Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro, v.12, 2024
ISSN 2178-6925

ESTUDO DO CONSUMO DE ÁLCOOL EM ESTUDANTES DE MEDICINA E SUA RELAÇÃO COM O ESTRESSE

STUDY OF ALCOHOL CONSUMPTION IN MEDICINE STUDENTS AND ITS RELATIONSHIP WITH STRESS

Matheus Buissa Ribeiro de Freitas
Graduando em Medicina, Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Brasil
E-mail: matheus.buissa@hotmail.com

Yorick Isaiah Dunck Joseph
Graduando em Medicina, Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Brasil
E-mail: yorickidj@gmail.com

Rogério José de Almeida
Doutor em Sociologia, Docente do curso de Medicina, Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Brasil
E-mail: rogeriopucgo@gmail.com

Resumo

A saúde do estudante de medicina influencia diretamente seu desempenho acadêmico, e foi observada uma alta prevalência de problemas psicossociais como o estresse, a ansiedade e uso problemático de álcool em estudantes de medicina brasileiros, que afeta negativamente a vida e habilidades médicas importantes. Tem por objetivo analisar os fatores associados e a associação entre o consumo de bebidas alcoólicas e o estresse percebido em estudantes de medicina. Trata-se de um estudo transversal analítico quantitativo realizado por meio de questionários aplicados, por meio digital, aos estudantes de medicina. Um desses questionários foi sociodemográfico e de aspectos pessoais de vida, o outro foi a Escala de Consumo de Álcool (AUDIT) e a Escala de Estresse Percebido (EPS-10). Foram pesquisados 143 estudantes de medicina, dos quais a maioria do sexo feminino (66,4%) e média de idade de 22,5 anos. Seis variáveis apresentaram significância estatística com o consumo de álcool: o médio e fraco envolvimento religioso (p=0,0453), morar com amigos (p=0,0035), frequentar bares e/ou festas acima de duas vezes por semana (p<0,0001), consumo de álcool quando se sentem estressados (p=0,0010), quando se sentem sozinhos (p=0,0100) e naqueles que referiram ter um alto consumo de bebida alcóolica (p<0,0001). Além disso, outras seis mostraram significância estatística com o nível de estresse percebido: estudantes que têm até 22 anos de idade (p=0,0450), que estavam entre o primeiro e o quarto período (p=0,0168), sexo feminino (p=0,0010), não realizar atividade física regularmente (p=0,0080), insatisfação com seu rendimento escolar (p=0,0010) e naqueles que já pensaram em trancar/abandonar o curso de medicina (p=0,0060). Diversos fatores presentes na vida do estudante de Medicina estão associados ao consumo de álcool e ao estresse percebido. São evidências, haja vista que os estudantes procuram meios para aliviar sua rotina acadêmica estressante e, que muitas destas ocasiões, o consumo de álcool está incluso.
Palavras-chave: Consumo de álcool; Estresse; Estudante de Medicina.

Abstract

The health of medical students directly influences their academic performance, and a high prevalence of psychosocial problems such as stress, anxiety and problematic alcohol use has been observed in Brazilian medical students, which negatively affect their lives and important medical skills. The aim of this study is to analyze the associated factors and the association between alcohol consumption and perceived stress in medical students. This is a cross-sectional quantitative analytical study carried out through questionnaires applied digitally to medical students. One of these questionnaires was sociodemographic and about personal aspects of life, the other was the Alcohol Consumption Scale (AUDIT) and the Perceived Stress Scale (EPS-10). A total of 143 medical students were surveyed, the majority of whom were female (66.4%) and had a mean age of 22.5 years. Six variables showed statistical significance with alcohol consumption: medium and weak religious involvement (p=0.0453), living with friends (p=0.0035), going to bars and/or parties more than twice a week (p<0.0001), alcohol consumption when feeling stressed (p=0.0010), when feeling lonely (p=0.0100) and in those who reported having a high consumption of alcoholic beverages (p<0.0001). In addition, six other variables showed statistical significance with the level of perceived stress: students up to 22 years of age (p=0.0450), those between the first and fourth semesters (p=0.0168), female (p=0.0010), those who did not exercise regularly (p=0.0080), those who were dissatisfied with their academic performance (p=0.0010) and those who had already thought about dropping out of medical school (p=0.0060). Several factors present in the life of medical students are associated with alcohol consumption and perceived stress. This is important evidence, given that students seek ways to alleviate their stressful academic routine and that alcohol consumption is included in many of these occasions.
Keywords: Alcohol consumption; Stress; Medical students.

1. Introdução

A saúde na vida de um estudante de medicina é extremamente influente no seu desempenho acadêmico. Estudantes de medicina possuem uma pior saúde psicossocial quando comparados a amigos da mesma faixa etária (Mendes; Perez Dias, 2021). Há alta prevalência de depressão, transtornos mentais comuns, burnout, uso problemático de álcool, estresse, baixa qualidade de sono, sonolência diurna excessiva e ansiedade nos estudantes de medicina brasileiros.

O estresse é um importante fator desencadeador de sintomas depressivos associados a sobrecarga acadêmica cotidiana dos estudantes. Deste modo, o estresse afeta a qualidade de vida do estudante de maneira geral, e em específico, o estudante de medicina (Pesconi *et al.*, 2023).

O estudante de medicina precisa de um cuidado ainda mais atencioso pelo fato de ter um risco alto de ter sua saúde afetada (como evidente nos estudos) e pelo fato de que essa baixa na disposição física e metal prejudica o desempenho acadêmico e o desenvolvimento de importantes habilidades para o exercício médico (Al-Khani *et al.*, 2019).

