

Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA
Curso de Medicina

**AVALIAÇÃO DO CURRÍCULUM VITAE DOS ESTUDANTES DE
MEDICINA: O QUE SE FAZ ALÉM DAS ATIVIDADES
CURRICULARES**

Maycoll Gabriel Miterrã Moura
João Vieira da Mota Neto
Matheus Mendes de Souza
Fábio Guilherme Borges Ribeiro
Victória Lima Florentino Alves Ferreira

Anápolis – GO

2020

Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA
Curso de Medicina

**AVALIAÇÃO DO CURRÍCULUM VITAE DOS ESTUDANTES DE
MEDICINA: O QUE SE FAZ ALÉM DAS ATIVIDADES
CURRICULARES**

Trabalho de Curso apresentado à disciplina de Iniciação Científica do curso de medicina do Centro Universitário de Anápolis - UniEVANGÉLICA, sob a orientação do Profº. M.e Denis Masashi Sugita.

Anápolis – GO
2020

**ENTREGA DA VERSÃO FINAL
DO TRABALHO DE CURSO
PARECER FAVORÁVEL DO ORIENTADOR**

Um Novo tempo
Sempre

**À Coordenação de Iniciação Científica
Faculdade da Medicina – UniEvangélica**

Eu, Prof(ª) Orientador **Dênis Masashi Sugita** venho, respeitosamente, informar a essa Coordenação, que os(as) acadêmicos(as) **Victória Lima Florentino Alves Ferreira, Maycoll Gabriel Miterrã Moura, João Vieira da Mota Neto, Fábio Guilherme Borges Ribeiro, Matheus Mendes de Souza**, estão com a versão final do trabalho intitulado **AVALIAÇÃO DO CURRÍCULUM VITAE DOS ESTUDANTES DE MEDICINA: O QUE SE FAZ ALÉM DAS ATIVIDADES CURRICULARES** pronta para ser entregue a esta coordenação.

Observações:

Anápolis, 16 de novembro de 2020.



Professor(a) Orientador(a)

RESUMO

O curso de Medicina, por ter elevada carga horária e excessivas exigências feitas ao estudante, acaba por esgota-lo, física e psicologicamente, além da responsabilidade sobre a vida de alguém. Além disso, os estudantes, visando a aprovação na residência médica de escolha, e um currículo que lhes traga vantagens, complementam a carga horária extenuante com atividades que agregam aos seus conhecimentos, em detrimento, entretanto, da prática de atividades que aliviarão o estresse e beneficiarão sua saúde mental e física. O objetivo deste trabalho é descrever o impacto da composição do *curriculum vitae* na saúde física e mental dos estudantes de Medicina de uma instituição de ensino superior privada de Anápolis (GO). Trata-se de um estudo sobre educação em saúde, observacional, descritivo e transversal, de natureza quantitativa, com a finalidade de determinar o impacto do *curriculum vitae* para a saúde física e mental dos estudantes de Medicina. Foi aplicado um questionário com os estudantes do 3º, 4º, 5º, 6º, 7º e 8º períodos do curso de Medicina e, após a coleta de dados, eles foram analisados. A amostra é composta por 220 estudantes dos quais observou-se que 14,1% tinham como principal motivo para realizar atividades extracurriculares, a obtenção de uma melhor pontuação nos processos seletivos de programas de Residência Médica. Além disso, 53,3% dos participantes não se consideram satisfeitos com o seu desempenho acadêmico. Espera-se que, no decorrer do curso, a quantidade de atividades feitas a fim de aliviar o estresse reduza e que os estudantes estejam engajados em atividades que lhes tragam benefícios no currículo, com variações, porém, no tipo de atividades extracurriculares realizadas.

Palavras-chave: Educação Médica. Currículo. Saúde mental. Residência Médica.

