QUALIDADE DE VIDA E ESTRESSE NO ESTUDANTE DE MEDICINA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

QUALITY OF LIFE AND STRESS IN THE MEDICAL STUDENT: A SYSTEMATIC REVIEW OF THE LITERATURE

João Batista Aquino[1], Halley Ferraro Oliveira[2]

1- Discente do curso de Medicina na Universidade Federal de Sergipe

2- Mestre, professor adjunto da Universidade Federal de Sergipe

João Batista Aquino

Rua Palmira Ramos Teles, N 1600, natura 1106 – Luzia- CEP: 49045-706, ARACAJU-SE

FONE: 79 99157-5989

EMAIL: aquinojb@outlook.com

Tipo de manuscrito: artigo de revisão de literatura

Conflito de Interesse: inexistentes

RESUMO

INTRODUÇÃO: O estudante de medicina é submetido a vários tipos de estresse durante sua formação, podendo alterar sua qualidade de vida. Esse estudo teve como objetivo delinear a caracterização da produção científica que contempla a temática qualidade de vida e estresse no estudante de medicina no período de 2008 a 2018. **MÉTODO**: Uma revisão sistemática da literatura foi realizada através da busca eletrônica em duas bases de dados: *MEDLINE* e *LILACS*. **RESULTADOS E DISCUSSÃO**: Foram encontrados 154 artigos a partir da busca com os descritores estabelecidos, após aplicação dos critérios de inclusão e de exclusão, a amostra final foi constituída por 13 artigos. Os periódicos que mais publicaram sobre o tema foram a Revista *Medical Teacher* e a *Revista Brasileira de Educação Médica* publicaram 3 artigos cada uma, um total de 23,15%. Quatro estudos foram publicados em periódicos com classificação Qualis interdisciplinar B1, (30.76%). **CONCLUSÃO:** Os estudantes de medicina apresentam escores ruins de qualidade de vida e estão submetidos a altos níveis de estresse, mais que outros universitários e/ou população geral. A carga horária excessiva, curso em tempo integral e o regime de plantões no internato são os fatores que mais contribuem para esses dados.

Palavras chaves: Estresse, Qualidade de vida, Estudante de medicina

ABSTRACT

INTRODUCTION: The medical student is subjected to various types of stress during his / her formation, and may change his quality of life. This study aimed to outline the characterization of the scientific production that contemplates the

theme of quality of life and stress in the medical student from 2008 to 2018. **METHOD**: A systematic review of the literature was performed through the electronic search in two databases: MEDLINE and LILACS. **RESULTS AND DISCUSSION**: We found 154 articles from the search with the established descriptors, after applying the inclusion and exclusion criteria, the final sample consisted of 13 articles. The most published journals on the subject were the Journal Medical Teacher and the Brazilian Journal of Medical Education published 3 articles each, a total of 23.15%. Four studies were published in journals with Qualis interdisciplinary classification B1, (30.76%). **CONCLUSION:** Medical students present poor quality of life scores and are subjected to high levels of stress, more than other university students and / or general population. Excessive workload, full-time course and boarding hours are the factors that contribute most to this data.

Key words: stress, quality of life, medical student

INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) conceitua qualidade de vida como “a percepção do indivíduo sobre sua posição na vida, dentro do contexto cultural e do sistema de valores em que ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, parâmetros e relações sociais”. É um conceito amplo, afetado de forma complexa pela saúde física, estado psicológico, nível de independência, relações sociais e sua relação com as características salientes de seu ambiente[1].

Dado essa subjetividade da qualidade de vida, muitos fatores ambientais ou individuais podem levar a uma percepção de prejuízo na vida das pessoas. A vida moderna deixou as pessoas mais vulneráveis ao estresse, e a inabilidade de lidar com as fontes de tensão afetam não somente o corpo e a mente do indivíduo, mais também sua qualidade de vida em sociedade[2].