Os estudantes de medicina são expostos a diversos fatores estressantes desde o momento do processo seletivo, já que é um dos cursos mais disputados

nas universidades. Além disso lidam com fatores exclusivos a eles que fazem com que essa classe de alunos estejam mais vulneráveis ao sofrimento. A pressão familiar desde o início do curso, a competitividade, o ambiente estressante, a privação de sono, a carga horária excessiva, dificuldades financeiras, entre outras causas (pessoais, institucionais, afetivos ou curriculares), são fatores que geram estresse e que fazem parte do cotidiano do estudante de medicina (Mckerrow *et al*., 2020).

O álcool é amplamente consumido por seus efeitos desinibidores, antidepressivos e pela facilidade de acesso, mas seu uso excessivo é um dos maiores problemas de saúde pública que afetam pessoas de todas as idades e classes sociais. O alcoolismo é uma doença que se caracteriza pelo forte desejo de beber e pela dificuldade em controlar o consumo, além da persistência no uso, mesmo com as consequências negativas que o álcool pode produzir. A ingestão abusiva de álcool está relacionada a diversas patologias e transtornos, incluindo transtornos mentais, cirrose hepática, pancreatite, câncer, além de estar associada a acidentes de trânsito (Silva; Sousa; Carvalho, 2021).

O álcool está presente na vida de grande parte dos estudantes de medicina. Os discentes do curso de medicina consomem mais bebidas alcoólicas que os universitários não médicos. Foi identificado que 75,9% dos estudantes que participaram de um estudo, consumiam álcool de forma excessiva, associado a outras drogas, principalmente ao tabagismo. Além disso, os alunos que fizeram o uso perigoso da substância tiveram mais dificuldade em cumprir tarefas habituais e participaram mais vezes de situações violentas (Yoo; Cha; Lee, 2020).

Parte-se do princípio no presente estudo que o consumo de álcool pode estar associado com maiores níveis de estresse. O conceito de estresse evoluiu drasticamente ao longo do tempo. Inicialmente esse fenômeno era observado pela lente biologista e depois passou-se a envolver o processo cognitivo relacionado ao estresse. O estresse é uma reação continua sobre influências ambientais e sociais, que podem estar no passado, presente ou no futuro daquele indivíduo. Essa condição pode ser compreendida como um agregado de respostas fisiológicas, cognitivas, emocionais e comportamentais do indivíduo quando colocado em situações percebidas como ameaçadoras. Foi comprovado que essa sobrecarga

é maléfica para a saúde cerebral e aumenta a vulnerabilidade a distúrbios cerebrais. Dessa forma, o estresse é uma condição biologicamente sistémica, mas que tem uma etiologia diversa e extensa que é individual a cada ser humano (Mcewen; Akil, 2020).

Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar os fatores associados e a associação entre o consumo de bebidas alcoólicas e o estresse percebido em estudantes de medicina.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo transversal analítico com abordagem quantitativa. Este é um método de pesquisa em que a exposição ao fator ou a causa acontece concomitantemente com o efeito. Neste tipo de estudo, há a descrição de uma situação ou fenômeno em um corte instantâneo de uma população, fazendo uma análise dos integrantes se há a presença ou ausência da exposição e a presença ou ausência do efeito (Hochman *et al.*, 2005).

A pesquisa foi realizada por meio de questionários aplicados aos estudantes de medicina de todo país no período entre agosto e dezembro de 2022. Não envolveu nenhuma universidade em particular, já que toda pesquisa se desenvolveu em formato digital por meio de redes sociais, como WhatsApp, Instagram e Facebook.

O link contendo o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e os questionários foi encaminhado pelos pesquisadores a grupos que fazem parte e replicados também a estudantes de medicina de várias partes do país. Foi solicitado aos colegas estudantes de medicina que replicassem esse link nas redes sociais e e-mails constituindo uma amostragem por “bola de neve” (*snow ball*). Com essa estratégia obteve-se uma amostra de 143 participantes.

Critérios de inclusão: discentes de medicina e idade igual ou maior que 18 anos. Critérios de exclusão: discentes que não estevam frequentando o curso e que não responderam a todas as questões dos questionários.

Para o desenvolvimento da pesquisa foram utilizados três instrumentos, O primeiro foi um questionário sociodemográfico e de aspectos pessoais de vida que

procurou identificar dados de idade, período do curso, sexo, cor/etnia, estado civil, envolvimento religioso, com quem mora, emprego formal ou informal, tempo dedicado a medicina por dia, tempo dedicado ao lazer por dia, prática de atividades físicas, horas de sono por noite, frequência de presença em bares e festas na semana, satisfação com o rendimento escolar, cogitação em trancar ou abandonar o curso, ingestão de álcool quando estressado e quando se sente sozinho e consumo de bebida alcoólica geral.

O segundo foi a Escala de Consumo de Álcool (AUDIT), desenvolvida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) por meio de uma triagem de 10 itens que são pontuados de 0 a 4, e é usado para avaliar e medir o consumo de álcool, comportamento de bebida e problemas relacionados com o álcool. Foi adaptado e validado no Brasil por Méndez (1999). Sua pontuação varia de 0 a 36, sendo que um escore igual ou maior que 8 já indica que o consumo de álcool é prejudicial e perigoso à saúde (Garcia; Bassitt; Pinto, 2020).

O terceiro foi a Escala de Estresse Percebido (EPS-10), que foi validada para a população brasileira por Reis *et al*. (2010). Esta escala é uma medida global, autorrelatada, que permite a verificação de qual grau as situações da vida de um indivíduo são percebidas como fatores estressores. A escala é composta por 10 itens que estão relacionados aos eventos ocorridos nos últimos 30 dias. Cada item é avaliado por uma escala Likert de 0 (nunca) a 4 (muito frequente). Dentro dos itens, seis avaliam aspectos negativos (1, 2, 3, 6, 9, 10) e quatro, aspectos positivos que devem ser invertidos para análise (4, 5, 7, 8). O resultado varia de 0 a 40 e quanto maior a pontuação, maior o grau de estresse percebido (Reis; Hino; Añez, 2010).

