



SÍNDROME DE BURNOUT EM ESTUDANTES DE MEDICINA E SEUS EFEITOS NA ANSIEDADE, DEPRESSÃO E USO DE SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS

**Amanda Magnago Faccini¹ ; Gabriela Dal Molin² Luiza de Souza
Tutumi³ ; Maria Eduarda Videira Macedo da Costa Lopes⁴**

¹ Titulação; IES, Curso, Cidade-UF, e-mail

² Titulação; IES, Curso, Cidade-UF, e-mail

³ Titulação; IES, Curso, Cidade-UF, e-mail

⁴ Titulação; IES, Curso, Cidade-UF, e-mail

1 INTRODUÇÃO

Estresse, frustrações, cansaço, elevadas cargas de estudo, lidar com o sofrimento alheio, ambiente de competição, privação do convívio social e do lazer, ansiedade, temor de cometer erros, exposição a óbitos são situações comuns na vida do estudante de medicina e podem acarretar a Síndrome de *Burnout* (SB), que pode levar ao grupo universitário a buscar estratégias de escape deste cenário. Muitos estudantes recorrem as Substâncias Psicoativas (SPA) como forma de minimizar as adversidades psíquicas, apesar de não atuarem nas causas, nem conduzirem os usuários ao gerenciamento de seus anseios.

Estudos apontam que os graduandos de medicina possuem um bem-estar psicossocial inferior quando comparados jovens da mesma idade que fazem outro curso ou atividade. Além disso, possuem maior tendência à depressão e SB, quando comparados ao resto da população. Tudo indica que os fatores etiológicos são, principalmente: o ambiente estressante e competitivo, a carga horária exaustiva, privação de sono, e os fatores institucionais e curriculares (PACHECO *et al.*, 2017).

A SB é uma doença que vêm atingindo cada vez mais pessoas no seu ambiente de trabalho e nas universidades. Há um esgotamento devido a uma pressão emocional à qual as pessoas são submetidas no seu lugar de trabalho e estudo (ALVES, 2017). A concepção de Burnout em estudantes se estabelece de três aspectos:

- a) Exaustão emocional, definida pelo sentimento de exaustão em decorrência das exigências do estudo;
- b) Descrença, descrita como surgimento de uma atitude cínica e distante relacionada ao estudo;
- c) Ineficácia profissional, entendida pela impressão de estarem sendo incompetentes na vida estudantil. Estudos têm constatado que o Burnout pode ter início durante o período de acadêmico e continuar na vida profissional (CARLOTTO; NAKAMURA; CÂMARA, 2006).

O uso recreativo de SPA por universitários, por vezes, tem início por influência do meio social em que o indivíduo está inserido, e na necessidade de sentir-se integrado. Ocorreria também por curiosidade e oportunidade de uso. Somado a esses fatores, o surgimento de novos hábitos e rotinas, distanciamento da família, novos amigos, independência, dificuldade da vida acadêmica, apreensão com o futuro, podem levar o estudante a utilizar essas substâncias (DAZIO *et al.*, 2016).



A carga horária excessiva de uma faculdade de medicina, associada a grande cobrança e a responsabilidade exigidas, levam, por vezes, os estudantes a se privarem das horas necessárias de sono, com o intuito de cumprir metas pré-estabelecidas. A privação do sono interfere direta e indiretamente na qualidade de vida de um estudante em graduação. Além disso, as desordens do sono podem levar a modificações consideráveis no desempenho físico, cognitivo, ocupacional e social do indivíduo, acarretando: irritabilidade, medo, uso de SPA, humor instável, problemas de conduta, tentativa ou ideação suicida, cefaleia, outros (MULLER; GUIMARÃES, 2007).

SPA são substâncias químicas que altera uma ou mais funções do sistema nervoso central (SNC), provocando efeitos de caráter psíquico e comportamentais. Promovem, geralmente, um sentimento de prazer/excitação, pois estão ligadas às áreas de recompensa cerebrais, como o *nucleus accumbens*, *locus ceruleus* e a área tegumentar (DALGALARRONDO, 2008). Essas drogas podem ser usadas de maneira lícitas ou ilícitas com diversos objetivos como: alívio da dor, aumento da capacidade de concentração, elevação do prazer, relaxamento, etc.

Pode-se classificar as drogas psicoativas como: estimulantes, depressoras ou perturbadoras do SNC (UNIFESP, *on-line*).

