



Artigo de Revisão

DOI: <http://dx.doi.org/10.5935/2447-8539.20170006>

## Impactos na qualidade de vida de estudantes de medicina com transtornos de síndrome do pânico.

*Impacts on the quality of life of medical students with panic disorder.*

Lucivânia Marques Pacheco<sup>1\*</sup>, Amanda Naves Nunes<sup>1</sup>, Júlia Veloso Romão<sup>1</sup>, Káren Caroline de Carvalho<sup>1</sup>, Kerolayne Reis Costa<sup>1</sup>, Lais Maria Fernandes<sup>1</sup>, Lara Andrade Barcelos e Silva<sup>1</sup>, Lohane Araújo Martins<sup>1</sup>, Marcus Gabriel Corrêa Loureiro<sup>1</sup>, Maria Eduarda Moreira Martins da Costa<sup>1</sup>, Maria Luiza Nasciutti Mendonça<sup>1</sup>, Mariana dos Santos Mello<sup>1</sup>, Marina Giovanni dos Santos Noronha<sup>1</sup>, Marina Rodrigues de Araujo Ávila<sup>1</sup>, Marina Silveira Amorim<sup>1</sup>, Morgana Soares Borges<sup>1</sup>, Roberta Franco Souza<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Instituto Master de Ensino Presidente Antônio Carlos – IMEPAC. Araguari, MG.

\* Autor para correspondência (e-mail): [lucivania@imepac.edu.br](mailto:lucivania@imepac.edu.br)

### RESUMO

Qualquer pessoa pode ser acometida por um ataque de pânico em algum momento de sua vida, dependendo da situação a que estiver exposta. A repetição de ataques de pânico, porém, desencadeia a crise conhecida como síndrome do pânico – um conjunto de sintomas, emoções e alterações de comportamento provocado por fatores emocionais, ambientais e situacionais agregados a uma disfunção biológica básica. No âmbito acadêmico, em cursos como o de Medicina, que possui carga horária elevada, demandando muitas horas de estudo e a necessidade de bons resultados, é comum o elevado índice de estudantes com síndrome do pânico. Nesse contexto, o presente trabalho tem como objetivo analisar artigos indexados nas bases de dados e avaliar o impacto causado pela síndrome do pânico na qualidade de vida dos estudantes de Medicina. Os resultados encontrados apontam que acadêmicos com histórico de ansiedade, pânico ou depressão e sem religião apresentam piores índices de qualidade de vida. Outro grupo de risco para a Síndrome do Pânico são os alunos provenientes de outras cidades. É importante que os acadêmicos de Medicina com síndrome do pânico sejam monitorados e atendidos por programas especiais para melhorar seu bem-estar, e evitar que os ataques de pânico evoluam para um quadro mais grave como a depressão.

**Palavras-Chave:** síndrome do pânico, estudantes de medicina, qualidade de vida.

### ABSTRACT

Everybody can have a panic attack at any moment in life, depending on what the person is exposed to. The recurrence of panic attacks, however, can trigger a crisis known as panic disorder – a set of symptoms, emotions, and alterations of behavior caused by emotional, environmental, and situational factors coupled with a basic biological dysfunction. In the academic field, in programs such as the medical, which has high study and research hours and the need of good results, is common to have an elevated amount of students with panic disorder. In this context, the present work has the objectives of analyzing articles indexed in the data bases and analyzing the impact of panic disorders in the quality of life of medical students. The results found point that students with anxiety, depression or panic history and not being part of a religion have worse indications of life quality. Another risk group for Panic Disorder are students that move to other cities to study. It's important that students of the medical field with panic disorder are monitored and helped by special programs to improve their well-beings and avoid that panic attacks evolves to something more serious, like depression.