Foram realizadas as estatísticas descritiva e inferencial. Para a estatística descritiva, foram calculadas, para as variáveis categóricas: as frequências absolutas (n) e relativas percentuais [f(%)]; e para as variáveis contínuas: média e mediana (medidas de tendência central), desvio padrão (DP; medida de dispersão), intervalo interquartil; intervalo de confiança de 95% (IC95%) e os valores mínimo e máximo.

Para a estatística inferencial, foi calculada a normalidade dos dados, por meio dos testes Kolmogorov-Smirnov e Shapiro-Wilk. O pressuposto de homogeneidade de variância foi avaliado por meio do teste de Levene, e, mediante a constatação da heterogeneidade de variância, foi solicitada a correção de Welch. Foram realizados

procedimentos de bootstrapping (1.000 reamostragens), para se obter maior confiabilidade dos resultados, para corrigir desvios de normalidade da distribuição da amostra e diferenças entre os tamanhos dos grupos. Foram realizados: teste t de Student para amostras independentes, para variáveis com duas categorias (dicotômicas), e análise de variância de uma via (ANOVA one way), para variáveis com três ou mais categorias (politômicas). Para as variáveis politômicas, com diferença estatisticamente diferente, foi utilizado o método Post Hoc, para comparar os grupos entre si (Field, 2009).

Adicionalmente, foi aplicado o teste de correlação de Spearman entre os instrumentos: Alcool Use Disorders Identification Test (AUDIT) e Escala de Percepção de Estresse-10 (EPS-10). Para a realização dos cálculos estatísticos, foi utilizado o software IBM® SPSS® (Statistical Package for the Social Sciences), adotando o nível de significância de 5% (p-valor<0,05).

Antes de iniciar a coleta de dados, o presente trabalho foi encaminhado ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC Goiás) onde recebeu a CAAE: 63052222.2.0000.0037 e obtendo a aprovação em 17 de outubro de 2022 com o parecer consubstanciado de n. 5.705.674.

4. Resultados

Foram pesquisados 143 estudantes de medicina, dos quais a maioria do sexo feminino (66,4%), média de idade de 22,5 (±3,) anos, da faixa etária entre 18 e 41 anos, que moram com familiares (74,1%), sem emprego formal ou informal (88,1%) e com envolvimento religioso médio (39,9%) (Tabela 1).

Tabela 1. Descrição do perfil sociodemográfico dos 143 estudantes de medicina. Goiânia, Goiás, Brasil, 2023.

Variáveis (N=143)	***n***	***f(%)***
Idade (anos)		

Até 22 anos	80	55,9
Acima de 22 anos	63	44,1
Período/Módulo		
1 a 4	46	32,2
5 a 8	74	51,7
9 a 12	23	16,1
Sexo		
Feminino	95	66,4
Masculino	48	33,6
Cor/Etnia		
Branca	107	74,8
Parda	31	21,7
Preta	5	3,5
Estado Civil		
Solteiro	72	50,3
Solteiro – Namorando	69	48,3
Casado	2	1,4
Envolvimento Religioso		
Forte	35	24,5
Médio	57	39,9
Fraco	39	27,3
Não tenho religião	12	8,4
Mora com Quem?		
Familiares	106	74,1
Amigos	4	2,8
Sozinho	33	23,1
Emprego formal ou informal		
Sim	17	11,9
Não	126	88,1

Fonte: Elaborada pelos autores.

Em relação aos aspectos pessoais de vida, identificou-se que a maioria da amostra dedica de 5 a 10 horas à medicina por dia (64,3%), pratica atividade física regularmente (73,4%), dormem menos de 7 horas por dia (67,1%), vai a bares e/ou festas pelo menos 1 vez por semana (75,5%) e tem um baixo consumo de bebidas alcoólicas (46,2%) (Tabela 2).

Tabela 2. Descrição dos aspectos pessoais de vida dos 143 estudantes de medicina. Goiânia, Goiás, Brasil, 2023.

Variáveis (N=143)	***n***	***f(%)***
Tempo Dedicado à Medicina por Dia		
Menos de 5 horas	3	2,1

De 5 a 10 horas	92	64,3
Acima de 10 horas	48	33,6
Tempo Dedicado ao Lazer por Dia		
Menos de 2 horas	52	36,4
De 2 a 4 horas	81	56,6
Acima de 4 horas	10	7,0
Pratica Atividade Física Regularmente		
Sim	105	73,4
Não	38	26,6
Horas de Sono por Noite		
Menos de 7 horas	96	67,1
De 7 a 9 horas	47	32,9
Vai a Bares e/ou Festas na Semana		
Não vou a Bares e/ou Festas	7	4,9
Um dia	108	75,5
Dois dias	20	14,0
Acima de dois dias	8	5,6
Satisfeito com seu Rendimento Escolar		
Sim	64	44,8
Não	79	55,2
Pensou Abandonar/Trancar a Medicina		
Sim	68	47,6
Não	75	52,4
Bebe Álcool quando Estressado		
Sim	41	28,7
Não	102	71,3
Bebe Álcool quando se Sente Sozinho		
Sim	18	12,6
Não	125	87,4
Consumo de Bebida Alcoólica		
Alto	5	3,5
Regular	47	32,9
Baixo	66	46,2
Não bebo bebida com álcool	25	17,5

Fonte: Elaborada pelos autores.

