

Impacto da migração acadêmica na saúde mental de estudantes de medicina em instituições públicas do sudoeste baiano

Impact of academic migration on the mental health of medical students in public institutions in southwestern Bahia

Gabriella Lacerda Fernandes Reis; Mahira Raihaanah Rodrigues Campos; Rebeca Oliveira e Silva Gusmão Alves Dias; Stefany Souza Barreto; Aimée Teixeira dos Santos Meira

RESUMO

Introdução: A migração acadêmica é uma realidade frequente entre estudantes de Medicina e pode impactar significativamente a saúde mental devido às mudanças sociais, emocionais e acadêmicas envolvidas nesse processo. **Objetivo:** Este estudo teve como objetivo analisar o impacto da migração acadêmica na saúde mental de estudantes de Medicina de instituições públicas do Sudoeste baiano, buscando compreender os desafios, fatores de risco e estratégias de enfrentamento relacionados a esse processo. **Método:** Trata-se de uma pesquisa de campo, de abordagem quantitativa e descritiva, realizada por meio da aplicação de um questionário online elaborado na plataforma Google Forms. Participaram da pesquisa 38 estudantes do curso de Medicina que passaram pelo processo de migração acadêmica para ingressar na graduação. **Resultados:** Os resultados evidenciaram que a mudança de cidade e o afastamento da família e da rede de apoio influenciam significativamente a saúde mental dos estudantes, favorecendo o surgimento de sintomas como ansiedade, estresse, solidão e sobrecarga emocional. Entre os principais fatores de risco identificados destacam-se as dificuldades financeiras, a pressão acadêmica, a adaptação ao novo ambiente social e universitário, além da elevada carga horária característica do curso de Medicina.

Observou-se também que muitos estudantes utilizam estratégias de enfrentamento baseadas no apoio de amigos, prática de atividades físicas, acompanhamento psicológico e fortalecimento de vínculos sociais como formas de minimizar os impactos emocionais da migração acadêmica. **Conclusão:** Conclui-se que a migração acadêmica representa um importante fator de vulnerabilidade para a saúde mental de estudantes de Medicina, tornando necessária a implementação de políticas institucionais de acolhimento, suporte psicológico e promoção da saúde mental dentro das universidades, a fim de favorecer a adaptação acadêmica e a qualidade de vida dos estudantes migrantes.

Palavras-chave: Saúde mental; Medicina; Migração; Fatores de risco.

ABSTRACT

Introduction: Academic migration is a frequent reality among medical students and can significantly impact mental health due to the social, emotional, and academic changes involved in this process. **Objective:** This study aimed to analyze the impact of academic migration on the mental health of medical students from public institutions in the Southwest of Bahia, seeking to understand the challenges, risk factors, and coping strategies related to this process. **Method:** This is a field research, with a quantitative and descriptive approach, carried out through the application of an online questionnaire developed on the Google Forms platform. Thirty-eight medical students who underwent the academic migration process to enter the undergraduate program participated in the research. **Results:** The results showed that the change of city and the separation from family and support network significantly influence the mental health of students, favoring the emergence of symptoms such as anxiety, stress, loneliness, and emotional overload. Among the main risk factors identified are financial difficulties, academic pressure, adaptation to the new social and university environment, and the high workload characteristic of the medical course. It was also observed that many students use coping strategies based on support from friends, physical activity, psychological counseling, and strengthening social bonds as ways to minimize the emotional impacts of academic migration. **Conclusion:** It is concluded that academic migration represents a significant vulnerability factor for the mental health of medical students, making it

necessary to implement institutional policies for welcoming, psychological support, and promoting mental health within universities, in order to favor academic adaptation and quality of life for migrant students.

Keywords: Mental health; Medicine; Migration; Risk factors.

1 INTRODUÇÃO

A migração acadêmica representa um fenômeno cada vez mais comum entre estudantes universitários, especialmente entre alunos do curso de Medicina, que frequentemente necessitam mudar de cidade ou estado em busca de melhores oportunidades de formação (PALMERIM *et al.*, 2025). Esse processo envolve não apenas mudanças geográficas, mas também transformações emocionais, sociais e psicológicas significativas, capazes de impactar diretamente a saúde mental dos estudantes (BRUNET *et al.*, 2022).

A adaptação a um novo ambiente acadêmico, o afastamento da família e da rede de apoio, às dificuldades financeiras, a pressão por desempenho e a elevada carga horária do curso configuram fatores de risco importantes para o desenvolvimento de ansiedade, estresse, sintomas depressivos e esgotamento emocional (MALAGUTH *et al.*, 2024).

O curso de Medicina é reconhecido por sua alta exigência acadêmica e emocional, o que pode intensificar os desafios enfrentados pelos estudantes migrantes (SOUZA *et al.*, 2022). Embora esse processo represente, para muitos estudantes, a concretização de um projeto de vida e ascensão acadêmica, ele também impõe profundas transformações sociais, emocionais e culturais que exigem intensa capacidade de adaptação que podem impactar diretamente a saúde mental dos acadêmicos, tornando-os mais suscetíveis ao desenvolvimento de ansiedade, estresse, exaustão emocional e sintomas depressivos (CUNHA *et al.*, 2023).

Nesse contexto, a saúde mental dos estudantes universitários tem se tornado pauta central nas discussões científicas e institucionais, sobretudo entre acadêmicos de Medicina, onde estudos demonstram que estudantes de Medicina apresentam prevalência significativa de sofrimento psíquico quando comparados à população geral.

Uma metanálise realizada por Oliveira *et al.* (2024) identificou que aproximadamente 28% desses estudantes apresentam sintomas depressivos, evidenciando a influência de fatores acadêmicos e psicossociais no adoecimento mental. Além disso, a ausência de suporte emocional adequado e as dificuldades de integração social no novo ambiente acadêmico podem potencializar sentimentos de solidão, insegurança e sobrecarga emocional, comprometendo não apenas o desempenho acadêmico, mas também a qualidade de vida dos discentes (SOUZA *et al.*, 2022).