A profissão médica está entre as mais estressantes do mundo. E desde a formação, o médico é colocado frente as várias situações geradoras de tensão. O ensino nas faculdades de medicina demanda do aluno esforço e dedicação exclusiva em tempo integral, o que, por vezes, leva a um comprometimento do bem-estar físico e social desses estudantes.[3] Esse comprometimento alberga, como causa principal, a pressão para aprender grande quantidade de informação; a falta de tempo; a opção por não participação de atividades sociais, e o enfrentamento das doenças dos pacientes e, por vezes, a morte deles.[4] Esse fato está alterando, inclusive, a opção pela especialidade dos estudantes de medicina, influenciando na busca por carreiras que não sejam cirúrgicas, em

razão da íntima relação dessa especialidade com o nível de estresse mais acentuado.[5]

OBJETIVO

Frente ao panorama exposto, esse estudo teve como objetivo identificar a produção científica acerca do tema estresse e qualidade de vida no estudante de medicina no período de 2008 a 2018. Para tal, foi realizada uma revisão sistemática da literatura através da busca eletrônica em duas bases de dados.

METODOLOGIA

Optou-se pela Revisão Sistemática de Literatura por tratar-se de um tipo de investigação científica capaz de testar uma hipótese e que tem como objetivos levantar, reunir, avaliar criticamente a metodologia da pesquisa e sintetizar os resultados de diversos estudos primários. Buscando responder a uma pergunta de pesquisa claramente formulada.

Foi realizada uma busca nas bases de dados eletrônicos *Medical Literature Analysis and Retrievel System Online* (MEDLINE) e Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS), utilizando-se os descritores *quality of life* (qualidade de vida), *stress* (estresse) e *medical student* (estudantes de medicina) de forma combinada.

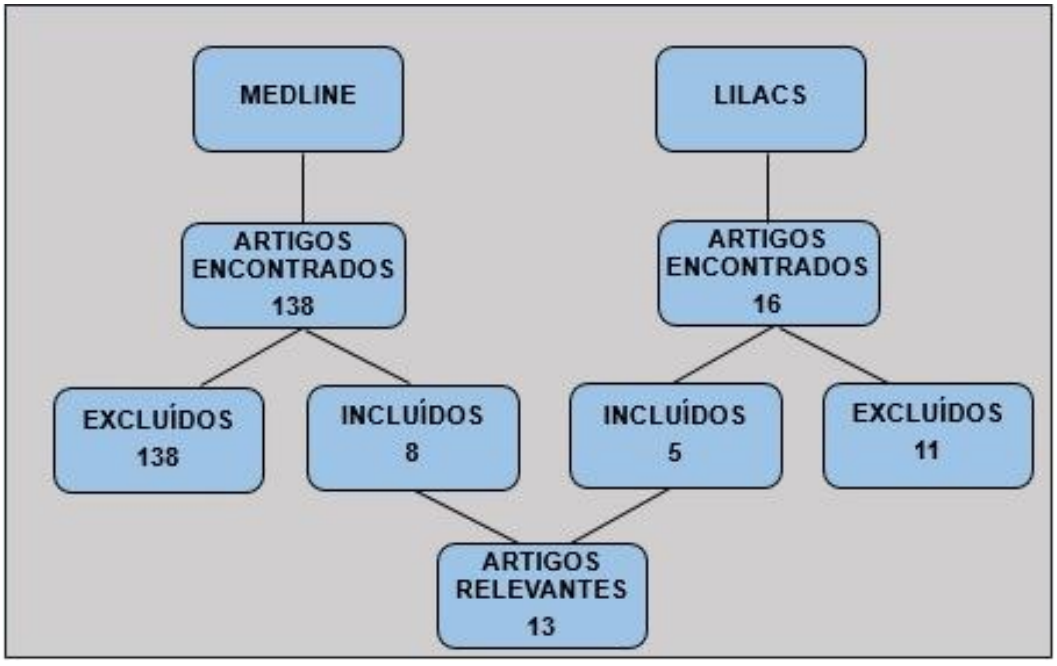
Utilizou-se como critérios de inclusão: artigos originais escritos nos últimos 10 anos (2008 a 2018), nos idiomas português, inglês ou espanhol, disponíveis em texto completo, que abordassem a qualidade de vida e o estresse nos estudantes de medicina de qualquer período letivo. Critérios de exclusão: não abordagem do tema e/ou população que não fossem estudantes de medicina.