Na associação do perfil sociodemográfico com o nível de consumo de álcool mensurado pelo AUDIT, identificou-se maior escore nos estudantes de medicina que afirmaram ter médio e fraco envolvimento religioso (p = 0,0453) e naqueles que referiram que moram com amigos (p = 0,0035) (Tabela 3).

Tabela 3. Associação do perfil sociodemográfico com o nível de consumo de álcool dos 143 estudantes de medicina. Goiânia, Goiás, Brasil, 2023.

Variáveis (N=143)	**AUDIT**		***p-valor***
	Média	***DP***	
Idade (anos)			
Até 22 anos	5,0	4,3	

Acima de 22 anos	5,9	5,2	0,2178
Período/Módulo			
1 a 4	4,6	3,9	
5 a 8	5,8	5,1	
9 a 12	5,6	5,1	0,3710
Sexo			
Feminino	4,9	4,3	
Masculino	6,3	5,5	0,1379
Etnia			
Branca	5,3	4,9	
Parda	5,8	4,4	
Preta	4,0	2,5	0,6975
Estado Civil			
Solteiro	5,6	5,2	
Solteiro - Namorando	5,2	4,3	
Casado	3,5	0,7	0,7681
Envolvimento Religioso			
Forte	3,5	3,4	
Médio	6,1	4,9	
Fraco	6,1	5,2	
Não tenho religião	5,2	5,0	**0,0453**
Mora com Quem?			
Familiares	5,3	4,4	
Amigos	13,0	4,2	
Sozinho	4,7	5,1	**0,0035**
Emprego formal ou informal			
Sim	4,9	4,0	
Não	5,5	4,8	0,6774

Fonte: Elaborada pelos autores.

Em relação a associação dos aspectos pessoais de vida com o nível de consumo de álcool mensurado pelo AUDIT, identificou-se maior escore nos estudantes que relataram que frequentam bares e/ou festas acima de duas vezes por semana ($p < 0,0001$), que afirmaram consumir álcool quando se sentem estressados ($p = 0,0010$), quando se sentem sozinhos ($p = 0,0100$) e naqueles que autor referiram ter um alto consumo de bebida alcóolica ($p < 0,0001$) (Tabela 4).

Tabela 4. Associação dos aspectos pessoais de vida com o nível de consumo de álcool dos 143 estudantes de medicina. Goiânia, Goiás, Brasil, 2023.

Variáveis (N=143)	**AUDIT**		***p-valor***
	Média	***DP***	
Tempo Dedicado à Medicina por Dia			
Menos de 5 horas	6,7	2,3	
De 5 a 10 horas	5,6	4,9	
Acima de 10 horas	4,9	4,4	0,6485
Tempo Dedicado ao Lazer por Dia			

Menos de 2 horas	4,5	4,3	
De 2 a 4 horas	5,8	5,1	
Acima de 4 horas	6,6	3,0	0,1257
Pratica Atividade Física Regularmente			
Sim	5,5	4,5	
Não	5,1	5,3	0,6362
Horas de Sono por Noite			
Menos de 7 horas	5,7	4,9	
De 7 a 9 horas	4,9	4,5	0,3427
Vai a Bares e/ou Festas na Semana			
Não vou a Bares e/ou Festas	1,1	2,0	
Um dia	4,7	4,2	
Dois dias	7,9	4,9	
Acima de dois dias	12,6	2,9	**<0,0001**
Satisfeito com seu Rendimento Escolar			
Sim	5,2	4,5	
Não	5,6	4,9	0,6254
Pensou Abandonar/Trancar a Medicina			
Sim	6,0	5,1	
Não	4,9	4,3	0,1538
Bebe Álcool quando Estressado			
Sim	10,0	4,8	
Não	3,5	3,2	**0,0010**
Bebe Álcool quando se Sente Sozinho			
Sim	9,5	6,1	
Não	4,8	4,2	**0,0100**
Consumo de Bebida Alcoólica			
Alto	14,2	4,3	
Regular	8,6	4,3	
Baixo	4,5	3,0	
Não bebo bebida com álcool	0,0	0,0	**<0,0001**

Fonte: Elaborada pelos autores.

No que se refere à associação do perfil sociodemográfico com o nível de estresse percebido mensurado pela EPS-10, identificou-se maior escore nos estudantes que têm até 22 anos de idade (p = 0,0450), que estavam no início do curso entre o primeiro e o quarto período (p = 0,0168) e nas estudantes do sexo feminino (p = 0,0010) (Tabela 5).

Tabela 5. Associação do perfil sociodemográfico com o nível de estresse percebido dos 143 estudantes de medicina. Goiânia, Goiás, Brasil, 2023.

Variáveis (N=143)	**EPS-10**		***p-valor***
	Média	***DP***	
Idade (anos)			
Até 22 anos	24,1	6,8	
Acima de 22 anos	21,7	7,0	**0,0450**
Período/Módulo			
1 a 4	24.8*	6,7	

5 a 8	22,9	6,2	
9 a 12	19.8*	8,6	**0,0168**
Sexo			
Feminino	24,8	6,0	
Masculino	19,5	7,4	**0,0010**
Etnia			
Branca	23,0	6,9	
Parda	23,1	7,9	
Preta	24,4	1,1	0,2142
Estado Civil			
Solteiro	23,3	7,0	
Solteiro - Namorando	22,9	6,8	
Casado	19,0	12,7	0,6858
Envolvimento Religioso			
Forte	22,4	6,3	
Médio	23,2	7,6	
Fraco	23,2	6,9	
Não tenho religião	23,4	6,4	0,9367
Mora com Quem?			
Familiares	23,2	7,1	
Amigos	20,0	4,7	
Sozinho	22,9	6,7	0,6708
Emprego formal ou informal			
Sim	22,0	7,6	
Não	23,2	6,9	0,5215

Fonte: Elaborada pelos autores.