Dentre as SPA, podem ser citadas aquelas que são classificadas pela Classificação Internacional das Doenças (CID-10) com desencadeadoras de transtornos mentais. São elas: álcool, opiáceos, cocaína, solventes voláteis, *canabinóides*, alucinógenos, sedativos e hipnóticos, estimulantes (incluindo cafeína), nicotina, etc. Quando o uso de SPA é feito de maneira indiscriminada, pode-se atribuir a este, o surgimento de transtornos mentais e comportamentais, que podem divergir em sua sintomatologia, porém convergem no caráter etiológico. Estes são reunidos no CID-10 pelos caracteres F10-F19 (OMS, 2017).

As complicações devido ao abuso da ingestão de álcool nos jovens, que representam grande maioria dos universitários, são diferentes do adulto. Nos jovens, o grande consumo alcóolico pode gerar efeitos negativos prejudicando a relação familiar, problemas com docente, agressões, queda do rendimento acadêmico, vandalismo, além de comportamentos de alto risco, como dirigir embriagado, assim como promiscuidade, que pode resultar em gravidez indesejada e/ou infecções sexualmente transmissíveis. Normalmente, os universitários que consomem excessivas quantidades de álcool, se forem comparados com os que não bebem, tendem a ter mais comportamentos de riscos (CASTANÕ-PEREZ; CALDERON-VALLEJO, 2014).



Outra SPA recorrida pelos estudantes no momento de sobrecarga é a *Cannabis sativa*, popularmente conhecida como maconha, no Brasil. O consumo de maconha pode causar efeitos considerados positivos, como sensação de relaxamento, a pessoa fica eufórica e tem o prazer sexual elevado. Há, também, os efeitos negativos que são: ansiedade, pânico, paranoia, rebaixamento das competências mentais, principalmente da atenção e memória, além de aumentar do risco de surgimento de doenças psiquiátricas. Seu uso crônico pode acarretar alterações neuropsíquicas como déficits de aprendizagem e memória, diminuição progressiva da motivação, prejudicando, ainda mais, os estudantes (RIGONI *et al.*, 2007).

Os Benzodiazepínicos (BZD) são fármacos que possuem a capacidade de deprimir a função do SNC, levando a calma e sonolência. Eles promovem a ligação do neurotransmissor inibitório GABA aos seus respectivos receptores, mais especificamente o subtipo GABA A. A maioria dos seus efeitos são resultados da sua ação no SNC, tendo como os principais: hipnose, sedação, relaxamento muscular, amnésia anterógrada e atividade anticonvulsivante¹¹.

Muitas vezes, os alunos recorrem a essa classe farmacológica, por conta própria, para se acalmarem mediante a ansiedade que o meio acadêmico pode gerar. Porém, se esse uso virar crônico pode correr o risco de gerar dependência e uso abusivo. Os sintomas de abstinência podem intensificar, temporariamente, os gatilhos que levaram ao uso (BRUNTON; CHABNER; KNOLLMANN, 2012).

Como uma forma de aumentar o rendimento acadêmico, muitos estudantes recorrem a substâncias estimulantes do SNC, que são capazes elevar o estado de alerta, aumentar a motivação, e, ainda, causam melhora no humor e no desempenho cognitivo. Pode-se citar como principais substâncias *neuroestimulantes*: cafeína, *metilfenidato* (*Ritalina*®), *modafinil* (*Stavigile*®), e anfetaminas, como a *lisdexanfetamina* (*Venvanse*®). Vale ressaltar que os acadêmicos de medicina fazem parte dos principais grupos com maior vulnerabilidade de abuso dessas substâncias (MORGAN *et al.*, 2017).

Por mais que o uso do cigarro tenha sofrido uma queda nos últimos anos, ainda é possível ver alguns estudantes fazendo o uso, principalmente durante as festas universitárias, onde é combinado com o álcool, na maioria das vezes. A nicotina é uma das substâncias presentes no tabaco e possui alta tendência a causar dependência nos usuários. Possui ação no Sistema Nervoso Periférico (SNP) e Central. A exposição crônica à nicotina pode levar a elevação do número de receptores de nicotina podendo causar tolerância e dependência (BRUNTON; CHABNER; KNOLLMANN, 2012).