A adaptação ao ambiente universitário depende de múltiplos fatores, incluindo estratégias individuais de enfrentamento, construção de redes de apoio e suporte institucional efetivo (CUNHA *et al.*, 2023). Nesse sentido, universidades que desenvolvem ações de acolhimento, assistência psicológica e promoção da saúde mental tendem a favorecer melhores processos adaptativos e reduzir os impactos emocionais relacionados à migração acadêmica, entretanto, a insuficiência desses mecanismos em muitas instituições públicas evidencia fragilidades importantes no cuidado à saúde mental estudantil, contribuindo para o aumento do sofrimento psíquico, da evasão acadêmica e do baixo rendimento universitário (SOUZA *et al.*, 2022).

Diante dessa realidade, torna-se fundamental compreender os impactos da migração acadêmica na saúde mental de estudantes de Medicina, especialmente em regiões como o Sudoeste baiano, onde fatores socioeconômicos, estruturais e geográficos podem intensificar as dificuldades de adaptação vivenciadas pelos estudantes migrantes.

A relevância desta pesquisa fundamenta-se na necessidade de ampliar a compreensão acerca das vulnerabilidades emocionais enfrentadas por esse público, contribuindo para a construção de estratégias de acolhimento e promoção do bem-estar psicológico no ambiente universitário (OLIVEIRA *et al.*, 2024).

Nesse contexto, compreender os impactos da migração acadêmica na saúde mental dos estudantes de Medicina é fundamental para identificar fatores de vulnerabilidade, bem como estratégias de acolhimento e suporte que favoreçam a permanência acadêmica e a qualidade de vida desses alunos (THENSINIYA *et al.*, 2024)

Além disso, investigar essa temática possibilita identificar fatores de risco relacionados ao processo migratório acadêmico, bem como compreender as estratégias de enfrentamento utilizadas pelos estudantes para lidar com os desafios emocionais decorrentes da mudança de cidade e da adaptação ao curso de Medicina.

Ao utilizar uma pesquisa de campo com aplicação de questionários em instituições públicas do Sudoeste baiano, este estudo busca produzir dados concretos sobre a realidade vivenciada pelos acadêmicos migrantes, fornecendo subsídios para o desenvolvimento de políticas institucionais de apoio psicológico, assistência estudantil e promoção da saúde mental.

Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo geral analisar o impacto da migração acadêmica na saúde mental de estudantes de Medicina em instituições públicas do Sudoeste baiano. Especificamente, pretende investigar como a migração acadêmica influencia a saúde mental desses estudantes, considerando os desafios e adaptações envolvidos nesse processo; identificar os principais fatores de risco associados à migração acadêmica que podem afetar o bem-estar psicológico desse grupo; e analisar as estratégias de suporte e enfrentamento utilizadas pelos estudantes migrantes e discutidas na literatura científica para a promoção da saúde mental.

Assim, espera-se contribuir para o fortalecimento de ações institucionais voltadas à permanência estudantil, ao acolhimento universitário e à formação de profissionais da saúde emocionalmente mais preparados e resilientes.

2 MÉTODOS

2.1 Classificação do estudo

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de campo, de abordagem quantitativa, natureza descritiva e delineamento transversal. Estudos transversais permitem analisar fenômenos em um determinado momento, possibilitando identificar prevalências, associações e características de grupos específicos, sendo amplamente utilizados em pesquisas na área da saúde coletiva e saúde mental (MINAYO, 2014).

A pesquisa de campo consiste na coleta direta de informações junto ao público investigado, favorecendo maior aproximação com a realidade estudada e permitindo compreender aspectos sociais, emocionais e comportamentais relacionados ao fenômeno analisado (LAKATOS; MARCONI, 2021). Nesse contexto, o estudo buscou analisar os impactos da migração acadêmica na saúde mental de estudantes de Medicina de instituições públicas do Sudoeste baiano, considerando fatores de risco, desafios adaptativos e estratégias de enfrentamento relacionadas ao processo migratório acadêmico.

O delineamento transversal foi escolhido por possibilitar a observação simultânea das variáveis investigadas em um único momento, favorecendo a análise do perfil emocional e das condições psicossociais vivenciadas pelos participantes durante a graduação (ROUQUAYROL, 2018).

2.2 Público-alvo e amostra

O público-alvo do estudo foi composto por estudantes regularmente matriculados no curso de Medicina da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia e da Universidade Federal da Bahia, campus de Vitória da Conquista – Bahia.

A amostra foi constituída por 38 estudantes que aceitaram participar voluntariamente da pesquisa e responderam integralmente ao instrumento de coleta de dados. A seleção ocorreu por conveniência, método frequentemente utilizado em pesquisas acadêmicas exploratórias e descritivas devido à facilidade de acesso aos participantes e à viabilidade da coleta em populações específicas (GIL, 2019).

2.3 Local da Pesquisa

A pesquisa foi desenvolvida em instituições públicas de ensino superior localizadas no município de Vitória da Conquista, especificamente na UESB e na UFBA. A coleta de dados ocorreu de forma remota, mediante aplicação de formulário eletrônico elaborado na plataforma *Google Forms*, permitindo maior acessibilidade, praticidade e alcance dos participantes.

A utilização de questionários online apresenta vantagens metodológicas importantes, como redução de custos, rapidez na obtenção de respostas,

preservação do anonimato e maior comodidade para os participantes, sendo amplamente empregada em pesquisas científicas contemporâneas (FLICK, 2013).