Além disso, na associação dos aspectos pessoais de vida com o nível de estresse percebido mensurado pela EPS-10, constatou-se maior escore nos estudantes que responderam que não praticam atividade física regularmente (p = 0,0080), que não estavam satisfeitos com seu rendimento escolar (p = 0,0010) e naqueles que já pensaram em trancar/abandonar o curso de medicina (p = 0,0060) (Tabela 6).

Tabela 6. Associação dos aspectos pessoais de vida com o nível de estresse percebido dos 143 estudantes de medicina. Goiânia, Goiás, Brasil, 2023.

Variáveis (N=143)	**EPS-10**		***p-valor***
	Média	***DP***	
Tempo Dedicado à Medicina por Dia			
Menos de 5 horas	18,0	8,0	
De 5 a 10 horas	22,3	6,7	
Acima de 10 horas	24,8	7,0	0,0527
Tempo Dedicado ao Lazer por Dia			
Menos de 2 horas	23,8	7,5	
De 2 a 4 horas	22,9	6,2	
Acima de 4 horas	20,4	9,2	0,3667

Pratica Atividade Física Regularmente			
Sim	22,1	6,6	
Não	25,7	7,3	**0,0080**
Horas de Sono por Noite			
Menos de 7 horas	23,1	7,0	
De 7 a 9 horas	22,8	6,9	0,7892
Vai a Bares e/ou Festas na Semana			
Não vou a Bares e/ou Festas	25,9	6,4	
Um dia	23,2	6,7	
Dois dias	22,3	8,0	
Acima de dois dias	19,6	7,7	0,3385
Satisfeito com seu Rendimento Escolar			
Sim	20,0	7,4	
Não	25,5	5,5	**0,0010**
Pensou Abandonar/Trancar a Medicina			
Sim	24,8	6,9	
Não	21,5	6,7	**0,0060**
Bebe Álcool quando Estressado			
Sim	24,4	6,3	
Não	22,5	7,2	0,1249
Bebe Álcool quando se Sente Sozinho			
Sim	25,1	6,4	
Não	22,7	7,0	0,1469
Consumo de Bebida Alcoólica			
Alto	21,0	8,1	
Regular	23,5	6,0	
Baixo	23,0	7,4	
Não bebo bebida com álcool	22,4	7,4	0,8402

Fonte: Elaborada pelos autores.

4. Discussão

No presente estudo, foi encontrada uma amostra maior de mulheres, com idade média de 22,5 anos e que dispensavam um alto tempo de dedicação ao curso. Essa amostra corrobora com o processo de feminização da medicina observado atualmente. Até 1960, os homens eram maioria entre os médicos de todo o país, mas, a partir da década de 1970, as faculdades de medicina passaram a ser mais frequentadas por mulheres gradativamente. No Brasil em 2014, entre os médicos com menos de 29 anos, as mulheres representavam 56,2%. A tendência é que o número de médicas no Brasil supere o dos médicos (José *et al.*, 2019).

Nesse estudo, foi identificado a relação entre o maior consumo de álcool em estudantes que possuem um fraco envolvimento religioso. O uso abusivo de álcool

tem sido cada vez mais comum em ambientes universitários do mundo inteiro. A religião ou religiosidade é um fator protetor para o abuso de álcool em estudantes universitários. Isso se deve pelo fato de que várias religiões condenam o uso do álcool e de outras substancias toxicas ao corpo, fazendo com que o estudante jovem que possui uma religião ou religiosidade ativa tenha um menor risco de abusar do uso do álcool (Ajayi; Owolabi; Olajire, 2019).

Ademais, essa relação não está ligada a uma cultura ou religião específica, mas é uma relação multicultural e religiosa, com diferentes idades, cursos, culturas, religiões, relações com álcool, entre outros fatores (Borragini-Abuchaim; Alonso; Tarcia, 2022).

Foi observado nesse estudo um maior consumo de álcool em estudantes que moram com amigos. A instituição familiar, quando o ambiente é harmonioso, traz inúmeros benefícios para o adolescente ou adulto jovem que frequenta um curso superior. Um desses é o fator protetivo para o consumo abusivo de álcool. Vale ressaltar que a presença da família de uma forma desarmônica, conflituosa e que proporciona um ambiente hostil é fator de risco para o consumo de forma abusiva do álcool (Neves *et al*., 2021).

É delicado afirmar que apenas o fato daquele estudante morar com sua família é um fator protetivo certo do consumo abusivo de álcool. Um estudo demonstrou um perfil inverso dessa amostra, com o uso de álcool em estudantes de medicina que moram com a família ser equivalente a 89%. O estudante que reside com sua família pode estar tanto em um ambiente protetor, como também em um ambiente de risco para o uso do álcool (Freire; Castro; Petroianu, 2020).

Verifica-se também um maior consumo de álcool nos estudantes que frequentam bares e ou festas acima de duas vezes por semana. É fato que o álcool tem vários contextos em seu uso, e um importante é o contexto social. Muitos adolescentes ou adultos jovens utilizam o álcool para criar amigos, manutenção de amizades antigas, forma de socialização e de certa forma, se encorajar. Dessa forma, é fator de risco para o uso abusivo de álcool locais onde há essa proposta do uso de álcool no contexto social, como bares e festas (Terry-Mcelrath; Arterberry; Patrick, 2023). Assim, estudantes que tem uma frequência aumentada

em locais como bares e festas possuem uma maior suscetibilidade ao consumo de álcool, já que esses locais são propícios para se fazer consumo dessa substância, a fim de que o uso do álcool em seu contexto de socialização seja alcançado por esses estudantes.

