



Título: Transtornos mentais comuns (TMC) e fatores associados em estudantes de medicina da Unicamp.

Autores: Mateus Goussain de Souza Macahiba (FCM – UNICAMP); Prof. Dr. Sérgio Roberto de Lucca (orientador) (Departamento de Saúde Coletiva – FCM – UNICAMP)

Unidade/Instituição: Faculdade de Ciências Médicas (FCM) - UNICAMP

Agência Financiadora: PIBIC/CNPq

Palavras-chave: transtornos mentais, estudantes de medicina, qualidade de vida.

INTRODUÇÃO

O processo de formação médica é marcado por um ambiente de intensas demandas, como longas jornadas de estudo, alta competitividade, contato precoce com o sofrimento humano e crescente responsabilização, além das altas expectativas dos próprios estudantes. Frequentemente, tais fatores predisõem os estudantes ao sofrimento psíquico e adoecimento mental (1-3).

No Brasil, a prevalência de Transtornos Mentais Comuns (TMC) entre estudantes de Medicina varia de 31,5% (4) a 50,9% (5). Os TMCs são definidos como um conjunto de sintomas inespecíficos, incluindo fadiga, insônia, irritabilidade, dificuldade de concentração, somatizações e quadros ansioso-depressivos leves a moderados, os quais podem impactar significativamente a qualidade de vida e a saúde das pessoas acometidas (6). Um dos instrumentos mais utilizados para rastreamento de TMC na população geral é o Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20), desenvolvido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) no âmbito colaborativo (Harding et al., 1980) e validado no Brasil por Mari e Willians (6).

O presente estudo tem como objetivo verificar o perfil sociodemográfico, comportamental e acadêmico dos alunos do curso de Medicina da Faculdade de Ciências Médicas da Unicamp (FCM – UNICAMP), e estimar a prevalência de TMC entre eles.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo observacional e transversal, realizado no curso de Medicina da FCM – Unicamp. A população-alvo foi composta por alunos do curso de Medicina da FCM – Unicamp, regularmente matriculados em qualquer ano do curso, e que concordaram em participar voluntariamente da pesquisa. A coleta de dados ocorreu entre 9 de junho e 23 de julho de 2025, por meio de questionários de autopreenchimento hospedados na plataforma Google Forms, de forma anônima e voluntária. A amostra final foi composta por 75 estudantes.

A primeira parte do questionário foi elaborado pelos autores com base na literatura científica e incluiu questões sociodemográficas, acadêmicas, de condições de vida e de estilo de vida dos participantes; a segunda parte foi composta pelo Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20), desenvolvido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e validado no Brasil por Mari e Williams, (6) utilizado para rastreamento de sintomas de TMC. O SRQ-20 é composto por 20 questões de resposta dicotômica (sim/não), que avaliam sintomas como insônia, cansaço, irritabilidade, tristeza, dificuldade de concentração e outros sinais de sofrimento psíquico. Adotou-se como ponto de corte o escore ≥ 7 respostas sim para a categorização de possível presença de TMC.

Os dados coletados foram organizados em planilha eletrônica no software Microsoft Excel 2013 e analisados com o auxílio do programa estatístico Jamovi, versão 2.6.26. Inicialmente, foram realizadas análises estatísticas descritivas, com cálculo de frequências absolutas e relativas das variáveis de interesse. Em seguida, foram aplicados testes de associação bivariada por meio do teste qui-quadrado de Pearson, adotando-se nível de significância de 5% ($p < 0,05$) para identificação de associações estatisticamente significativas entre as variáveis e a presença de TMC.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Unicamp sob o número de parecer CAAE 86128324.0.0000.5404. Todos os alunos foram convidados a participar da pesquisa e, após leitura do Termo

de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), e concordância em participar tiveram acesso ao questionário no Google Forms. Foram respeitados todos os princípios éticos da pesquisa com seres humanos, incluindo a garantia de anonimato, a confidencialidade dos dados e o uso exclusivo das informações para fins acadêmicos e científicos.