ABSTRACT

The medical course has a high workload and excessive demands for the student, and it brings them physical and psychological exhaustion, besides the sense of having responsibility for someone's life. In addition, students, aiming for approval in the medical residency and a curriculum that brings them advantages for it, complement their extensive workload with activities that add to their knowledge, in detriment, however, of the practice of activities that would relieve stress, and improve their mental and physical health. The objective of this paper is to describe the impact of *curriculum vitae* composition on the physical and mental health of medical students from a private institution in Anápolis (GO). This is a quantitative, observational, descriptive and cross-sectional study on health education to determine the impact of *curriculum vitae* on the physical and mental health of medical students. A questionnaire was applied to students from the 3rd, 4th, 5th, 6th, 7th and 8th periods and, after data collection, they were analyzed. The sample is composed of 109 students of whom it was observed that 14,1% had, as their main reason for performing extracurricular activities, obtaining a better score in the selection processes of Medical Residency programs. In addition, 53,3% of participants are not satisfied with their academic performance. It is expected that with advance of the course, the amount of activities done to relieve stress will decrease and that, students will be engaged in activities that bring benefits to the curriculum, meantime with variations in the type of extracurricular activities procedures done.

Key-words: Medical education. Curriculum. Mental Health. Medical Residenc

SUMÁRIO

| | |
|------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 1. INTRODUÇÃO..... | 7 |
| 2. REFERENCIAL TEÓRICO..... | 10 |
| 2.1. Caracterização do curso de Medicina..... | 10 |
| 2.2. Atividades extracurriculares..... | 11 |
| 2.2.1. Currículo paralelo..... | 12 |
| 2.2.2. Currículo informal..... | 13 |
| 2.3. Impacto das atividades extracurriculares..... | 13 |
| 2.4. Saúde física dos estudantes de Medicina..... | 15 |
| 2.5. Saúde mental dos estudantes de Medicina..... | 16 |
| 3. OBJETIVOS..... | 18 |
| 3.1. Objetivo geral..... | 18 |
| 3.2. Objetivos específicos..... | 18 |
| 4. METODOLOGIA..... | 19 |
| 4.1. Tipo de estudo..... | 19 |
| 4.2. Local da pesquisa..... | 19 |
| 4.3. População da amostra..... | 19 |
| 4.4. Critérios de inclusão..... | 19 |
| 4.5. Critérios de exclusão..... | 19 |
| 4.6. Processo de coleta de dados..... | 20 |
| 4.7. Metodologia de análise de dados..... | 20 |
| 4.8. Aspecto éticos | 20 |
| 5. RESULTADOS..... | 21 |
| 6. DISCUSSÃO..... | 26 |
| 7. CONSIDERAÇÕES FINAIS..... | 29 |
| 8. REFERÊNCIAS..... | 30 |
| 9. APÊNDICES..... | 34 |
| 9.1 Apêndice 1 – Questionário..... | 34 |
| 9.2 Apêndice 2 – Termo de consentimento livre esclarecido (TCLE) | 37 |
| 10. ANEXOS..... | 40 |
| 10.1 Parecer de aprovação no CEP | 40 |

1. INTRODUÇÃO

O curso de Medicina possui, sabidamente, uma carga horária extenuante. Por ter caráter integral, os estudantes ficam envolvidos com as atividades acadêmicas durante a maior parte do dia e da semana. Além disso, os estudantes, mesmo após horas dedicadas aos estudos, dedicam-se às atividades extracurriculares complementares, como ligas acadêmicas e congressos, pouco se preocupando com atividades físicas e culturais (FIGUEIREDO et al., 2009).

Para classificar as atividades feitas pelos estudantes, foram criados três conceitos de currículos, que, em conjunto, integram o *curriculum vitae* (de vida) do estudante de Medicina (CARVALHO et al., 2013). O currículo oficial compreende as atividades propostas pela instituição de ensino superior (IES), ou seja, as aulas e atividades acadêmicas previstas na grade curricular do curso de Medicina. O currículo paralelo é composto pelas atividades que a faculdade não oferece no currículo oficial, mas que o estudante busca por conta própria a fim de complementar seu conhecimento. Dentro dessa categoria, estão as ligas acadêmicas, as monitorias, os projetos de extensão, a representação estudantil em diretórios / centros acadêmicos, os congressos e os estágios. Por fim, há o currículo informal, que nada mais é do que as atividades extracurriculares culturais e atividades físicas, como esportes, academia, equipes de percussão (Baterias Universitárias), teatro, dança, dentre outras (PERES, 2006).

Durante o curso, os estudantes se deparam com situações estressantes, entretanto, poucos são aqueles que se dedicam às atividades que aliviariam esse estresse. A grande maioria está preocupada com os currículos oficial e complementar, e em como o conjunto dos dois pode trazer benefícios na seleção para a residência médica desejada. Muito do que o estudante valoriza ao longo do seu curso parece resultar das exigências desses concursos, que terminam por se colocar como determinantes de sua formação. Ademais, há uma constante competição entre os estudantes ao longo do curso, em razão da composição do currículo para a residência médica (CARVALHO et al., 2013).

