, n. 2, p. 92–100, abr. 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/PSrDy4ZFSGDCzNgJfJwVRxz/?lang=pt> Acesso em: 10 dez. 2024.

DEL PORTO, J. A. Conceito e diagnóstico. *Brazilian Journal of Psychiatry*, v. 21, p. 06–11, maio 1999. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/dwLyt3cv3ZKMLXv75Tbxn>. Acesso em: 20 nov. 2023.

DSM-5. *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais* [recurso eletrônico]. American Psychiatric Association. 5. ed. Porto Alegre, 2014. Disponível em: <https://www.institutopebioetica.com.br/documentos/manual-diagnostico-e-estatistico-de-transtornos-mentais-dsm-5.pdf>. Acesso em: 15 dez. 2023.

FRANÇA, G. V. A evolução social do médico no Brasil. Resumo de trabalho apresentado na 40ª Convenção Nacional UNIMED, Goiânia, 22 a 24 de setembro de 2010. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5500754>. Acesso em: 14 dez. 2024.

FREITAS, R. C.; VIEIRA, R. M. R. Depressão em médicos. *Saúde, Ética & Justiça*, v. 9, n. 1/2, p. 42, 2004. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/sej/article/view/43343/46965>. Acesso em: 15 dez. 2023.

GRACINO, M. E., ZITTA, A. L. L., MANGILI, O. C., MASSUDA, E. M.. A saúde física e mental do profissional médico: uma revisão sistemática. **Saúde em Debate**, v. 40, n. 110, p. 244–263, jul. 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/kSfhq5zwWXpbVQXffNrCdZG/?lang=pt> Acesso: 13 jan. 2025.

LEITE, V. T., VAZZI, P. Í. F. L., MOURA, M. B. R. de., PEREIRA, L. S., CALDAS NETO, T. de P., e LIMA, E. H. de M.. Avaliação do Perfil dos Professores de Medicina de uma Universidade do Interior de Minas Gerais. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. 3, p. e096, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/yktfmRsHWkvf4PfBqXBsKgw>. Acesso em: 13 jan. 2025.

MIRANDA, K. S.; SANTOS, L. D. R.; ALMEIDA NETO, O. P.; SCALLA, L. A. M. Impacto do perfil ocupacional, saúde mental e religiosidade sobre depressão, ansiedade e estresse de profissionais de saúde na pandemia de COVID-19. *J Bras Psiquiatr.*, v. 72, n. 4, p. 239–246, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/7hggknkYkRB5jpSXnkkFXmGg/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 dez. 2023.

MOTEIRO, M. M. M. S.; MARTINS, A. S. RIBEIRO, R. J. S.; SANTOS, N. M.; MERTINELLI, C. V. M. M.; SOUZA, F. I. A. B.; FERNANDES, E. C. S. M.; GALVÃO, A. P. F. C. Níveis de ansiedade e depressão: a prática docente e o adoecimento psíquico. *Revista Científica Multidisciplinar*, v. 4, n. 2, 2023. ISSN 2675-6218. Disponível em: <https://doi.org/10.47820/recima21.v4i2.2744>. Acesso em: 15 dez. 2023.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. OMS destaca necessidade urgente de transformar saúde mental e atenção. 2022a. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/17-6-2022-oms-destaca-necessidade-urgente-transformar-saude-mental-e-atencao>. Acesso em: 15 dez. 2023.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. Estudo alerta para altos níveis de depressão e pensamentos suicidas em trabalhadores da saúde na América Latina durante a pandemia. 2022b. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/13-1-2022-estudo-alerta-para-altos-niveis-depressao-e-pensamentos-suicidas-em>. Acesso em: 15 dez. 2023.

PENRABEL, Rafaela Palhano Medeiros; BIBERG-SALUM, Tânia Gosela; PASSOS, Tamires Dias dos. Saúde Mental dos Docentes do Curso de Medicina da Uniderp. *UNICIÊNCIAS*, [S. l.], v. 28, n. 1, p. 66–69, 2024. DOI: 10.17921/1415-5141.2024v28n1p66-69. Disponível em: <https://uniciencias.pgsscogna.com.br/uniciencias/article/view/13070>. Acesso em: 13 jan. 2025.

SAMPAIO, C. T. L.; COSTA, S. S.; MARQUES, C. P. C.; BATALHA JUNIOR, N. J. P.; COSTA, I. S.; SOUZA, J. R.; SILVA JUNIOR, J. C. A.; BRITO, J. P.; VICTOR, Y. A. Depressão e suicídio em médicos no Brasil: uma revisão integrativa 2013-2021. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 1, e52711125264, 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i1.25264>. Acesso em: 15 dez. 2023.

RESEARCHCENTER. *Relatório de pesquisa: Saúde Mental do Médico: relatório de pesquisa*. 2022. Disponível em: https://img.pebmed.com.br/wp-content/uploads/2022/09/22122506/Relatorio_SaudeMentaldoMedico_2022-3.pdf. Acesso em: 15 dez. 2023.