Após a seleção da amostra, foram realizadas as análises de conteúdo referente às metodologias dos artigos e montado tabela de acordo com as variáveis da pesquisa e com as frequências encontradas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As publicações incluídas neste estudo foram organizadas em forma de tabelas no Excel 2016 de acordo com ano, periódico, avaliação no qualis, tipo de estudo e tipo de instrumento para avaliar a qualidade de vida. Por meio deste processo, foram encontrados 154 artigos a partir da busca com os descritores estabelecidos, no entanto, de acordo com os critérios de inclusão e exclusão, a amostra final foi constituída por 13 artigos, conforme diagrama elaborado (Figura 1).

Figura 1: Estratégia de pesquisa e seleção de publicações



Ao analisar os periódicos que mais publicaram sobre o tema, verificou-se que a Revista *Medical Teacher* e a *Revista Brasileira de Educação Médica* publicaram 3 artigos cada uma, um total de 23,15%, como mostra a tabela 1.

Tabela 1- Distribuição dos estudos por revista e qualificação Qualis-periódicos

Revista brasileira de educação médica	B4	3	23,1%
Humanidades Médicas	B2	1	7.7%
Academic medicine	A2	2	15.4%
Medical teacher	B1	3	30.7%
Plos one		1	
Springerplus	B3	1	15.4%
Journal of clinical and diagnostic		1	
Diagnóstico e tratamento	B5	1	7.7%

Aquino JB, Aracaju, 2018

A maioria dos periódicos em estudo apresentou classificação Qualis interdisciplinar B1, 4 (30.76%) periódicos, seguido de 3 (23,07%) periódicos classificados como B4 (Tabela 1). Os artigos analisados foram publicados entre 2009 e 2016, sendo que o ano de 2012 concentrou maior número de publicações, como mostra o gráfico 1.

Gráfico 1: Número de publicações por ano

Dentre os instrumentos utilizados nos estudos para avaliação da qualidade de vida ou do nível de estresse entre os estudantes de medicina, o questionário WHOQOL-BREF foi utilizado em 7 artigos (53.64%), algumas vezes associado a outros, como o DEPRESSION, ANXIETY AND STRESS SCALE – DASS ou o MASLACH BURNOUT INVENTORY-MBI. (Tabela 2)

Tabela 2 – Distribuição de instrumentos de qualidade de vida e estresse nos periódicos

Instrumento	N	%
WHOQOL-BREF	7	53.8%
DEMAND-CONTROL-SUPPORT — DCS	1	7.7%
INVENTÁRIO DO ESTRESSE ACADÊMICO – IEA	1	7.7%
CRONOGRAMA GERAL DE BEM-ESTAR DE DUPUY	1	7.7%
MASLACH BURNOUT INVENTORY-MBI	3	23.1%
DEPRESSION, ANXIETY AND STRESS SCALE – DASS	2	15.4%
ESCALA DE AUTO-EFICÁCIA GERAL – GSE	1	7.7%
SATISFACTION WITH LIFE SCALE – SWLS	1	7.7%
ESCALA DE ESTRESSE PERCEBIDO	1	7.7%
MEDICAL OUTCOMES STUDY SHORT FORM - SF-8	2	15.4%

Aquino JB, Aracaju, 2018

Os principais resultados encontrados estão expostos na tabela 3.

Os estudos demostram que estudantes dos períodos mais avançados apresentam maiores prejuízos na qualidade de vida, principalmente nos domínios psicológicos e físicos do questionário de WHOQOL-BREF, assim como maiores níveis de estresse do que aqueles em períodos iniciais.[6,7,8,9] Vale ressaltar que estudantes do sexo feminino se mostraram mais vulneráveis.[17,8]

Quando comparados à população geral de mesma faixa etária, os discentes de medicina apresentam altas taxas de exaustão emocional, despersonalização e Burnout.[6,18] Além de, maiores prejuízos nos domínios físico, psicológico e social da qualidade de vida.[6,7,9,]

Os estudos sugerem que a carga horária excessiva do curso de medicina, geralmente maior que 30 horas semanais, e por ser em tempo integral, sejam os principais fatores agravantes, por não permitirem que os estudantes pratiquem atividades físicas ou se socializem com estudantes de outras áreas.[6,10]