**Key Words:** Panic Disorder, quality of life, Medical students.

## Introdução

O tipo mais comum de transtorno de ansiedade é o conhecido como Síndrome do Pânico. Desde a primeira metade do século XIX, já eram conhecidos os ataques de pânico por meio de relatos médicos feitos com soldados durante as guerras, porém, a doença somente foi reconhecida em 1980, pela Sociedade Americana de Psiquiatria. (ZUARDI, 2017)

Essa patologia é caracterizada por crises inesperadas de desespero e medo intenso, mesmo que não haja um motivo ou sinal de perigo iminente, que se manifestam de forma debilitante, atrapalhando a rotina de quem sofre desse mal. Os ataques de Síndrome do Pânico podem “imitar” vários problemas de saúde mais sérios, como infartos, tumores cerebrais e esclerose múltipla, o que preocupa constantemente os portadores desse transtorno frente a possibilidade de ter episódios recorrentes, e perder o controle ou até mesmo enlouquecer.

A síndrome do pânico é mais frequente em mulheres, geralmente tem início entre a fase final da adolescência e o início da idade adulta e as crises têm duração de cerca de 10 a 20 minutos, podendo variar de acordo com a pessoa e a intensidade do ataque (SALUM; BLAYA; MANFRO, 2009). As causas exatas da síndrome do pânico são desconhecidas, embora a ciência acredite que um conjunto de fatores possa desencadear o desenvolvimento desse transtorno, como a genética, o fato de se ter passado por alguma experiência traumática, determinadas mudanças radicais ocorridas na vida, episódios de morte ou adoecimento de uma pessoa próxima e, principalmente, situações de estresse extremo.

Fazendo um recorte para um público específico, qual seja estudantes de cursos universitários, estima-se que de 15% a 25% apresentam algum tipo de transtorno psiquiátrico durante a sua formação acadêmica, em especial graduandos do curso de medicina (CAVESTRO; ROCHA, 2006; CERCHIARI; CAETANO; FACCENDA, 2005 apud SERINOLLI; EL-MAFARJEH, 2015).

Os fatores que podem influenciar a prevalência de ansiedade e depressão nesses estudantes são a elevada carga horária, grande volume de matérias, maior contato com pacientes portadores de diversas doenças e prognósticos, insegurança em relação ao ingresso no mercado de trabalho, cobrança da sociedade e da instituição de ensino, além da auto cobrança, típica deste curso.

Estudos recentes demonstram que, apesar do alto nível de aflição que acomete os estudantes de Medicina, apenas de 8% a 15% deles procuram cuidado psiquiátrico durante a sua formação, o que dificulta o tratamento. Esses estudos revelam, ainda, que o transtorno poder interferir diretamente no rendimento do estudante durante todo o curso (SERINOLLI; OLIVA; EL-MAFARJEH, 2015).

Diante desse contexto, este estudo pretende contribuir com o aprofundamento das discussões de cunho teórico-metodológico, acerca do Transtorno da Síndrome do Pânico, reunindo informações essenciais para a construção do conhecimento acadêmico e auxílio aos profissionais de saúde, visando a atenção e cuidados àqueles que sofrem desse transtorno.

A fim de atingir o objetivo proposto neste estudo foi empreendida uma busca de artigos acadêmicos produzidos nos últimos anos em bases de dados eletrônicas, e em referências bibliográficas de trabalhos acadêmicos. Por se tratar de uma revisão de cunho narrativa, foi feita uma análise qualitativa da literatura encontrada com intuito de ampliar os conhecimentos sobre a temática abordada. Foram usados como descritores: síndrome do pânico, estudantes de medicina, qualidade de vida.

## Discussão

Na última década a saúde mental dos universitários, em especial dos estudantes de Medicina, passou a ser evidenciada por diversos estudos, devido à pré-disposição desse grupo a patologias como depressão, síndrome do pânico, crise de ansiedade etc. As faculdades de medicina propiciam um ambiente de muita competição e estresse; os estudantes são submetidos diariamente a altas cargas de cobrança e responsabilidade, o que coloca à prova sua saúde mental.

Resende et al. (2007), por exemplo, constaram, por meio de um estudo realizado com 400 acadêmicos do curso de Medicina de uma Faculdade Federal, a predominância de sintomas depressivos em 79% deles, sendo que em 29% os sintomas tinham grau leve; em 31% os sintomas tinham grau moderado e 19,25% apresentavam sintomas depressivos graves.