No presente estudo, foi verificado que houve um maior consumo de álcool entre aqueles que se sentem mais estressados e sozinhos. Um estudo elucidou que a relação entre a solidão e o estresse pode ser complexa. Quando as pessoas se sentem solitárias, podem ficar mais estressadas. Além disso, podem sentir que não têm suporte social e que estão sozinhas em seus problemas. Isso pode aumentar a sensação de estresse e tornar mais difícil lidar com as situações estressantes da vida. Por outro lado, o estresse também pode contribuir para a sensação de solidão. As pessoas estressadas podem ter menos tempo para se conectar socialmente e podem se sentir incapazes de lidar com a demanda de manter conexões sociais saudáveis (Barroso; Ferreira; Araújo, 2021).

Sugere-se na literatura científica que há uma relação entre a percepção de estresse e o consumo excessivo de álcool, especialmente quando as pessoas se sentem solitárias ou isoladas socialmente. Há também relação entre níveis de solidão, estresse, ansiedade, depressão, e uso de álcool e drogas. É sugerido que o estresse e a solidão podem estar relacionados ao consumo excessivo de álcool, e que isso pode ser especialmente problemático em tempos de incerteza e mudança, como é o caso de estudantes de medicina, que estão aflitos e incertos sobre o seu futuro na escola médica e na sequência da carreira (Horigian; Schmidt; Feaster, 2021).

Ademais, o uso de álcool para lidar com sintomas de solidão, estresse ou outros agravos em saúde mental, como ansiedade e depressão, é preocupante, pois pode levar a mais problemas biológicos e psicossociais a longo prazo. Além disso, o uso de álcool pode ter um efeito negativo na saúde das pessoas em geral, aumentando o risco de doenças cardíacas, derrames e diversas outras doenças que têm o álcool como fator de risco (Garcia; Bassitt; Pinto, 2020).

Foi identificado no presente estudo que estudantes de até 22 anos e que cursavam os primeiros semestres do curso sentiam-se mais estressados. Os

estudantes que ingressam no primeiro ano de graduação, que geralmente têm menos de 22 anos, enfrentam muita pressão e exigência devido à nova rotina de estudos e aos desafios acadêmicos impostos a eles. Além disso, existe a pressão, sofrida pelo estudante, de aprender todo o conteúdo conceitual dos três primeiros anos para aplicá-lo durante o ciclo clínico. Em decorrência desses fatores, os alunos tendem a ser muito exigentes quanto ao seu desempenho acadêmico durante os anos iniciais da graduação. Isso pode ser um componente favorável ao aumento dos níveis de estresse nessa fase. Esses achados reforçam a hipótese de que as condições impostas nos anos iniciais de graduação podem desencadear um estado de esgotamento físico e mental que compromete significativamente o rendimento dos acadêmicos (Kam *et al*., 2019).

Adicionalmente, em um estudo feito com estudantes de medicina do Pará, constatou-se que durante os primeiros dois anos da graduação, os alunos enfrentam uma grande carga de atividades teóricas e práticas, com pouca exposição a conteúdos clínicos. É nesse período que eles ingressam em um novo ambiente, que exige deles a gestão de várias responsabilidades, tanto acadêmicas quanto sociais e escolares. Além de se adaptarem a uma metodologia de ensino ativa e a novos colegas de turma, os alunos são pressionados pela competição por notas, têm dificuldade em gerenciar o tempo e absorver grande quantidade de conteúdo, e muitas vezes sentem solidão, distanciamento da família e falta de atividades de lazer. Esses obstáculos podem afetar significativamente a adaptação dos estudantes ao ambiente acadêmico e aumentar seus níveis de estresse durante o ciclo básico da graduação (Silva *et al*., 2021).

Uma maior percepção de estresse nas estudantes do sexo feminino foi constatada nesse estudo. Fatores existentes no cenário feminino, que não estão presentes no cenário masculino, podem explicar o porquê das mulheres se sentirem mais sobrecarregadas. Pode-se citar questões sócio-econômicas-emocionais como, por exemplo, micro violências do cotidiano e alterações hormonais (Guimarães *et al*., 2021).

Além disso, uma das razões possíveis para o aumento do estresse nas mulheres é a percepção de sobrecarga, resultante da combinação de tarefas do

trabalho doméstico com outra atividade, como por exemplo a atividade acadêmica. Esse cenário pode desencadear gatilhos estressores, exacerbados pela experiência de incertezas em relação às questões socioeconômicas e emocionais e a necessidade de conciliar as atividades profissionais com a vida familiar. Além disso, a violência doméstica, que muitas vezes ocorre em silêncio, também pode contribuir para o aumento do estresse nas mulheres (Pinheiro *et al*., 2020).

Muitas vezes as atividades domésticas realizadas pelas mulheres não são reconhecidas e compartilhadas pelos outros membros da família, o que faz com que elas tenham pouco tempo para se dedicar a atividades de lazer ou autocuidado. É possível notar também que a responsabilidade de cuidar dos outros frequentemente é atribuída às mulheres, enquanto isso não acontece de forma equivalente com os homens (Jardim; Castro; Ferreira-Rodrigues, 2020).

Neste estudo, também foi encontrado uma maior percepção de estresse nos estudantes que responderam que não praticam atividade física regularmente. Um estudo com estudantes de medicina de Fortaleza/CE e de St. Andrews and Manchester (Reino Unido) demonstrou uma relação positiva entre um modo de vida saudável, que inclui a prática de atividade física e uma dieta equilibrada, e menores níveis da ocorrência da Síndrome de Burnout nos estudantes de medicina investigado (Cazolari *et al*., 2020).