RESULTADOS

A amostra do estudo foi composta por 75 estudantes do curso de Medicina da Unicamp, representando 10,4% da população-alvo. A maioria estava matriculada nos anos iniciais do curso, com destaque para o segundo ano (48%) e o primeiro ano (21,3%). Em relação à faixa etária, 62,7% tinham entre 20 e 24 anos, 20% entre 25 e 29 anos e 17,3% tinham menos de 20 anos. Quanto ao gênero, a maioria dos respondentes se identificou com o gênero feminino (68%), 30,7% com o masculino, e 1,3% preferiu não declarar. Em termos de etnia/cor da pele autodeclarada, 60% dos participantes se identificaram como brancos, 28% como pardos, 6,7% como pretos, 2,7% como amarelos e 1,3% como indígenas. A maioria dos estudantes (61,3%) era oriunda do interior do estado de São Paulo, 25,3% vieram de outros estados do Brasil e 13,3% eram naturais de Campinas.

Cerca de 46,7% dos estudantes moravam sozinhos, enquanto 22,7% dividiam residência com colegas, 18,7% com familiares e o restante com parceiro(a) ou amigos. A maioria (60%) vivia a menos de 15 minutos da Unicamp e 44% se deslocava a pé, enquanto 33,3% utilizavam veículo próprio e 16% usavam transporte coletivo. A maior parte dos participantes (96%) não possuía graduação anterior. As características acadêmicas, sociais e comportamentais adicionais da amostra são apresentadas na Tabela 1.

Tabela 1: Características Acadêmicas, Sociais e Comportamentais dos Estudantes de Medicina da Unicamp (N=75)

<i>Característica</i>	<i>%</i>
Motivação para o curso	
Afinidade ou interesse pela área da saúde	90,7
Sincronia com a turma de origem	
Em sincronia	93,3
Relação com professores	
Distante, mas respeitosa	72
Relação com colegas	
Próxima e boa	46,7
Situação de discriminação vivenciada	
Relatou discriminação de etnia, gênero e procedência	49,3
Horas de estudo além do horário regular de aulas	
Entre 2 e 4 horas	41,3
Entre 1 e 2 horas	34,7
Tempo dedicado ao lazer por dia	
Entre 1 e 2 horas	48
Menos de uma hora	32
Uso de redes sociais por dia	

Entre 1 e 2 horas	41,3
Uso de tabaco	22,7
Consumo de bebidas alcoólicas	68

Fonte: Dados da pesquisa (2025)

Aproximadamente metade dos participantes (49,3%) relataram terem vivenciado alguma situação de discriminação no ambiente universitário. Além da carga horária regular, 41,3% relataram entre 2 e 4 horas diárias ao estudo além das aulas, e 48% destinavam entre 1 e 2 horas ao lazer. O uso de redes sociais foi moderado, com 41,3% utilizando entre 1 e 2 horas por dia. A maioria (68%) referiu uso de bebidas alcoólicas e 22,7% uso de tabaco.

Segundo o SRQ-20, a prevalência indicativa de TMC foi de 66,7% (n=50). Adicionalmente, a análise do SRQ-20 revelou que 12% (n=9) dos estudantes relataram ideação suicida (questão 49 do questionário). Na análise estatística bivariada, diversas variáveis apresentaram associação significativa com a presença de TMC ($p < 0,05$), conforme detalhado na Tabela 2.

Tabela 2: Associação entre a Presença de Transtornos Mentais Comuns (TMC) e Fatores Sociodemográficos, Comportamentais e Acadêmicos em Estudantes de Medicina da Unicamp (N=50)

Variável	p-valor	% com TMC (n)
Qualidade do sono	0,002	
Pior qualidade		85,7 (24)
Melhor qualidade		55,6 (26)
Horas de sono durante a semana	0,015	
< 6 horas		80,0 (20)
≥ 6 horas		60,0 (30)
Autoavaliação da saúde geral	<0,001	
Negativa		92,3 (24)
Positiva		53,8 (26)
Desequilíbrio vida acadêmica e pessoal	0,003	
Sim		90,0 (45)
Não		64,0 (5)
Integração ao ambiente universitário	0,028	
Baixa		80,0 (16)
Alta		62,0 (34)
Qualidade da alimentação	0,009	
Má alimentação		88,9 (16)
Boa alimentação		60,0 (34)

Fonte: Dados da pesquisa (2025)

Estudantes que relataram pior qualidade do sono apresentaram maior prevalência de TMC (85,7% vs. 55,6%; $p = 0,002$). Similarmente, aqueles que dormiam menos de 6 horas por noite durante a semana demonstraram maior frequência de TMC (80,0% vs. 60,0%; $p = 0,015$). A autoavaliação negativa da saúde geral esteve fortemente associada à presença de TMC (92,3% vs. 53,8%; $p < 0,001$). O desequilíbrio entre vida acadêmica e pessoal foi significativamente mais prevalente entre estudantes com TMC (90,0% vs. 64,0%; $p = 0,003$). A baixa integração ao ambiente universitário também se associou a maior frequência de TMC (80,0% vs. 62,0%; $p = 0,028$). Por fim, a má qualidade da alimentação foi mais prevalente entre os estudantes com TMC (88,9% vs. 60,0%; $p = 0,009$).