Os autores observaram que os principais fatores desencadeadores de crise são, por ordem de frequência, escolares, pessoais, familiares e sócio-econômicos. Também apresentaram dados relevantes sobre o grau de satisfação dos estudantes com o curso de medicina, de acordo com a pontuação obtida pelo IBD, que se mostrou negativa, e significativa sobre o ponto de vista estatístico; esse resultado evidencia uma realidade prática, de que alunos com maior grau de entusiasmo com o curso demonstram maior engajamento e prazer na realização das atividades.

Segundo os autores, os resultados de sua pesquisa indicam a necessidade de maiores investimentos e estudos sobre a saúde mental dos futuros médicos. Não obstante, é imprescindível, uma reforma no currículo do curso de graduação de medicina, exigindo não apenas a humanização da relação médico-paciente, mas também uma formação humanista do médico.

Serinolli, Oliva, El-Mafarjeh (2015) chamam a atenção sobre a complexidade e dificuldade de um curso de Medicina, o que vem causando diversos impactos na qualidade de vida dos estudantes, fato que é comprovado cientificamente. Pesquisas indicam que transtornos mentais e depressão são exemplos desses impactos e as chances de se sofrer de algum transtorno mental aumentam no decorrer da graduação. Esse sofrimento originou o termo conhecido como “presenteísmo” – o profissional ou estudante está presente, mas não consegue desenvolver todo o seu potencial e produtividade para criar uma boa relação médico-paciente. Assim, esses profissionais se tornam incapazes pela falta de um aproveitamento acadêmico satisfatório. Tal fato, assevera os autores, tem sido uma das preocupações centrais, devido à grande necessidade de se formar, no Brasil, médicos com características compatíveis com o sistema de saúde pública, o SUS, em que as questões do humanismo

são essenciais para a relação médico-paciente nesse modelo de atenção à saúde. Por essa razão, acrescentar a educação ético-humanista é um desafio, pois estudos brasileiros mostram que a prevalência de depressão entre os estudantes de medicina pode chegar até 28,8% comparando-se com relatos de taxas de adoecimento para alguns transtornos psiquiátricos em estudantes universitários no geral que variam de 15% a 25%.

Serinolli, Oliva, El-Mafarjeh (2015) entendem que a Síndrome do Pânico, assim como os demais transtornos depressivos, possui condição multicausal, envolvendo fatores genéticos e fatores sociais, como sexo, período do curso, o fato de o estudante morar sozinho, de ter dificuldades financeiras, etc.

De acordo com os autores, acadêmicos de Medicina que apresentam histórico de ansiedade, pânico ou depressão têm pior índice de qualidade de vida nos quatro domínios analisados no estudo: domínio físico, domínio psicológico, (envolvendo as questões sobre sentimentos positivos, pensar, aprender, memória e concentração, autoestima, imagem corporal e aparência e sentimentos negativos), domínio das relações sociais e do meio ambiente.

Essa análise possibilita a identificação de estudantes que demandam acompanhamento especial, e ajuda a prevenir prejuízos na sua qualidade de vida durante o curso e, até mesmo, possíveis consequências decorrentes de agravos da síndrome do pânico, da ansiedade e da depressão.

A pesquisa de Serinolli, Oliva, El-Mafarjeh (2015) traz um alerta preocupante: estudantes com quadro depressivo normalmente não buscam tratamento e o quadro evolui, surgindo transtornos psiquiátricos, incluindo distúrbios de ansiedade (ansiedade generalizada; fobias; síndrome do pânico; entre outros) e clínicos (doenças cardiovasculares, autoimunes, entre outras). A consequência mais grave, contudo, é assinalada pela Fundação Americana para a Prevenção do Suicídio (*American Foundation for Suicide Prevention*); de acordo com esse órgão, de 300 a 400 médicos cometem suicídio anualmente e no Brasil, recentemente, o Conselho Federal de Medicina publicou um artigo em que foi apontado que 5% dos médicos apresentam pensamentos suicidas, o que comprova que os distúrbios depressivos interferem negativamente na qualidade de vida dos estudantes de Medicina.