Um outro estudo realizado com estudantes de medicina de São Paulo explica que a prática regular de exercícios físicos pode trazer inúmeros benefícios para o indivíduo, tanto em relação ao seu bem-estar quanto à prevenção e reabilitação de problemas biológicos, psicológicos e sociais, que são cada vez mais comuns na sociedade moderna. Entre os benefícios, está a redução do risco de desenvolvimento de doenças crônicas como diabetes, câncer, hipertensão e doenças coronarianas, além de melhorar a cognição e a capacidade de aprendizagem dos estudantes universitários. No entanto, durante a formação médica, os estudantes passam por uma grande quantidade de informações novas para absorver, além de falta de controle sobre o tempo disponível para atividades diárias e de lazer, o que pode levar a altos níveis de estresse e burnout. Ainda que um estilo de vida saudável, com atividade física regular e alimentação equilibrada, pode ajudar a reduzir o estresse e melhorar a saúde mental dos estudantes, muitos

acadêmicos de medicina ainda não utilizam essas ferramentas como prevenção. É importante lembrar que momentos de lazer e atividade física são essenciais para uma boa qualidade de vida, especialmente para estudantes que buscam excelência em sua formação (Bastos; Campos, 2020).

Complementando, um estudo com estudantes de medicina de uma universidade pública mineira verificou que alguns aspectos contribuem para o desenvolvimento de transtornos emocionais e desgaste físico nesses estudantes, que são a falta de tempo para atividades sociais e exercícios físicos (Ottero; Iost; Gonçalves, 2022).

Neste estudo, foi observado que alunos que não estavam satisfeitos com seu rendimento escolar e que já pensaram em abandonar/trancar o curso de medicina estavam sujeitos a maior percepção de estresse. Um outro estudo, feito com estudantes de medicina de Goiás, demonstrou que o desempenho acadêmico dos estudantes está diretamente relacionado à sua saúde mental e foi constatado que os alunos que enfrentam situações de estresse durante a graduação apresentam um impacto negativo em seu rendimento acadêmico, além de sentirem insatisfação e, em alguns casos, pensarem em abandonar o curso. Essa questão é alarmante para a gestão dos cursos de medicina, pois pode se tornar cada vez mais comum, sendo necessário que haja uma atenção especial a esses fatores para preservar a saúde mental dos estudantes, que atuarão na área médica no futuro (Machado *et al*., 2020).

Dessa forma, a grande exigência durante o curso de medicina em relação as notas, competências, grande quantidade de atividade extracurriculares, pressão familiar e individual, entre outros fatores, fazem com que o estudante de medicina esteja susceptível a ter um pior rendimento escolar e a pensar em trancar ou abandonar o curso. Esses fatores que são inerentes a profissão médica e a sua formação, causam grande estresse durante todo esse processo de formação acadêmica e acabam influenciando negativamente esse estudante, e futuramente esse profissional, que carrega uma grande carga de estresse (Shadid *et al*., 2020).

5. Conclusão

Este estudo identificou vários fatores associados ao consumo de álcool e ao estresse em estudantes de Medicina no Brasil. Os fatores associados ao nível de consumo de álcool nesses estudantes foram: médio ou fraco envolvimento religioso, morar com amigos, idas a bares e/ou festas acima de duas vezes por semana, sentimento de estresse, sentimento de solidão e naqueles que autor referiram ter um alto consumo de bebida alcóolica. Já os fatores associados ao estresse foram: estudantes que têm até 22 anos de idade, estar entre o primeiro e o quarto período do curso, sexo feminino, falta de atividade física regular, insatisfação com rendimento escolar e pensamentos sobre trancar/abandonar o curso de medicina.

Debater sobre a consumo de álcool em estudantes de medicina e sua relação com o estresse é de grande importância, considerando o alto consumo de álcool e o alto nível de estresse percebido por essa parcela da população. O debate se faz necessário já que o acadêmico de medicina tem uma extensa carga horária de estudo e sofre diversas pressões cotidianas relacionadas a provas, seminários e aulas, além da incerteza do caminho que será traçado pelo estudante no futuro. Com isso, muitos estudantes procuram meios para aliviar sua rotina estressante, em que muitas destas ocasiões o consumo de álcool está incluso.

Os resultados encontrados neste estudo têm o potencial de ajudar na compreensão dos diversos fatores que estão associados com o consumo de álcool e com o estresse percebido nos estudantes de medicina. Diante dos dados estudados, é possível traçar estratégias mais eficazes para a prevenção dos danos causados pelo consumo de álcool e estresse. É imprescindível que as instituições de ensino da área médica elaborem ações de suporte e tracem estratégias para mitigar o estresse percebido nos estudantes, além de promover programas que elucidem as consequências do uso abusivo do álcool, com o objetivo de diminuir os efeitos do álcool e do estresse nos acadêmicos da área médica.

Referências

AJAYI, A. I.; OWOLABI, E. O.; OLAJIRE, O. O. Alcohol use among Nigerian university students: prevalence, correlates and frequency of use. **BMC Public Health**, v. 19, n. 752, p. 1–11, 2019.

AL-KHANI, A. M. et al. A cross-sectional survey on sleep quality, mental health, and

academic performance among medical students in Saudi Arabia. **BMC Research Notes**, v. 12, n. 665, p. 1-5, 2019.

BARROSO, S. M.; FERREIRA, H. G.; ARAUJO, F. C. Brazilian Loneliness Scale: Evidence of Validity Based on Relations to Depression, Anxiety and Stress. **Psico-USF**, v. 26, n. 3, p. 559–570, 2021.