Tabela 3- Principais resultados

Alunos do final do curso apresentam maiores taxas de estresse e maior prejuízo na qualidade de vida	Olmo NRS (2012)[6], Alves JGB (2010)[7], Aboalshamat K (2015)[8] Reed DA (2011)[12], Voltmer E (2010)[9]
Alunos de medicina apresentam taxas de estresse e maior prejuízo na qualidade de vida do que a população geral	Dyrbye LN (2014)[17] Daniel P (2015)[14] Voltmer E (2010)[9]
Carga horária excessiva e curso em tempo integral como fatores estressantes	Olmo NRS (2012)[6] Martin YD (2010)[10]
Tipo de avaliação como fator estressante	Bloodgood RA (2009) [11] Reed DA (2011)[12],
Inicio do estágio, prejuízo no sono e Despreparo do aluno para lidar com o processo de vida/morte	Dyrbye LN (2014)[13] Daniel P (2015)[14] Yang Z (2012)[16]

Aquino JB, Aracaju, 2018

Essas consequências elevam-se ainda mais nos estudantes de períodos mais avançados, pois coincidem com início dos estágios acadêmicos, principalmente o internato. O maior número de plantões acarreta prejuízo no sono e podem levar ao desenvolvimento de distúrbios do humor, assim como o despreparo de lidar com as inúmeras situações de vida/morte dos pacientes.[13, 14, 15, 16]

Nos EUA, o modo de avaliação graduada com 2 níveis (APROVADO/REPROVADO) se mostrou mais benéfico do que quando graduado em 5 níveis (A, B, C, D e E), sem prejuízos no desempenho dos alunos em exames de estágios e/ou de residência médica. Os alunos do sistema

aprovado/reprovado apresentaram aumentos significativos no bem-estar e satisfação com a vida pessoal[11,12].

CONCLUSÃO

O instrumento de avaliação da qualidade de vida da Organização Mundial de saúde na sua forma abreviada (WHOQOL-BREF) foi o método mais difundido.

Embora os dados ainda sejam escassos na literatura, constatou-se que o estudante de medicina apresenta escores ruins de qualidade de vida e estão submetidos a altos níveis de estresse mais que outros universitários e/ou população geral. A carga horária excessiva, curso em tempo integral e o regime de plantões no internato são os que mais contribuem para esses dados.

É preciso repensar formas do ensino médico e dar maior suporte aos estudantes de medicina. No cenário atual, o método da aprendizagem baseada em problemas (PBL, sigla em inglês) surge como forma de reorganização da educação médica. Porém, nessa revisão não encontramos estudos que demonstrassem seu impacto na qualidade de vida dos estudantes.

REFERÊNCIAS

1. Berlim TM, Fleck MPA “Quality of life”: a brand new concept for a research and practice in psychiatric. Rev Bras Psiquiat [internet]; 2003 [acesso em março de 2018]; 25(4): 249-252. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462003000400013

2. Sadir MA, Bignotto MM, Lipp MEN. Stresse qualidade de vida: infuência de algumas variáveis pessoais. Paideia [internet]. 2010 [acesso em março de 2018]; 20(45): 73-81. Disponível em: http://www.redalyc.org/html/3054/305423775010/

3. Lee J, Graham AV. Students’ perception of medical school stress and their evaluation of a wellness elective. Med Educ [internet]. 2001 [acesso em março de 2018];35(7): 652-9. Disponível em: https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1046/j.1365-2923.2001.00956.x

4. Enns MW, Cox BJ, Sareen J, Freeman P. Adaptive and maladaptive perfectionism in medical students: a longitudinal investigation. Med Educ. [internet]. 2001 [acesso em março de 2018] ;35(11):1034-42. Disponível em: https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1365-2923.2001.01044.x

5. Goldin SB, Wahi MM, Farooq OS, et al. Student quality-of-life declines during third year surgical clerkship. J Surg Res [internet]. 2007 [acesso em março de 2018];143(1):151-7. Disponível em: https://www.journalofsurgicalresearch.com/article/S0022-4804(07)00529-X/fulltext