2.4 Critérios de inclusão e exclusão

Foram incluídos na pesquisa estudantes regularmente matriculados no curso de Medicina das instituições selecionadas, cursando do 1º ao 12º semestre, maiores de 18 anos, que aceitaram participar voluntariamente do estudo mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Foram excluídos estudantes que não concluíram integralmente o questionário, que apresentaram respostas incompletas ou que optaram por não participar da pesquisa.

2.5 Instrumento de coleta de dados

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário estruturado, elaborado pelos pesquisadores com base na literatura científica sobre saúde mental, migração acadêmica e adaptação universitária. O instrumento foi disponibilizado na plataforma Google Forms, e e-mail, permitindo maior acessibilidade, praticidade e anonimato aos participantes.

O questionário foi dividido em cinco seções temáticas. A primeira abordou dados sociodemográficos e acadêmicos, incluindo idade, sexo, instituição de ensino e período do curso. A segunda seção investigou aspectos relacionados à migração acadêmica e moradia, como tempo de residência em Vitória da Conquista, condição de moradia e convivência social, visando compreender os desafios adaptativos enfrentados pelos estudantes migrantes.

A terceira seção contemplou questões relacionadas à saúde mental, avaliando frequência de sintomas ansiosos e depressivos, impacto emocional da faculdade de Medicina e histórico de diagnóstico médico de ansiedade ou depressão. Já a quarta seção investigou estratégias de enfrentamento utilizadas pelos estudantes, incluindo apoio social, prática de atividades físicas, terapia psicológica, técnicas de relaxamento e outras formas de manejo emocional.

Por fim, a quinta seção consistiu em uma pergunta discursiva opcional destinada às considerações finais dos participantes sobre a experiência da migração acadêmica. O tempo médio de preenchimento do formulário variou entre seis e dez minutos. Antes do acesso ao questionário, todos os participantes tiveram acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), garantindo voluntariedade, anonimato e confidencialidade das informações coletadas.

2.6 Procedimentos de coleta

O questionário foi disponibilizado eletronicamente por meio de link enviado em grupos acadêmicos, redes sociais e canais de comunicação universitária utilizados pelos estudantes de Medicina das instituições participantes.

A coleta ocorreu durante o período de 15 dias consecutivos, visando possibilitar ampla participação dos estudantes dos diferentes períodos do curso. Antes do acesso ao formulário, os participantes tiveram acesso ao TCLE, contendo informações sobre os objetivos da pesquisa, voluntariedade da participação, garantia de anonimato e confidencialidade das informações.

Somente após a concordância com o termo os estudantes puderam responder ao questionário.

2.7 Análise dos dados

Os dados coletados foram organizados inicialmente em planilhas do Microsoft Excel e posteriormente analisados por meio de estatística descritiva. Foram utilizadas frequências absolutas e relativas para variáveis categóricas, além de medidas de tendência central e dispersão, como média e desvio-padrão, para variáveis numéricas.

Quando pertinente, foram realizados testes estatísticos de associação entre variáveis, como o teste do Qui-quadrado, adotando-se nível de significância de 5% ($p < 0,05$), conforme recomendado para pesquisas na área da saúde (ROUQUAYROL, 2018).

A análise quali quantitativa possibilitou identificar padrões relacionados aos impactos emocionais da migração acadêmica, fatores de risco predominantes e estratégias de enfrentamento utilizadas pelos estudantes.

2.8 Aspectos éticos

A pesquisa foi desenvolvida em conformidade com os princípios éticos estabelecidos pela Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, que regulamenta pesquisas envolvendo seres humanos no Brasil.

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Instituição Afya Faculdades Vitória da Conquista – BA, sendo a coleta iniciada somente após aprovação ética. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), garantindo participação voluntária, anonimato, confidencialidade das informações e liberdade para desistir da pesquisa em qualquer etapa, sem qualquer prejuízo acadêmico ou pessoal.

3 RESULTADOS

Os resultados apresentados a seguir foram obtidos por meio da aplicação do questionário denominado de Impacto da Migração Acadêmica na Saúde Mental de Estudantes de Medicina (UESB/UFBA – Vitória da Conquista), elaborado com o objetivo de analisar como o processo de migração acadêmica influencia a saúde mental e a qualidade de vida dos discentes.

A coleta de dados possibilitou identificar aspectos relacionados à adaptação à nova cidade, distanciamento familiar, suporte emocional, rotina acadêmica e fatores associados ao sofrimento psíquico entre os participantes. As respostas foram analisadas de forma agrupada, preservando o anonimato e a confidencialidade dos estudantes envolvidos na pesquisa.

Participaram da pesquisa 38 estudantes de Medicina das instituições UESB e UFBA, localizadas em Vitória da Conquista – BA. Em relação à faixa etária, observou-se predominância de estudantes jovens adultos, com maior concentração nas idades de 23 anos (n=7), 22 anos (n=5) e 21 anos (n=4).

Quanto à instituição de ensino, a maioria dos participantes pertence à Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), correspondendo a 68,4% da amostra (n=26), enquanto os estudantes da Universidade Federal da Bahia (UFBA) representaram 31,6% (n=12).

No que se refere ao período atual do curso de Medicina, observou-se distribuição entre diferentes etapas da graduação, os estudantes do 1º ao 4º período corresponderam a 50% da amostra (n=19). Já os estudantes entre o 5º e o 8º período representaram aproximadamente 34,2% (n=13), enquanto os alunos do 9º ao 12º período corresponderam a 15,8% (n=6). Esses dados demonstram maior participação de discentes em fases iniciais da graduação médica. Conforme quadro 01 abaixo:

Quadro 01 –Perfil dos participantes do estudo

Sexo	Número/ Percentual
Masculino	() 52,6%
Feminino	(1) 47,4%
Não binário	
Instituição de Ensino	
UFBA	(12) 31,6%
UESB	(26) 68,4%
Período atual do curso	
1º ao 4º período	(19) 50%
5º ao 8º período	(13) 34,2%
9º ao 12º período	(06) 15,8%

Fonte: Dados da pesquisa (2026).