O currículo informal é de extrema importância para a saúde física e mental do estudante de Medicina, já que, durante o curso, além de situações estressantes, os estudantes vivenciam situações de dor, de sofrimento e de morte (VIEIRA et al., 2004). Dessa forma, em seu tempo livre, os futuros médicos poderiam dedicar-se às atividades não relacionadas diretamente à graduação, como a prática esportiva e o aprendizado de línguas estrangeiras, que também impactam diretamente em sua vida futura, trazendo plenitude, satisfação pessoal e melhora no desempenho dos estudantes nas avaliações acadêmicas (CHEHUEN NETO et al.,

2013a). Contudo, não é isso que é visto nas escolas médicas do país. Ao longo do curso, os estudantes preocupam-se, cada vez menos, com o currículo informal e cada vez mais com os currículos oficial e complementar. Mesmo havendo o risco de estresse e problemas psicológicos associados ao sentimento de sobrecarga e à extensiva carga horária de trabalho dos estudantes, eles preferem não dar tanta atenção ao currículo informal (FERREIRA et al., 2016).

Há, ainda, segundo Figueiredo et al. (2009), um certo sentimento de culpa por parte dos estudantes com relação à conciliação do tempo livre para descansar, praticar exercícios físicos, cuidar da rotina acadêmica, em vez de se envolver de modo tão intenso com atividades determinadas como benéficas para o currículo acadêmico, como ligas, monitorias e congressos. Apesar de alguns estudantes alegarem que as atividades desvinculadas ao universo do curso médico lhes trazem muitos benefícios, eles encontram dificuldades em administrar o tempo necessário para essas atividades, em relação às obrigações acadêmicas.

Faz-se importante ressaltar que os estudantes de Medicina têm adotado um estilo de vida pouco saudável, apesar dos conhecimentos adquiridos durante o curso. Os principais problemas estão relacionados à saúde mental, ao consumo de bebidas alcoólicas, ao tabagismo, à prática de sexo imprudente, ao consumo de drogas ilícitas, à privação de sono, à falta de atividade física e aos maus hábitos alimentares (CHEHUEN NETO et al., 2013b).

Também vale pontuar que o currículo informal é de extrema importância tanto para a construção de habilidades à parte, quanto para a saúde física e mental do futuro médico (FERREIRA et al., 2016). É claro que os currículos oficial e complementar são muito importantes, mas, afinal, vale a pena sacrificar a saúde física e mental para ter sucesso profissionalmente? De que adiantaria ser bem-sucedido, porém com uma saúde frágil? Diante de tantos problemas e questionamentos, quais seriam os benefícios de se envolver em atividades extracurriculares para os estudantes do curso de Medicina? Como esses fatores influenciam na vida acadêmica?

É inegável a necessidade de um bom currículo para ingressar no mercado de trabalho. Na área médica não é diferente. Os estudantes de Medicina, desde o início da faculdade, buscam melhorar seu currículo, no intuito de estarem cada vez mais preparados para o mercado de trabalho futuro (CARVALHO et al., 2013). Dessa forma, este estudo busca analisar as atividades realizadas pelos estudantes, bem como a influência que elas exercem sobre a qualidade de vida deles.

Ademais, com o aumento no número de escolas médicas pelo país e com as mudanças preconizadas pelas Diretrizes Curriculares Nacionais (2014), está acontecendo uma

grande concorrência pelas vagas em programas de residência médica. Os estudantes, assim, buscam melhorar, cada vez mais, seus currículos.

Partindo do referencial do conceito de currículo oculto ou informal, vinculado aos currículos paralelo e oficial (*curriculum vitae*), espera-se que os estudantes tenham como motivações a aquisição de um bom currículo e a futura aprovação no programa de residência médica almejado. Além disso, acredita-se que os principais desafios dos participantes da pesquisa seja conciliar o tempo com todas as atividades realizadas, bem como manter a saúde física e mental diante de todas as tarefas incumbidas a ele.