Quando os estudantes de medicina chegam à faculdade, seus pensamentos são consumidos por grandes expectativas, pois são meses estudando para passar no tão sonhado vestibular. Porém, quando começam a realmente estudar medicina, percebem que muitas adversidades estão dentro desse grande sonho. Junto com a alegria de estar aprendendo a curar e aliviar os sofrimentos do próximo, vem a luta para pagar as altas mensalidades do curso particular; a mudança de cidade, para alguns; a adaptação na nova rotina; o surgimento de novas amizades; o lidar com pessoas de diferentes faixas etárias; a grande exigência por parte da instituição.

2 JUSTIFICATIVA

O alto índice do uso de substâncias psicoativas, sejam estas lícitas ou ilícitas, no meio de acadêmico é reconhecido e confirmado pela literatura, principalmente estudantes de medicina, devido à alta cobrança. Portanto, torna-se fundamental o rastreamento de estudantes com Síndrome de *Burnout*, principalmente aqueles que recorrem às drogas para aliviar o sofrimento, para atenuação dos fatores que predispõem a este ato danoso. Considerando que ainda não se tenha mensurado esses dados em estudantes de medicina da FMC, conjunto com as consequências a qual esta prática poderá ocasionar, se houver significativa ocorrência destas situações, torna-se considerável a realização deste estudo.

O reconhecimento da presença ou não de *Burnout* e uso de drogas psicoativas entre os estudantes de medicina da FMC, poderá orientar a definição de ações que tenham como objetivo modificar este panorama que tem potencial de complicar a saúde física e mental desses acadêmicos.

3 OBJETIVOS

3.1 Objetivos gerais

Investigar da prevalência o rastreamento de *Burnout* e sua associação ao uso de drogas psicoativas na Faculdade de Medicina de Campos (FMC), em Campos dos Goytacazes, região Norte Fluminense do estado do Rio de Janeiro.



3.2 Objetivos específicos

- Traçar o perfil epidemiológico dos usuários de substâncias lícitas e ilícitas na Faculdade de Medicina de Campos;
- Determinar as substâncias psicoativas mais utilizadas pelos estudantes de medicina da FMC;
- Reconhecer em que fase da formação médica há maior consumo de substâncias psicoativas;
- Apontar condições predisponentes ao começo e manutenção da utilização de substâncias psicoativas em estudantes de medicina da FMC;
- Rastrear *Burnout* em acadêmicos de medicina da FMC utilizando questionários.

4 METAS

A meta desse estudo é reconhecer se os estudantes sofrem de *Burnout*, se usam ou não substâncias psicoativas, e quais são as substâncias psicoativas mais utilizadas. A partir desse projeto, os atuais e futuros estudantes de medicina da FMC, poderão usufruir do mesmo, visto que, ao ter sabedoria da existência da prática prejudicial por meio destes, estes estudantes terão a possibilidade de maior acessibilidade à serviços de apoio ao estudante (SAE), se porventura considerem necessário, antes mesmo de buscarem ao uso de substâncias aliviadoras de estresse e promotoras de concentração.

5 MÉTODOS

5.1 Desenho do estudo

Trata-se de um estudo transversal, comparativo, qualitativo, quantitativo com amostragem por conglomerado.

5.2 Descrição da população

Serão incluídos nesta pesquisa alunos da FMC, matriculados no curso de Medicina, do primeiro ao 12º período.



A população total será dividida em subgrupos heterogêneos representativos da população global de acordo com o ciclo de formação da faculdade de medicina (ciclo básico que corresponde do 1º ao 4º período, ciclo clínico do 5º ao 8º, internato do 9º ao 12º)

5.3 Aspectos éticos

Tem como finalidade com este projeto a aprovação do estudo pelo comitê de ética e pesquisa envolvendo seres humanos da FMC. A inclusão neste projeto será voluntária, através da utilização de formulários anônimos, portanto, gostaríamos de suplicar que não fosse preciso a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), garantindo sigilo dos dados coletados dos indivíduos participantes. Além disso, garantem que os dados sejam utilizados exclusivamente com finalidade de estudo.

5.4 Técnica de coleta de dados

Serão adquiridos dados dos indivíduos da pesquisa através de um questionário anônimo de múltipla escolha, que será distribuído de forma aleatória dentre as salas de aula da Faculdade de Medicina de Campos em horários mais oportunos.