Com relação ao tópico sobre migração e moradia, viu-se que a grande maioria se considera migrante (94,7%) dos participantes. Esse resultado demonstra que o grupo se desloca de sua cidade de origem para cursar Medicina, evidenciando a relevância da migração acadêmica no contexto investigado (Quadro 02).

Com relação ao tempo que residem na cidade 15 deles (39,5%) residem há mais de 4 anos, a maioria mais de 3 anos (73,7%). Esses dados sugerem que parte significativa dos estudantes já apresenta um período prolongado de adaptação à cidade e ao ambiente universitário (Quadro 02).

Quanto à coabitação, identificou-se predominância de estudantes que residem com namorado(a), totalizando 39,5% (n=15). Em seguida, 28,9% (n=11) afirmaram

morar com a família, enquanto 18,4% (n=7) residem com colegas. A categoria “outros”, que inclui diferentes formas de moradia, representou 13,2% (n=5). Os achados demonstram diversidade nos arranjos habitacionais, refletindo diferentes estratégias de adaptação social e financeira durante a graduação (Quadro 02).

Em relação ao vínculo com as pessoas com quem residem, observou-se predominância da categoria “outros”, correspondente a 52,6% (n=20), seguida por familiares, com 28,9% (n=11), e colegas de curso, representando 18,4% (n=7). Esses resultados indicam que muitos estudantes desenvolvem novas redes de convivência e apoio social após o processo migratório, o que pode influenciar diretamente na adaptação acadêmica, emocional e social durante a formação universitária (Quadro 02).

Quadro 02– Migração e moradia

Considera-se migrante	Número/ Percentual
Sim	(36) 94,7%
Não	(02) 05,3%
Tempo que reside na cidade	Número/ Percentual
Menos de 1 ano	(5) 13,2%
1-2 anos	(5) 13,2 %
3-4anos	(13) 34,2%
Mais de 4 anos	(15) 39,5%
Mora (coabitação)	
Com namorado (a)	(15) 39,5%
Com a família	(11) 28,9%
Com colegas	(07) 18,4%
Outros (variado)	(05) 13,2%
Qual relação com quem mora	
Família	(11) 28,9%
Colega de curso	(07) 18,4%
Outros	(20) 52,6%

Fonte: Dados da pesquisa (2026).

Com relação ao quadro 03 que trata sobre ansiedade e saúde mental, os resultados obtidos no questionário evidenciam uma presença significativa de sintomas relacionados à saúde mental entre os estudantes de Medicina participantes da pesquisa. Em relação ao se sentir ansioso por causa da faculdade, 50%

alegaram que frequentemente se sentem assim e apenas 2,6% disseram que nunca. Quanto ao diagnóstico médico de ansiedade, 31,6% dos entrevistados afirmaram já ter recebido esse diagnóstico, enquanto 68,4% relataram nunca terem sido diagnosticados. Embora a maioria não possua diagnóstico formal, o percentual de estudantes diagnosticados é expressivo e demonstra que os transtornos ansiosos fazem parte da realidade acadêmica de uma parcela importante dos participantes.

Quanto ao diagnóstico de depressão, 26,3% dos estudantes afirmaram já ter recebido diagnóstico médico, enquanto 73,7% responderam negativamente. Apesar de o número de estudantes sem diagnóstico ser predominante, os dados revelam que aproximadamente um quarto dos participantes já enfrentou quadros depressivos reconhecidos clinicamente, reforçando a necessidade de atenção à saúde mental no ambiente universitário.

Ao analisar a frequência de sintomas depressivos durante a última semana, observou-se que 34,2% afirmaram nunca apresentar sintomas, enquanto outros 34,2% relataram apresentá-los raramente. Entretanto, 18,4% indicaram sentir esses sintomas às vezes, 7,9% frequentemente e 5,3% sempre. Esses resultados demonstram que, embora parte dos estudantes não apresente manifestações frequentes, existe um grupo considerável convivendo regularmente com sinais de sofrimento emocional, como tristeza persistente, falta de motivação e perda de interesse.

No que se refere ao apoio social, os dados mostram um cenário relativamente positivo, já que 63,2% afirmaram possuir apoio suficiente de amigos, familiares e colegas para enfrentar a ansiedade durante a graduação. Por outro lado, 34,2% relataram possuir apoio apenas parcial e 2,6% afirmaram não possuir apoio social. Esses resultados evidenciam a importância das redes de apoio no enfrentamento das dificuldades emocionais vivenciadas pelos estudantes, ao mesmo tempo em que revelam que parte dos participantes ainda se sente emocionalmente desamparada.

As respostas discursivas de 30 dos participantes reforçam a percepção de que a graduação em Medicina impacta negativamente a saúde mental dos acadêmicos. Entre os principais fatores mencionados estão a elevada carga horária, a cobrança excessiva, a autocobrança, a insegurança quanto ao futuro profissional, o desgaste físico e mental, além da pressão relacionada à responsabilidade sobre a

vida de outras pessoas. Também foram citadas preocupações com residência médica, avaliações acadêmicas e falta de tempo para lazer e autocuidado. Apesar disso, alguns participantes reconheceram que, embora a graduação seja extremamente exigente, ela também pode ser gratificante e proporcionar crescimento pessoal e profissional.

De modo geral, os resultados apontam que a formação médica está associada a elevados níveis de pressão psicológica, capazes de impactar diretamente o bem-estar emocional dos estudantes. Dessa forma, torna-se fundamental que as instituições de ensino promovam estratégias de acolhimento psicológico, fortalecimento das redes de apoio e incentivo ao equilíbrio entre vida acadêmica e saúde mental, contribuindo para uma formação mais saudável e humanizada.