Após pesquisa na bibliografia disponível, percebeu-se que há poucos estudos atualizados sobre a composição do *curriculum vitae* dos estudantes de Medicina e sobre a sua saúde física e mental. Dessa forma, o principal objetivo deste estudo é descrever como os estudantes de Medicina usam o seu tempo no decorrer do dia. A partir dos dados colhidos, será possível descrever o que lhes consome mais tempo, qual o tipo de atividade mais exercida e como o perfil de atividades realizadas é modificado com o passar dos anos na faculdade. Esses dados podem ser usados pelo diretório acadêmico, pela associação atlética acadêmica e pela IES, a fim de orientar melhor os estudantes do curso de Medicina sobre as atividades extracurriculares que podem ser exercidas, além de instruí-los sobre o melhor uso do seu tempo.

Outra ponderação importante que esta pesquisa traz, diz respeito aos motivos que levam os estudantes de Medicina a realizarem suas atividades extracurriculares, possibilitando, dessa forma, notar o quanto os estudantes se preocupam em realizar as atividades extracurriculares para o seu bem-estar, e o quanto eles as realizam para melhorar seu currículo.

Diante disso, o presente estudo teve por objetivo descrever o impacto da composição do *curriculum vitae* na saúde física e mental dos estudantes de Medicina de uma instituição privada de Anápolis (GO).

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. Caracterização do curso de Medicina

O curso de Medicina é, sabidamente, um intenso agente estressor do estudante, devido às características idiossincráticas que acompanham toda a sua trajetória acadêmica. O longo tempo de formação, aliado a uma carga horária excessiva, pode provocar períodos de grande vulnerabilidade para os estudantes. Também é comum que os estudantes manifestem dificuldades de adaptação com dúvidas quanto a própria escolha profissional (COLARES; VENDRÚSCOLO, 1999). Durante o curso de Medicina, os estudantes se deparam, ainda, com fatores estressantes inerentes à profissão, dentre eles situações de dor, sofrimento, morte e as manipulações de corpos. Essas situações não são necessariamente debatidas no decorrer do curso. Além do contato com a morte e o sofrimento, o processo de profissionalização do médico o coloca em situações em que serão produzidos sentimentos de impotências, como doenças sem tratamento e divergências quanto a condutas (VIEIRA et al., 2004).

Um estudo identificou, a partir de uma pesquisa com estudantes de Medicina do estado de Goiás, que os principais fatores que eles consideram como sendo potencialmente estressores são: a competição, a sobrecarga de conhecimento, a dificuldade em encontrar tempo em meio a um grande número de atividades, o pouco tempo para atividades de lazer, o individualismo, a responsabilidade e as expectativas sociais do médico (PEREIRA; BARBOSA, 2013).

Além disso, a flexibilidade curricular favorece o estudante na medida em que ele se torna o centro do ensino na educação superior. Dessa forma, a autonomia universitária e a flexibilidade curricular possibilitam a construção e implementação de um Projeto Pedagógico que permite ideias inovadoras e diferenciadas sobre a graduação. Entretanto, há um certo sentimento de culpa nos estudantes diante da necessidade de conciliar o tempo livre para descansar, praticar exercício físico, cuidar da rotina acadêmica ou se envolver de modo tão intenso com tantas atividades extracurriculares (FIGUEIREDO et al., 2009).

Para possibilitar os princípios de crescimento nos aspectos acadêmicos, profissionais e culturais dos estudantes, as universidades têm apresentado diversas propostas de trabalho, alterando os programas político-pedagógicos dos cursos. Com isso, amplia-se o entendimento de currículo, não o restringindo à grade de disciplinas dos cursos, fazendo isso através das atividades extracurriculares (AE) (FIOR; MERCURI, 2009).

Apesar dos benefícios conhecidos das AE, a grande maioria dos estudantes não está focada nessas atividades, mas sim nas atividades que irão contribuir para sua aprovação na residência médica de sua escolha. A participação em congressos, monitorias, iniciação científica, estágios e outras formas de aprimorar e completar o currículo acadêmico continuam sendo as principais atividades exercidas “fora” do currículo exigido no curso de Medicina. Esses estudantes, além de ficarem sobrecarregados com uma quantidade extenuante de atividades e obrigações, têm o seu nível de estresse aumentado, além de não descarregarem todo esse estresse fazendo uma AE. Assim, esses estudantes estariam criando um ambiente insalubre para sua saúde física e mental (CARVALHO et al., 2013).