6. Olmo NRS, Ferreira LF, Prado AD, Martins LC, Dedivitis RA. Percepção dos estudantes de medicina do primeiro e sexto anos quanto à qualidade de vida. Diagn Tratamento [internet]. 2012 [acesso em abril de 2018]; 17(4):157-61. Disponível em: http://files.bvs.br/upload/S/1413-9979/2012/v17n4/a3327.pdf

7. Alves JGB, Tenorio M, Anjos AG, Figueroa JN. Qualidade de vida em estudantes de Medicina no início e final do curso: avaliação pelo Whoqol-bref. Rev bras educ med [internet]. 2010 [acesso em abril de 2018]; 34(1): 91-96. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022010000100011&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt

8. Aboalshamat K, Hou XY, Strodl E. Psychological well-being status among medical and dental students in makkah, saudi arabia: a cross-sectional study. Med Teach [internet]. 2015 [acesso em abril de 2018]; 37(1): 75-81. Disponível em: https://www.tandfonline.com/doi/full/10.3109/0142159X.2015.1006612

9. Voltmer E, Rosta J, Aasland OG, Spahn C. Study-related health and behavior patterns of medical students: a longitudinal study. Med Teach [internet]. 2010 [acesso em abril de 2018]; 32(10): 422-428. Disponível em: https://www.tandfonline.com/doi/full/10.3109/0142159X.2010.496008

10. Martin YD. Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina. Rev Hum Med [internet]. 2010 [acesso em abril de 2018]; 10(1): 6. Disponível em: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202010000100007

11. Bloodgood RA, Short JG, Jackson JM, Martindale JR. A change to pass/fail grading in the first two years at one medical school results in improved psychological well-being. Acad med [internet]. 2009 [acesso em abril de 2018]; 84(5): 655-662. Disponível em: https://insights.ovid.com/crossref?an=00001888-200905000-00028

12. Reed DA, Shanafelt TD, Satele DW, Power DV, Eacker A, Harper W et al. Relationship of pass/fail grading and curriculum structure with well-being among preclinical medical students: a multi- institutional study. Acad med [internet]. 2011 [acesso em abril de 2018]; 86(11): 1367-1373. Disponível em: https://journals.lww.com/academicmedicine/Fulltext/2011/11000/Relationship_of_Pass_Fail_Grading_and_Curriculum.29.aspx

13. Dyrbye LN, West CP, Satele D, Boone S, Tan L, Sloan J et al. Burnout among u.s. medical students, residents, and early career physicians relative to the general u.s. population. Acad med [internet]. 2014 [acesso em abril de 2018]; 89(3): 443-451. Disponível em: https://insights.ovid.com/pubmed?pmid=24448053

14. Daniel P, Queiroz V. Influence of burnout and sleep difficulties on the quality of life among medical students. SpringerPlus [internet]. 2015 [acesso em abril de 2018]; 4: 676. Disponível em: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4635110/?tool=pubmed

15. Singh R, Shriyan R, Sharma R, Das S. Pilot study to assess the quality of life, sleepiness and mood disorders among first year undergraduate students of medical, engineering and arts. Jour Clin and Diag Res [internet]. 2016 [acesso em abril de 2018]10(5):1-5. Disponível em: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4948422/?tool=pubmed

16. Yang Z, Bo Q, Shisi L, Dongbo W, Ying G, Jie L. Quality of life of medical students in china: a study using the whoqol-bref. Plos one [internet]. 2012 [acesso em abril de 2018]; 7(11): 9. Disponível em: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3507917/?tool=pubmed

17. Meyer C, Guimaraes ACA, Machado Z, Parcias SR. Qualidade de vida e estresse ocupacional em estudantes de medicina. Rev bras educ med [internet]. 2012 [acesso em abril de 2018]; 36(4): 489-498. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022012000600007

18. Figueiredo AM, Ribeiro GM, Regianni ALM, Pinheiro BA, Leopoldo GO, Duarte JAH et al. Percepções dos estudantes de medicina da ufop sobre sua qualidade de vida. Rev bras educ med [internet]. 2014 [acesso em abril de 2018]; 38 (4): 435-443. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022014000400004