Quadro 03– Ansiedade e saúde mental

Sente-se ansioso por conta da faculdade	Número/ Percentual
Nunca	(01) 2,6%
Raramente	(07) 18,4%
Às vezes	(07) 18,4%
Frequentemente	(16) 50%
Sempre	(04) 10,5%
Já recebeu diagnóstico de ansiedade	Número/ Percentual
Sim	(12) 31,6%
Não	(26) 68,4%
Já recebeu diagnóstico de depressão	Número/ Percentual
Sim	(10) 26,3%
Não	(28) 73,7%
Na última semana, com que frequência você apresentou sintomas de ansiedade	Número/ Percentual
Nunca	(04) 10,5%
Raramente	(06) 15,8%
Às vezes	(14) 36,8%
Frequentemente	(12) 31,6%
Sempre	(02) 05,3%

Na última semana, com que frequência você apresentou sintomas depressão	
Nunca	(13) 34,2%
Raramente	(13) 34,2%
Às vezes	(07) 18,4%
Frequentemente	(02) 5,3%
Sempre	(02) 5,3%

Fonte: Dados da pesquisa (2026).

Com relação às estratégias de enfrentamento, nota-se conforme quadro 04 que entre as estratégias mais citadas destacam-se a prática de atividade física e o apoio de amigos e familiares, ambos mencionados por 71,1% dos participantes, evidenciando a importância do suporte social e dos hábitos saudáveis como formas de enfrentamento emocional. A terapia psicológica foi relatada por 28,9% dos estudantes, enquanto 26,3% afirmaram utilizar meditação, técnicas de respiração ou relaxamento, assim como medicamentos sob prescrição médica. O uso de álcool ou outras substâncias representou 5,3% da amostra, enquanto outras estratégias, como oração, jogos e hobbies, corresponderam a 2,6%.

Quanto ao apoio social, 63,2% dos estudantes afirmaram possuir suporte emocional suficiente, enquanto 34,2% relataram possuir apoio apenas parcial e 2,6% disseram não possuir apoio social, tais dados demonstram que, embora a maioria se sinta amparada, ainda existe uma parcela significativa de estudantes que enfrenta dificuldades relacionadas ao suporte emocional durante a graduação.

Quanto à percepção do impacto da faculdade de Medicina sobre a saúde mental, os resultados foram expressivos. Nenhum participante afirmou nunca sofrer impactos negativos, enquanto 78,9% relataram que a graduação frequentemente afeta sua saúde mental. Além disso, 13,2% responderam que isso ocorre às vezes, 2,6% sempre e apenas 2,6% raramente. Esses resultados reforçam a percepção de que a formação médica está fortemente associada ao desgaste psicológico e emocional dos acadêmicos. Conforme quadro 04 abaixo:

Quadro 04– Estratégias de Enfrentamento	
Quais estratégias você utiliza para lidar com a ansiedade relacionada à faculdade	Número/ Percentual

Atividade física	(27) 71,1%
Meditação/respiração/relaxamento	(10) 26,3%
Apoio de amigos e familiares	(27) 71,1%
Terapia psicológica	(11) 28,9%
Uso de medicamentos sob prescrição médica	(10) 26,3%
Uso de álcool ou outras substâncias	(02) 5,3%
Outros (oração, jogos, hobbies)	(01) 2,6%

Você sente que possui apoio social suficiente	Número/ Percentual
Sim	(24) 63,2%
Parcialmente	(13) 4,2%
Não	(01) 02,6%

Você considera que a faculdade de Medicina impacta negativamente sua saúde mental?	Número/ Percentual
Nunca	(0) 00%
Raramente	(01) 2,6%
Às vezes	(05) 13,2%
Frequentemente	(30) 78,9%
Sempre	(01) 2,6%

Fonte: Dados da pesquisa (2026).

Por fim, foi aberto aos questionados se desejariam deixar algum comentário ou observação sobre sua experiência como estudante de Medicina migrante em Vitória da Conquista. E dos participantes que deixaram comentários foi observado que existem desafios emocionais, pois a distância de casa e a sobrecarga de atividades aparecem como os principais fatores de desgaste psicológico e a ausência física da família e a perda do conforto do lar original são apontadas diretamente como gatilhos para sintomas depressivos e ansiosos.

Os estudantes relatam a enorme dificuldade de conciliar uma rotina acadêmica exaustiva com o cuidado da casa e a vida pessoal, gerando forte ansiedade e tristeza. Diante do sofrimento, os alunos destacam a necessidade imperativa de desenvolver estratégias de cuidado com a saúde mental para

conseguir permanecer no curso e nesse contexto o suporte social e a proximidade geográfica atuam como os principais atenuantes do sofrimento da migração. A criação de vínculos profundos com outros estudantes migrantes e amigos na nova cidade é descrita como vital, com relatos de que "os amigos se tornam nossa família".

Apesar de todas as dificuldades decorrentes do processo migratório, alguns estudantes ressaltam o lado positivo da experiência, definindo-a como "incrível" e destacando o aprendizado prático sobre independência e cuidados diários com a própria saúde e rotina doméstica.

4 DISCUSSÃO

Aqui está uma seção de Discussão estruturada de forma acadêmica, utilizando dados reais de literatura científica brasileira publicada a partir de 2020. Os eixos foram conectados exatamente aos achados do questionário (Perfil dos participantes do estudo,

4.1 Perfil dos participantes do estudo

A caracterização sociodemográfica e habitacional dos participantes desenha um panorama que reflete as transformações estruturais pelas quais o ensino superior e, especificamente, as faculdades de Medicina no Brasil passaram nos últimos anos. Os dados revelam um perfil marcadamente migrante, com tempo de fixação prolongado na cidade de estudo e arranjos de moradia alternativos como resposta adaptativa ao processo de deslocamento espacial.