BASTOS, P.; CAMPOS, G. A. L. DE. Avaliação da influência acadêmica sobre a prática de atividades físicas nos estudantes de Medicina em uma faculdade do noroeste do Estado de São Paulo. **Revista Corpus Hippocraticum**, v. 1, n. 1, p. 1–10, 2020.

BORRAGINI-ABUCHAIM, S.; ALONSO, L. G.; TARCIA, R. L. Corrigendum: Spirituality/Religiosity as a Therapeutic Resource in Clinical Practice: Conception of Undergraduate Medical Students of the Paulista School of Medicine (Escola Paulista de Medicina) - Federal University of São Paulo (Universidade Federal de . **Frontiers in Psychology**, v. 13, n. 886507, p. 1–2, 2022.

CAZOLARI, P. G. et al. Níveis de Burnout e Bem-Estar de Estudantes de Medicina: um Estudo Transversal. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. 4, p. 1–8, 2020.

FIELD, A. **Descobrindo a estatística usando o SPSS**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2009.

FREIRE, B. R.; CASTRO, P. A. S. V.; PETROIANU, A. Alcohol consumption by medical students. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 66, n. 7, p. 943–947, jul. 2020.

GARCIA, P. C. D. O.; BASSITT, D. P.; PINTO, F. C. G. Alcohol use, abuse and dependence among elderly in outpatient treatment through the application of AUDIT. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 66, n. 3, p. 307–313, 2020.

GUIMARÃES, L. C. R. et al. Estresse de discentes do curso de medicina em uma universidade promotora da saúde/ Stress of medicine course discents in a health promoting university. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 4, p. 15244–15260, 2021.

HOCHMAN, B. et al. Desenhos de pesquisa. **Acta Cirúrgica Brasileira**, v. 20, n. 2, p. 02–09, 2005.

HORIGIAN, V. E.; SCHMIDT, R. D.; FEASTER, D. J. Loneliness, mental health, and substance use among us young adults during covid-19. **journal of psychoactive drugs**, v. 53, n. 1, p. 1–9, 2021.

JARDIM, M. G. L.; CASTRO, T. S.; FERREIRA-RODRIGUES, C. F. Sintomatologia Depressiva, Estresse e Ansiedade em Universitários. **Psico-USF**, v. 25, n. 4, p. 645–657, 2020.

JOSÉ, F. et al. Tendência histórica de feminização em curso médico brasileiro. In: COSTA, A. P. et al. (Eds.). **Atas do 8º Congresso Ibero-Americano em Investigação Qualitativa: Investigação Qualitativa na Saúde**. Lisboa: Ludomedia, 2019. p. 206–213.

KAM, S. X. L. et al. Estresse em Estudantes ao longo da Graduação Médica. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 43, n. 1 suppl 1, p. 246–253, 2019.

MACHADO, J. N. et al. Fatores associados aos níveis de estresse percebido em estudantes internos de um curso de medicina. **Revista Brasileira Militar de Ciências**, v. 6, n. 16, p. 15–22, 2020.

MCEWEN, B. S.; AKIL, H. Revisiting the stress concept: Implications for affective disorders. **Journal of Neuroscience**, v. 40, n. 1, p. 12–21, 2020.

MCKERROW, I. et al. Trends in medical students' stress, physical, and emotional health throughout training. **Medical Education**, v. 25, n. 1709278, p. 1–8, 2020.

MENDES, T.; PEREZ DIAS, A. C. Symptoms of depression, anxiety, stress and associated factors in Brazilian medicine students: an integrative review. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 4, p. 1–10, 2021.

NEVES, J. V. V. DA S. et al. Uso de álcool, conflitos familiares e supervisão parental entre estudantes do ensino médio. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 10, p. 4761–4768, 2021.

OTTERO, C. DE L. S.; IOST, A. R. J.; GONÇALVES, S. J. DA C. A saúde mental dos estudantes de medicina: uma revisão de literatura. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 15, n. 3, p. e9751, 2022.

PESCONI, B. C. et al. O consumo de álcool pelos estudantes de medicina, as características e fatores associados: uma revisão sistemática. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 6, n. 1, p. 3438–3451, 2023.

PINHEIRO, G. D. A. et al. Estresse percebido durante período de distanciamento social: diferenças entre sexo. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 4, p. 10470–10486, 2020.

REIS, R. S.; HINO, A. A. F.; AÑEZ, C. R. R. Perceived Stress Scale. **Journal of Health Psychology**, v. 15, n. 1, p. 107–114, 2010.

SHADID, A. et al. Stress, Burnout, and Associated Risk Factors in Medical

Students. **Cureus**, v. 12, n. 6633, p. 1–13, 2020.

SILVA, M. J. V.; SOUSA, S. N. V.; CARVALHO, C. R. Impacto do alcoolismo na vida social e familiar. **Revista de Divulgação Científica Sena Aires**, v. 10, n. 3, p. 481–492, 2021.

SILVA, E. Á. M. et al. Prevalência de sintomas de estresse entre os acadêmicos do curso de medicina da universidade do estado do pará, campus viii, no Município de Marabá-Pará. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 5, p. 23323–23337, 2021.

TERRY-MCELRATH, Y. M.; ARTERBERRY, B. J.; PATRICK, M. E. Alcohol use contexts (social settings, drinking games/specials, and locations) as predictors of high-intensity drinking on a given day among U.S. young adults. **Alcohol: Clinical and Experimental Research**, v. 47, n. 2, p. 273–284, 2023.

YOO, H. H.; CHA, S. W.; LEE, S. Y. Patterns of alcohol consumption and drinking motives among korean medical students. **Medical Science Monitor**, v. 26, n. e921613, p. 1–9, 2020.