Há, ainda, segundo Carvalho et al. (2013), o ideal de um “tudo saber”, reiterado pelas instituições médicas, ou a necessidade de ser o melhor, que alimentam uma hierarquia no grupo profissional, diferenciando e individualizando seus componentes. O ideal é estabelecido ao estudante como meta, e a tentativa de atingi-la situa e define o estudante numa hierarquia, partindo do ponto do seu fracasso. Tudo isso impõe ao indivíduo a dificuldade de se superar, objetivando ir sempre mais além, na tentativa de diminuir a distância entre o que ele é e o que ele deve alcançar. A diferença com relação ao ideal é entendida como uma diferença relativa, afinal tudo depende do sujeito, impondo esforços, mesmo quando o peso desses esforços é excessivo.

2.2. Atividades extracurriculares

O currículo, derivado do termo latim “*curriculum*”, significa o conjunto de ações estudadas por estudantes no decorrer de um curso. Entretanto, a literatura permite um conceito mais abrangente, abordando currículo como um conjunto de vivências do contexto sociocultural, em que, naquele período histórico, os docentes presumiam que deveriam fazer parte do processo formativo na instituição (COLARES; VENDRÚSCULO, 1999).

Atividades extracurriculares podem ser compreendidas como as que não são obrigatórias, sendo, ou não, de responsabilidade da instituição, além de comporem o currículo de formação (MAIA, 2004). Essas atividades seriam o principal instrumento de construção dos currículos informais e paralelo (atividades extras buscadas pelos estudantes, a fim de aliviar o estresse e de complementar o currículo oficial do curso, respectivamente), com a finalidade de complementar falhas e necessidades não abrangidas no currículo formal. Além disso, incluído no currículo paralelo, há atividades classificadas como de ensino (monitorias), pesquisa (iniciação científica, bolsas de pesquisa) e extensão (ligas e voluntariado) (MARGARIDO,

2013). Todas essas atividades exercidas pelo estudante, sejam elas exigidas pela grade curricular do curso, sejam elas complementares à grade oficial, compõem o *curriculum vitae* do estudante.

O currículo informal é composto por atividades que costumam ser voluntárias, sociais e algumas são filantrópicas, sendo divididas em: exercícios físicos, atividades musicais, leitura e atividades sociais (política, religiosa, entre outras) (FARES et al., 2016). Tendo em vista o conceito de currículo informal, alguns estudantes utilizam diferentes métodos abrangidos pelo currículo informal para lidar com o estresse advindo do curso. Essas estratégias se baseiam em atividades extracurriculares, geralmente cursando com a resolução do problema, o suporte social e a expressão de suas emoções (STEWART et al., 1997).

A partir disso, serão estratificados os currículos paralelo e informal, assim como sua influência para os estudantes de Medicina, no intuito de melhorar a compreensão da forma como os participantes do estudo gastam seu tempo no decorrer da semana.

2.2.1. Currículo paralelo

Existe a ideia de que, num bom currículo, são incluídas outras atividades, como monitorias, iniciação científica, dentre outras. Essas atividades compreendem as que vão além daquelas programadas para a graduação e que aumentariam, futuramente, as chances para a seleção da residência médica ou programas de especialização, por exemplo (VIEIRA et al., 2004).

De acordo com Bariani (1998), a iniciação científica foi criada para oferecer oportunidades aos estudantes de se envolverem precocemente com atividades científicas, e, dessa forma, permitir uma formação mais crítica e diversificada. A partir do final dos anos noventa, observou-se um aumento na procura dos estudantes por esses programas e a ampliação de cotas de bolsas remuneradas fornecidas pelas agências de pesquisa. As universidades públicas brasileiras estão entre as que oferecem a melhor estrutura para pesquisa. Quanto maior a qualidade e o alcance de suas publicações no âmbito nacional e internacional, melhor são as condições e oportunidades oferecidas aos estudantes.

As atividades de monitoria, oferecidas por algumas disciplinas, estimulam o estudante a colaborar no processo ensino-aprendizagem de outros estudantes da sua instituição. Essa atividade pode contribuir para o enriquecimento da relação do estudante com o conhecimento, uma vez que permite a ele uma participação mais ativa quando atua sobre o

aprendizado de um colega. A própria universidade normatiza seus programas de monitoria e o oferecimento de bolsas remuneradas (PERES, 2006).