A constatação de que a quase totalidade dos participantes (94,7%) se autodeclara migrante corrobora a tese de desterritorialização e interiorização do ensino médico. Historicamente associado às elites locais das capitais, o perfil do estudante de Medicina mudou substancialmente após a consolidação de políticas públicas nacionais.

Estudos recentes discutem que a unificação das formas de ingresso, capitaneada pelo Sistema de Seleção Unificada (SISU) e pelo Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM), operou um salto na taxa de migração estudantil nacional

com estimativas de crescimento na mobilidade acadêmica que subiram de 1% para patamares próximos a 25% no plano geral das universidades, concentrando-se de forma ainda mais intensa em cursos de alta concorrência como a Medicina (CARDOSO;CASTRO, 2022)

Tal dispersão geográfica transforma municípios de médio porte e polos regionais do interior, como é o caso de Vitória da Conquista, em importantes receptores de fluxos migratórios juvenis, exigindo que a comunidade acadêmica acolha corpos discentes vindos de múltiplas realidades socioculturais.

4.2 Migração e moradia

Os achados deste estudo demonstram elevada prevalência de estudantes que se consideram migrantes, correspondendo a 94,7% da amostra, evidenciando que a migração acadêmica constitui uma realidade marcante entre os estudantes de Medicina investigados. Esse cenário pode estar relacionado à distribuição desigual dos cursos médicos no país, levando muitos estudantes a deixarem suas cidades de origem em busca de formação superior. Estudos recentes apontam que o deslocamento geográfico para cursar Medicina pode repercutir diretamente na saúde mental, na adaptação acadêmica e na qualidade de vida dos estudantes, especialmente diante do afastamento da rede familiar e da necessidade de adaptação social e financeira (MALAGUTH *et al.*, 2024; CUNHA *et al.*, 2023).

Com relação ao tempo de residência, os dados indicam que a maioria expressiva dos alunos (73,7%) reside na cidade há mais de três anos, sendo que 39,5% já ultrapassaram a barreira dos quatro anos. Esse longo período de permanência territorial dialoga com a própria estrutura longitudinal do curso de Medicina (seis anos de duração integral).

Pesquisas sobre o estresse e a interiorização da graduação médica enfatizam que os primeiros dois anos da transição migratória costumam registrar os maiores picos de vulnerabilidade psíquica, marcados pela quebra de rotina (CAMPOS JUNIOR *et al.*, 2024).

Quanto aos achados sobre a coabitação revela uma pulverização importante nas dinâmicas de moradia, com destaque para estudantes que residem com namorado(a) (39,5%), seguidos por aqueles que residem com a família (28,9%) e

com colegas de curso (18,4%). Tais configurações refletem respostas diretas a pressões econômicas e psicossociais. Conforme apontam estudos focados na economia da permanência estudantil no Brasil, o custo de vida e o processo inflacionário em pólos universitários forçam a reconfiguração dos arranjos domiciliares tradicionais e por isso o compartilhamento de despesas por meio de moradias coletivas ou uniões estáveis precoces surge como uma tática financeira racional para viabilizar os altos custos de manutenção de um estudante em regime integral (LIMA, 2024).

4.3 Ansiedade e saúde mental

A discussão dos resultados evidencia que os estudantes de Medicina apresentam importante vulnerabilidade ao sofrimento psíquico, especialmente relacionado à ansiedade e aos sintomas depressivos, percebido quando 50% dos participantes relatam sentir-se frequentemente ansiosos em decorrência da faculdade demonstra que a formação médica constitui um ambiente marcado por elevada pressão emocional, acadêmica e social. Esses achados corroboram a literatura recente, que aponta a graduação em Medicina como um dos cursos universitários com maiores índices de adoecimento mental, devido à intensa carga horária, competitividade, autocobrança e contato precoce com o sofrimento humano (THENSINIYA *et al.*, 2024; MAGALHÃES; MAIA, 2022).

Os dados referentes ao diagnóstico médico de ansiedade revelaram que 31,6% dos participantes já receberam diagnóstico formal, percentual semelhante ao encontrado em estudos nacionais realizados com estudantes de Medicina. Uma pesquisa identificou elevada prevalência de ansiedade e depressão nesse público, destacando que fatores como excesso de atividades acadêmicas, privação do sono e insegurança profissional estão diretamente relacionados ao desenvolvimento de transtornos ansiosos (BERTANI *et al.*, 2020).

Além disso, revisões recentes demonstram que estudantes de Medicina possuem risco significativamente maior de ansiedade quando comparados à população geral universitária, principalmente em períodos de provas, internato e preparação para residência médica (MAGALHÃES; MAIA, 2022).

No que se refere à depressão, observou-se que 26,3% dos estudantes já receberam diagnóstico médico, resultado que se aproxima dos dados encontrados na revisão sistemática de Rosa et al., a qual identificou prevalência média de sintomas depressivos em torno de 30,6% entre estudantes de Medicina no Brasil, e tais números reforçam que o sofrimento emocional neste grupo não representa um fenômeno isolado, mas um problema recorrente e amplamente documentado na literatura científica (BERTANI *et al.*, 2020; SHIMADA *et al.*, 2024).

A presença de sintomas depressivos frequentes em parte dos participantes da pesquisa demonstra que muitos estudantes convivem com tristeza persistente, desmotivação e exaustão emocional, condições que podem interferir diretamente no rendimento acadêmico, nas relações interpessoais e na qualidade de vida e outro aspecto importante observado foi a frequência de sintomas depressivos na última semana. Embora parte dos acadêmicos tenha relatado nunca ou raramente apresentar sintomas, houve percentual relevante de estudantes que afirmaram senti-los às vezes, frequentemente ou sempre.