As demais variáveis analisadas, incluindo ano do curso, faixa etária, gênero, etnia/cor da pele, tipo de moradia, composição do domicílio, tipo de bolsa, tempo de deslocamento, motivação para o curso, relações interpessoais, uso de serviços da Unicamp, atividade física e consumo de álcool e tabaco, não apresentaram associação estatisticamente significativa com a presença de TMC ($p > 0,05$).

DISCUSSÃO

A prevalência de sintomas sugestivos de Transtornos Mentais Comuns (TMC) entre os estudantes de Medicina da Unicamp foi de 66,7%, valor superior ao encontrado em revisões recentes da literatura nacional, que apontam prevalências de 31,5% (4). Esse achado reforça a hipótese de que a formação médica representa um contexto de elevada vulnerabilidade psíquica, sendo marcada por múltiplas exigências cognitivas, emocionais e relacionais que podem comprometer a saúde mental dos estudantes (3,7).

A associação entre a presença de TMC e fatores como má qualidade do sono, tempo insuficiente de descanso durante a semana, percepção negativa do próprio estado de saúde, desequilíbrio entre vida acadêmica e pessoal, baixa integração ao ambiente universitário e pior qualidade alimentar evidencia a multifatorialidade envolvida no adoecimento psíquico de estudantes de Medicina. Tais fatores, embora não exclusivos dessa população, adquirem um peso particular no contexto da graduação médica, em que o volume de conteúdo, a pressão por desempenho e a exposição precoce a situações de sofrimento humano tendem a ser intensos e contínuos (2,5).

A qualidade do sono, em especial, destacou-se como um dos elementos mais fortemente associados à presença de TMC em nosso estudo. A literatura indica que a privação ou irregularidade no sono pode contribuir para o desenvolvimento de sintomas depressivos e ansiosos, além de afetar o desempenho acadêmico e a capacidade de regulação emocional dos estudantes (2,3,7). Da mesma forma, o desequilíbrio entre vida pessoal e atividades acadêmicas – relatado por 90% dos estudantes com TMC – revela uma dificuldade em estabelecer limites e preservar espaços de descanso, lazer e vínculos sociais protetores (4).

Outro achado relevante foi a associação entre a baixa integração ao ambiente universitário e a presença de sintomas de TMC. A dificuldade em fazer amigos e a percepção de não receber o apoio emocional necessário têm sido apontados como fatores de risco importantes à saúde na formação médica (1,4,5). A ausência desses elementos pode gerar sentimentos de solidão, inadequação e desamparo, agravando quadros de sofrimento psíquico.

Além disso, a escassez de tempo para lazer e descanso corrobora o achado de desequilíbrio entre vida acadêmica e pessoal. A literatura aponta que a privação de lazer e descanso adequado é um fator de risco para o sofrimento psíquico e o esgotamento, como observado por Grether et al. (5), que associaram menos de uma hora de lazer diário à maior prevalência de TMC. A associação entre má qualidade da alimentação e adoecimento psíquico reforça a crescente evidência da relação entre dieta e saúde mental (4). Uma nutrição inadequada pode impactar negativamente o humor, os níveis de energia e a função cognitiva, exacerbando sintomas de sofrimento psíquico e dificultando o enfrentamento dos desafios acadêmicos.

A prevalência de ideação suicida de 12% (n=9) em nosso estudo, embora preocupante, é inferior à prevalência de pensamentos suicidas (27,3%) encontrada em estudo anterior realizado na mesma instituição por Schlittler e colaboradores (8). No entanto, é superior às taxas de planejamento (8,9%) e tentativas de suicídio (3,6%) reportadas por esses autores. Porém, a avaliação da ideação suicida em nossa pesquisa foi baseada em uma única questão do SRQ-20, o que pode influenciar a comparação com estudos que empregam instrumentos mais abrangentes para o comportamento suicida. Schlittler e colaboradores (8) também apontaram que fatores como bullying, presença de transtorno mental, uso de calmante, baixo nível socioeconômico e morar sozinho foram associados a uma maior chance de comportamento suicida, o que corrobora a multifatorialidade do sofrimento psíquico observada em nossa amostra.

