

# **FATORES E INFLUÊNCIAS DA ANSIEDADE NA ROTINA DOS ACADÊMICOS DE MEDICINA DO 1º AO 8º PERÍODO DE FACULDADES PÚBLICAS E PRIVADAS DO ESTADO DE SÃO PAULO (APOIO UNIP)**

**Alunos:** Kawã Rezende dos Santos e Samara Panta Freire

**Orientadora:** Profa. Ma. Juliana Ferreira de Andrade

**Curso:** Medicina

**Campus:** Alphaville

A ansiedade é um componente constante na rotina dos acadêmicos de medicina, sendo crucial identificar seus fatores e consequências, especialmente nos estudantes do 1º ao 8º período em faculdades públicas e privadas, para formar médicos mais autoconfiantes. Entre os fatores intrínsecos à ansiedade estão nomofobia, falta de sono, carga horária extensa, espiritualidade, distanciamento familiar e falta de lazer. As consequências incluem insônia, exaustão e baixo desempenho. Este estudo objetiva analisar a relação de causa e efeito da ansiedade na rotina dos acadêmicos de medicina no estado de São Paulo através de um questionário divulgado nas redes sociais, como Instagram e WhatsApp. O questionário é dividido em duas partes: a primeira com 13 questões próprias abordando fatores e consequências, e a segunda utiliza o Inventário de Ansiedade de Beck para avaliar o nível de ansiedade dos participantes. Até o momento, foram obtidas 80 respostas, com seis recusas. A maioria dos participantes são mulheres e estudantes de universidades privadas. Os resultados mostram um equilíbrio nos scores de ansiedade, com uma redução no grau mínimo de ansiedade e um aumento nos níveis leve e moderado em comparação com dados anteriores do Inventário de Ansiedade de Beck. Observa-se uma relação significativa entre ansiedade e fatores como carga horária extensa (55% dos casos) e horas de sono reduzidas (28,7% dos casos). Consequências como exaustão física e mental (80,8% dos casos) e estresse generalizado (50% dos casos) foram predominantes. Esses dados ressaltam a necessidade de intervenções universitárias para melhorar a saúde mental dos

estudantes de medicina, como acompanhamento psicológico e práticas de inteligência emocional.