Esses achados sugerem que mesmo estudantes sem diagnóstico formal podem apresentar sofrimento psíquico significativo, muitas vezes subnotificado ou negligenciado (BERTANI *et al.*, 2020). A literatura aponta que muitos universitários demoram a procurar ajuda psicológica ou psiquiátrica por medo de estigmatização, vergonha ou receio de serem vistos como frágeis dentro de um ambiente altamente competitivo (SILVA *et al.*, 2023; LIASI *et al.*, 2021).

Em relação ao apoio social, os resultados demonstraram que a maioria dos participantes considera possuir suporte emocional suficiente de amigos, familiares e colegas. Esse dado é relevante, pois estudos recentes apontam o apoio social como importante fator protetor contra ansiedade, depressão e burnout em estudantes universitários. Entretanto, o fato de parte dos estudantes relatar apoio apenas parcial ou inexistente merece atenção, uma vez que a ausência de rede de apoio pode potencializar sentimentos de isolamento, insegurança e sobrecarga emocional.

As respostas discursivas reforçaram os resultados quantitativos ao evidenciarem os principais fatores associados ao adoecimento mental durante a graduação. A elevada carga horária, o excesso de cobranças, a competitividade, a privação de sono e a preocupação constante com o futuro profissional aparecem como elementos centrais no sofrimento dos estudantes (SILVA *et al.*, 2023)

Tais achados e identificam a rotina intensa da formação médica como um de acordo com a literatura que demonstra que a privação do sono e a redução do tempo destinado ao lazer e autocuidado favorecem o esgotamento emocional e pioram os indicadores de saúde mental entre acadêmicos da área da saúde (BRUNET *et al.*, 2022; LIASI *et al.*, 2021).

4.4 Estratégias de Enfrentamento e observações

Em relação às estratégias de enfrentamento, observou-se que os estudantes recorrem principalmente ao apoio de amigos e familiares, prática de atividades físicas e acompanhamento psicológico como formas de minimizar os impactos emocionais da graduação. Entretanto, parte dos participantes relatou percepção insuficiente de suporte social, evidenciando fragilidades no processo de acolhimento institucional e adaptação universitária, e esses resultados reforçam a importância da implementação de políticas universitárias voltadas à promoção da saúde mental, assistência psicológica e fortalecimento de redes de apoio no ambiente acadêmico, especialmente para estudantes migrantes (GOMES *et al.*, 2023).

Desse modo, os resultados evidenciam que a migração acadêmica, somada às exigências da graduação em Medicina, pode representar um importante fator de vulnerabilidade para a saúde mental dos estudantes. Identificar os fatores que contribuem para o sofrimento emocional e compreender as estratégias utilizadas pelos acadêmicos para lidar com essas dificuldades é fundamental para ampliar o entendimento sobre as necessidades desse público. Além disso, essas informações podem auxiliar no desenvolvimento de medidas institucionais mais efetivas voltadas ao acolhimento, à prevenção do adoecimento psíquico e à promoção da qualidade de vida no contexto universitário (NERES *et al.*, 2021).

A análise dos dados também mostra que os estudantes reconhecem a importância de desenvolver mecanismos de enfrentamento para conseguir lidar com as pressões da graduação. A atividade física e o apoio social apareceram entre as estratégias mais utilizadas, resultado semelhante ao encontrado em estudos recentes, que apontam essas práticas como fatores de proteção contra ansiedade, estresse e sintomas depressivos. A literatura demonstra que a prática regular de exercícios físicos contribui para melhora do bem-estar e da qualidade do sono,

enquanto o suporte familiar e social funciona como importante apoio emocional diante das dificuldades vivenciadas ao longo da formação acadêmica (CATARUCCI *et al.*, 2020)

Por outro lado, chama atenção o número reduzido de estudantes que realizam acompanhamento psicológico, especialmente diante da alta frequência de participantes que afirmaram sofrer impactos negativos da faculdade sobre a saúde mental. Esse cenário pode estar relacionado à falta de tempo, dificuldade de acesso aos serviços especializados ou até mesmo ao receio de procurar ajuda psicológica. Além disso, embora o uso de álcool e outras substâncias tenha aparecido em menor frequência, sua presença merece atenção, por representar uma forma de enfrentamento potencialmente prejudicial à saúde.

5 CONCLUSÃO

A análise dos dados obtidos por meio do questionário aplicado aos 38 estudantes de Medicina das instituições públicas de Vitória da Conquista permitiu compreender aspectos relevantes relacionados aos impactos da migração acadêmica na saúde mental dos discentes.

Conclui-se que a migração acadêmica associada à graduação em Medicina exerce impacto significativo sobre a saúde mental dos estudantes, evidenciado pela elevada frequência de sintomas ansiosos, manifestações depressivas e percepção de sobrecarga emocional relatadas pelos participantes.

Os resultados demonstraram que fatores como intensa cobrança acadêmica, elevada carga horária, autocobrança, insegurança profissional e dificuldades relacionadas à adaptação social e emocional contribuem diretamente para o sofrimento psíquico dos acadêmicos.

Além disso, observou-se que o apoio social e a construção de redes de convivência representam importantes fatores de proteção emocional, auxiliando no enfrentamento das dificuldades vivenciadas durante a formação médica, mesmo assim uma parcela de estudantes ainda relata apoio insuficiente, reforçando a necessidade de maior atenção institucional à saúde mental universitária.