Apesar de fatores sociodemográficos como gênero, faixa etária, etnia e ano do curso não terem demonstrado associação estatisticamente significativa com a presença de TMC neste estudo, a literatura sugere que, em amostras maiores, tais variáveis podem exercer influência relevante – especialmente no que tange à vulnerabilidade de estudantes do sexo feminino no ambiente universitário (1,4,9). Ademais, o tamanho reduzido da amostra pode ter limitado o poder estatístico para detectar associações sutis ou o perfil específico dos estudantes da Unicamp pode apresentar particularidades que atenuem essas diferenças.

É imprescindível ressaltar que a prevalência de 66,7% de TMC encontrada em nosso estudo é significativamente superior à média nacional reportada em meta-análises de aproximadamente 31,5% (4). Essa discrepância pode ser parcialmente explicada pela amostra de conveniência e pela baixa taxa de resposta (10,4%) do nosso estudo, que pode ter introduzido um viés de seleção, em que estudantes com maior sofrimento psíquico podem ter sido mais propensos a participar.

CONCLUSÕES

Os resultados deste estudo apontam uma elevada prevalência de sintomas sugestivos de Transtornos Mentais Comuns entre os estudantes de Medicina da Unicamp, com associação significativa a fatores como má qualidade do sono, percepção negativa da saúde, desequilíbrio entre vida acadêmica e pessoal, baixa integração ao ambiente universitário e hábitos alimentares inadequados. Esses achados reforçam a necessidade

de atenção sistemática à saúde mental na formação médica, evidenciando a urgência de políticas institucionais de cuidado e promoção do bem-estar estudantil.

Recomenda-se a realização de investigações com maior amplitude amostral e estratégias para aumentar a taxa de participação, a fim de aprofundar a compreensão do fenômeno e subsidiar ações mais eficazes e abrangentes em prol da saúde de estudantes de Medicina.

REFERÊNCIAS

1. Lima MCP, Domingues MS, Cerqueira ATAR. Prevalência e fatores de risco para transtornos mentais comuns entre estudantes de Medicina. *Rev Saude Publica*. 2006;40(6):1035-41. (<https://doi.org/10.1590/S0034-89102006000700014>)
2. Cunha CM, Fortes DA, Scapim JPR, Santos KOB, Fernandes RCP. Common mental disorders in medical students: prevalence and associated factors. *Rev Bras Educ Med*. 2023;47(4):e117. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v47.4.20220307.ING>
3. Almeida AM, Godinho TM, Bitencourt AGV, Teles MS, Silva AS, Fonseca DC, et al. Common mental disorders among medical students: prevalence and associated factors. *J Bras Psiquiatr*. 2007;56(4):245-51. (<https://doi.org/10.1590/S0047-20852007000400002>)
4. 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. *Braz J Psychiatry*. 2017;39(4):369-78. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2017-2223>
5. Grether EO, Becker MC, Menezes HM, Nunes CRO. Prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina da Universidade Regional de Blumenau (SC). *Rev Bras Educ Med*. 2019;43(Supl 1):276-85. (<https://doi.org/10.1590/SjhFWSSNjFCMrGn9qwqrq4P>)
6. Mari JJ, Williams P. A comparison of the validity of two psychiatric screening questionnaires (GHQ-12 and SRQ-20) in Brazil, using Relative Operating Characteristic (ROC) analysis. *Psychol Med*. 1985;15(3):651-9. <https://doi.org/10.1017/s0033291700031500>
7. Costa EO, Mendes CM, Andrade TM. Common mental disorders in medical students: a repeated cross-sectional study over six years. *Rev Assoc Med Bras (1992)*. 2017;63(9):771-8. <https://doi.org/10.1590/1806-9282.63.09.771>
8. Schlittler LXC, Celeri EHRV, Azevedo RCS, Dalgalarondo P, Santos Junior A. Prevalência de comportamento suicida em estudantes de Medicina. *Rev Bras Educ Médica*. 2023;47(3):e097. <https://doi.org/10.1590/1981-5271v47.3-2023-0069>
9. Costa EO, Mendes CMC, Andrade TM. Common mental disorders and associated factors among final year healthcare students. *Rev Assoc Med Bras*. 2014;60(6):533-8. <https://doi.org/10.1590/1806-9282.60.06.009>