Quanto ao Transtorno do Pânico, mote deste estudo, é sabido que interfere sobremaneira na qualidade de vida do acadêmico de Medicina. O tratamento desse transtorno, de acordo com Ito (2001) e Zuardi (2017) envolve uma cuidadosa avaliação clínica e laboratorial, sendo importante estabelecer a presença de comorbidades como depressão e agorafobia (medo de estar em locais abertos ou multidões). É imprescindível o esclarecimento sobre o transtorno e seus sintomas ao paciente, salientando que não ameaça a vida, nem são incomuns, para, assim, criar uma aliança com o paciente. A opção pelo tratamento farmacológico, psicoterápico ou combinação dos dois vai depender de muitos fatores como intensidade da interferência do Transtorno do Pânico na vida do paciente, disponibilidade do tratamento psicoterápico, presença de comorbidades, preferência do paciente, entre outros.

Independente do transtorno que o estudante de Medicina apresenta, é importante que as faculdades voltem seu

olhar para essa classe e busquem alternativas que possam melhorar a qualidade de vida dos futuros médicos.

Como afirmam Serinolli, Oliva, El-Mafarjeh (2015), no momento em que o Brasil tem a necessidade de formar mais médicos com bom embasamento técnico e humanista, e que estejam preparados para assumir toda a responsabilidade e proporcionar os resultados que a sociedade espera de sua atuação como cidadãos e como profissionais médicos, a avaliação dos alunos de Medicina, não somente dos ingressantes, mas ao longo do curso médico, se faz justificada.

Nesse sentido, tornam-se necessárias políticas de bem-estar além de se chamar a atenção das instituições, como o Conselho Federal de Medicina, órgãos regulamentadores da educação médica, estudantes de medicina, médicos, prestadores de serviços de saúde e dirigentes de escolas médicas, no sentido de estruturar programas compatíveis com as políticas criadas.

Tais propostas resultariam em melhorias no bem-estar dos estudantes de Medicina, médicos residentes e recém-formados e médicos em geral, resultando, conseqüentemente, em melhorias na qualidade da atenção dada aos futuros pacientes.

Diante dos benefícios que a prevenção e o tratamento contra depressão, o pânico e a ansiedade podem proporcionar, algumas faculdades de medicina já têm implantado programas de melhoria da resiliência e estímulo à prática de atividade física, o que gera aumento da qualidade de vida e diminui os riscos de aparecimento de transtornos mentais.

## Considerações Finais

Percebe-se que a realidade do curso de Medicina, conhecido pelo seu alto grau de exigências e dificuldades, tem causado sérias preocupações a respeito da saúde mental dos acadêmicos.

Diante dos estudos apresentados, concluiu-se que uma série de fatores de risco, como os genéticos, ambientais e sociais, conduzem aos diversos transtornos mentais (depressão, síndrome do pânico, transtorno bipolar, transtorno obsessivo compulsivo, ansiedade, etc.) os quais podem acarretar até o suicídio.

É visível, portanto, o incentivo à busca do tratamento mental a fim de prevenir as consequências advindas desses tipos de transtornos, e que podem causar danos na qualidade de vida e desempenho dos estudantes medicina.

## Referências

- ITO, L. M. Abordagem cognitivo-comportamental do transtorno de pânico. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 28, n. 6, p. 313-317, 2001.
- REZENDE, C. H. A. de et.al. Prevalência de Sintomas Depressivos em Estudantes de Medicina na Universidade Federal de Uberlândia, **Revista Brasileira de Educação Médica**. Uberlândia, v.26, n., p.315-323, out.2007.
- SALUM, G.A, BLAYA, C., MANFRO, G.G. Transtorno do pânico. **Revista de Psiquiatria**. RS. 31(2):86-94, 2009.

SERINOLLI, M. I., OLIVA, M.da P. M., EL-MAFARJEH, E. Antecedente de ansiedade, síndrome do pânico ou depressão e análise do impacto na qualidade de vida em estudantes de medicina. **Revista de Gestão em Sistemas de Saúde** - RGSS Vol. 4, N. 2. Julho/Dezembro. 2015.

SILVA, M. P. A **Clínica da Síndrome do Pânico**. Disponível em: <http://www.igt.psc.br/ojs/viewarticle.php?id=32&layout=html>. Acesso em: 01 de dezembro de 2017.

ZUARDI, A.W. Características básicas do transtorno do pânico. **Medicina (Ribeirão Preto, Online.)**; 50(Supl.1), jan-fev.:56-63, 2017.