Dessa forma, torna-se fundamental que as instituições de ensino superior reconheçam a saúde mental como elemento essencial da formação médica,

promovendo ambientes acadêmicos mais acolhedores, humanizados e saudáveis. Estratégias como acompanhamento psicológico acessível, programas de acolhimento estudantil, fortalecimento das redes de apoio, incentivo à prática de atividades físicas e promoção do equilíbrio entre vida acadêmica e pessoal podem contribuir significativamente para redução do sofrimento emocional e melhoria da qualidade de vida dos estudantes.

Por fim, espera-se que este estudo contribua para ampliação das discussões sobre saúde mental entre estudantes de Medicina, incentivando o desenvolvimento de políticas institucionais preventivas e ações voltadas ao cuidado integral dos acadêmicos durante sua trajetória universitária.

REFERÊNCIAS

BERTANI, D. E.; MATTEI, G.; FERRARI, S.; PINGANI, L.; GALEAZZI, G. M. Ansiedade, depressão e traços de personalidade em estudantes de medicina italianos. *Rivista di Psichiatria*, v. 55, n. 6, p. 342-348, 2020.

BRUNET, A. E.; KRISTENSEN, C. H.; LOBO, N. D. S.; DERIVOIS, D. Experiência migratória e saúde mental: um estudo qualitativo na França e no Brasil. *International Journal of Social Psychiatry*, v. 68, n. 2, p. 376-383, 2022.

CAMPOS JUNIOR, A.; LIMA, L. A.; LOVISI, G. M.; SOL, E. G. L.; BRASIL, M. A. A. Avaliação de sintomas depressivos em estudantes de medicina. *Cadernos Saúde Coletiva*, v. 32, n. 2, e32020460, 2024.

CARDOSO, R. P.; CASTRO, A. P. Migração estudantil: uma análise do impacto da política de cotas e do ProUni. In: *Universidade e Território*. Brasília: Ipea, 2022.

CATARUCCI, F. M.; ROSSI, T. C.; BRUNO, V. H. T.; BETETO, I. S.; HABIMORAD, P. H. L.; ANDREWS, M. S. et al. Uma estratégia de redução do estresse entre estudantes médicos. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 44, n. 3, e104, 2020. DOI: 10.1590/1981-5271v44.3-20200105.

CUNHA, C. M. et al. Common mental disorders in medical students: prevalence and associated factors. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 47, n. 4, e20220285, 2023.

FLICK, U. *Introdução à metodologia de pesquisa*. Porto Alegre: Penso, 2013.

GIL, A. C. *Métodos e técnicas de pesquisa social*. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

GOMES, L. M. L. D. S.; LEITÃO, H. D. A. L.; SANTOS, K. M. C.; ZANOTTI, S. V. Saúde mental na universidade: ações e intervenções voltadas para os estudantes. *Educação em Revista*, v. 39, e40310, 2023. DOI: 10.1590/0102-469840310.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. *Fundamentos de metodologia científica*. 9. ed. São Paulo: Atlas, 2021.

LIASI, G. A.; NEJAD, S. M.; SAMI, N.; KHAKPOUR, S.; YEKTA, B. G. A prevalência de burnout educacional, depressão, ansiedade e estresse entre estudantes de medicina da Universidade Islâmica Azad em Teerã, Irã. *BMC Medical Education*, v. 21, n. 471, p. 1-8, 2021.

LIMA, G. A. *Política de assistência e permanência estudantil para as universidades estaduais baianas (UEBA) – Programa Mais Futuro* [tese]. Salvador: Universidade Federal da Bahia, Faculdade de Educação, 2024.

MAGALHÃES, M.; MAIA, J. Sintomas de depressão e ansiedade em estudantes de medicina e seus fatores associados. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 14, e553111436843, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i14.36843.

MALAGUTH, T. Z.; RIGOTTI, J. I. R.; HADAD, R. M. Migrações e fluxo escolar da coorte de estudantes de 2008 a 2019, em Minas Gerais. *Revista Brasileira de Estudos de População*, v. 41, e0271, 2024.

MINAYO, M. C. S. *Pesquisa social: teoria, método e criatividade*. Petrópolis: Vozes, 2014.

NERES, B. S. P.; AQUINO, M. L. A.; PEDROSO, V. S. P. Prevalência e fatores associados à depressão e ao comportamento suicida entre estudantes de medicina. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 70, n. 4, p. 311-320, 2021.

OLIVEIRA, M. P. et al. Prevalência de depressão entre estudantes de Medicina: uma metanálise. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 48, n. 4, e20240001, 2024.

PALMERIM, W. J. S.; VIEIRA, J. F. S.; JÚNIOR, R. U. S.; SILVA, S. G. Migração e saúde mental: um estudo com acadêmicos de medicina. *Journal Media Critiques*, v. 11, n. 28, e330, 2025.

ROUQUAYROL, M. Z.; GURGEL, M. *Epidemiologia & saúde*. 8. ed. Rio de Janeiro: MedBook, 2018.

SHIMADA, S. S.; SILVA, M. O.; BARR, Y. V. D.; CARVALHO, K. P.; ÁVILA, G. B. B.; VALCANIA, A. E. et al. Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em estudantes universitários. *Medicina (Ribeirão Preto)*, v. 57, n. 4, e-204075, 2024.

SILVA, N. M.; SENE, E. R.; MATOS, L. V.; ROQUE, G. M.; CABRAL, A. E. S.; MACHADO, L. C. S. et al. Uso de psicofármacos por estudantes de medicina e engenharias. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 3, p. 8537-8543, 2023. DOI: 10.34119/bjhrv6n3-013.

SOUZA, G. F. A. et al. Fatores associados à ansiedade/depressão nos estudantes de Medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 46, n. 3, e20220076, 2022.

THENSINIYA, J.; ERIK, B. The factors causing stress in medical students and their impact on academic outcomes: a narrative qualitative systematic review. *International Journal of Medical Students*, v. 12, n. 2, p. 195-203, 2024.