5.5 Análise de dados

Os dados serão digitados em planilhas utilizando *Pages Excel*, e posteriormente para SPSS. Os dados do Banco serão conferidos e verificados por 3 integrantes do grupo de pesquisa. A significância estatística das possíveis associações será estimada por teste de Fisher com $p > 0,05$, verificado com teste de Bonferroni. Os gráficos serão desenhados com o programa *Microsoft Office Excel*.

6 RESULTADOS ESPERADOS

Esperamos com a execução da pesquisa, descobrir um perfil epidemiológico dos usuários de substância psicoativa associado ao *Burnout* seguindo um padrão de homens, brancos, de faixa etária entre 21 e 24 anos. Compreende-se que pela utilização indiscriminada e pela inexistência de restrições acerca da sua utilização, o uso da cafeína será visto na grande parte dos indivíduos da pesquisa em doses mais altas do que o indicado.



Presumimos que depararemos a cafeína como primordial substância psicoativa usada de forma geral, dessa forma a prevalência identificada será a mesma na população mundial. E se examinarmos de maneira específica por gênero, a droga lícita mais utilizada em segundo lugar seria o álcool, e a ilícita sendo principalmente pelos homens, a maconha.

Diante de sintomas psiquiátricos não diagnosticados, expectamos encontrar aqueles correlacionados com o *Burnout*.

REFERÊNCIAS

ALVES, M. E. Síndrome de burnout. **Psychiatry online**, Brasil, v. 22, n. 9, set. 2017.

BRUNTON, L. L.; CHABNER, B. A.; KNOLLMANN, B. C. **Goodman & Gilman**: as bases farmacológicas da terapêutica. 12. ed. Rio de Janeiro: McGraw-Hill, 2012.

CARLOTTO, M. S.; NAKAMURA, A. P.; CÂMARA, S. G. Síndrome de burnout em estudantes universitários da área da saúde. **PSICO**, Porto Alegre, v. 37, n. 1, p. 57-62, jan./abr. 2006.

CASTAÑO-PEREZ, G.; CALDERON-VALLEJO, G. Problemas associados ao consumo de álcool em estudantes universitários. **Revista Latino-Americana De Enfermagem**, [S.L.], v. 22, n. 5, p. 739-746, 2014.

DALGALARRONDO, P. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

MORGAN, H. L. *et al.* Consumo de estimulantes cerebrais por estudantes de medicina de uma universidade do extremo sul do Brasil: prevalência, motivação e efeitos percebidos. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de Janeiro, v. 41, n. 1, p. 102-109, jan. 2017.

MULLER, M.; GUIMARAES, S. S. Impacto dos transtornos do sono sobre o funcionamento diário e a qualidade de vida. **Estud. psicol.**, Campinas, v. 24, n. 4, p. 519-528, dez. 2007.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **CID-10**: classificação estatística internacional de doenças e problemas relacionados à saúde. 10. ed. São Paulo: USP; OMS, 2017.

PACHECO, J. P. *et al.* Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. **Rev. Bras. Psiquiatr.**, São Paulo, v. 39, n. 4, p. 369-378, dez. 2017.

RIGONI, M. S. *et al.* O consumo de maconha na adolescência e as consequências nas funções cognitivas. **Psicol. estud.**, Maringá, v. 12, n. 2, p. 267-275, ago. 2007.

UNIFESP (São Paulo). **Classificação das drogas psicotrópicas**. Disponível em: <https://www2.unifesp.br/dpsicobio/drogas/classifi.htm>. Acesso em: 5 maio. 2021.

EDIÇÃO ESPECIAL

Pandemia

COMO CITAR ESTE ARTIGO

ABNT: FACCINI, A. M. *et al.* Síndrome de *burnout* em estudantes de medicina e seus efeitos na ansiedade, depressão e uso de substâncias psicoativas. **Revista Interdisciplinar do Pensamento Científico**, Itaperuna, v. 06, n. 3, p. 1-9. 2020. DOI: 10.209512446-6778v6n3a1.

AUTOR CORRESPONDENTE

Nome completo: Amanda Magnago Faccini
e-mail: não informado

Nome completo: Gabriela Dal Molin
e-mail: não informado

Nome completo: Luiza de Souza Tutumi
e-mail: não informado

Nome completo: Maria Eduarda Videira Macedo da Costa Lopes
e-mail: não informado

RECEBIDO

20. 08. 2020.

ACEITO

20. 12. 2020.

PUBLICADO

25. 10. 2021.

TIPO DE DOCUMENTO

Artigo Original