As atividades extensionistas começaram como um processo que articula o ensino e a pesquisa, organizando e assessorando os movimentos sociais que surgem a fim de levar algo benéfico para a sociedade. A extensão universitária tem como funções: disseminação de conhecimento, prestação de serviços e dispersão cultural, podendo visar a comunidade acadêmica e a população fora da IES (PERES, 2006).

2.2.2. Currículo informal

As atividades incluídas no currículo informal, apesar de ainda existirem dúvidas se são válidas para a formação profissional e para o currículo, são, em sua maioria, um alívio para as tensões decorrentes do curso. Além disso, levam o estudante a estabelecer relações interpessoais e contribuem para sua saúde física e mental e para sua vida futura. Essas atividades são as mais variadas possíveis, incluindo treinos esportivos, realização de atividades artísticas como dança, teatro, e aprendizado de uma língua estrangeira, além da realização de alguma atividade que traga ao estudante plenitude e satisfação pessoal (VIEIRA et al., 2004).

Uma das formas de representação legítima são as associações atléticas acadêmicas, organizadoras das atividades desportivas, apesar de não terem sido reconhecidas como representativas até pouco tempo atrás (PERES, 2006).

2.3. Impacto das atividades extracurriculares

As AE permitem que os estudantes se adaptem melhor ao curso. Os estudantes utilizam-nas, ainda, como forma de desenvolver e aprimorar suas habilidades pessoais. Assim, elas podem reduzir a ansiedade, o estresse e seus efeitos na saúde física e mental do estudante, como na síndrome de *burnout* (STEWART, 1997). As atividades extracurriculares proporcionam aos estudantes a oportunidade de experimentarem atividades não acadêmicas, que são potentes contra a manutenção do estresse (FARES et al., 2016).

Estudos revelam taxas de estresse em, aproximadamente, 62% dos estudantes, enquanto 75% deles apresentam sinais da síndrome de *burnout*. Entretanto, os estudantes que participam de AE possuem uma redução no nível de estresse em relação aos que não participam. Os estudantes que participam de atividades musicais têm níveis relacionados com a síndrome de *burnout* significativamente menores. A música tem sido, há muito tempo, utilizada como

forma de melhorar o bem-estar, reduzir a dor e sofrimento, além de distrair os pacientes de sintomas desagradáveis (KEMPER, 2005). Apesar de existir uma grande variação no gosto musical individual, a música aparenta ter um efeito fisiológico no sistema nervoso autônomo. As atividades musicais, então, apresentam um efeito positivo no humor, em relação à ansiedade, à depressão e ao estresse dos estudantes de Medicina (URAKAWA; YOKOYAMA, 2004).

O envolvimento com atividades físicas também está relacionado com a melhoria dos níveis de estresse. Isso acontece, porque o exercício físico está envolvido com a redução dos níveis de ansiedade, de depressão e de neurotoxinas. Tanto as atividades de alta intensidade, quanto as de menor intensidade, são capazes de diminuir o nível de ansiedade (BROMANFULKS et al., 2004). Além disso, a atividade física é tida como um dos melhores fatores relacionados ao estilo de vida que tem a capacidade de diminuir a incidência da síndrome de *burnout* (GERBER et al., 2013).

Ademais, segundo estudo realizado por Babenko e Mosewish (2017), à medida que o nível de atividade física aumentou, os estudantes alegaram níveis mais baixos de desgaste acadêmico, tolerando, em particular, o peso das atividades acadêmicas, administrando melhor o tempo para a realização das atividades e possuindo energia para o lazer após as aulas. Segundo o mesmo estudo, entretanto, apesar dos sabidos benefícios relacionados às atividades físicas, o engajamento dos estudantes em tais práticas tende a diminuir após o ingresso na faculdade. Num estudo realizado com estudantes de um curso de Medicina da Austrália, mais da metade dos estudantes relatou que faziam mais exercícios antes do início do curso (BABENKO; MOSEWICH, et al., 2017).

Além disso, o envolvimento nas atividades extracurriculares tem benefícios bem documentados, como a habilidade de liderar, o pensamento crítico, a consciência social, a habilidade de resolver problemas (ASTIN, 1999), a facilitação em relacionamentos interpessoais e o desenvolvimento de valores altruísticos, mostrando que as AE podem auxiliar os estudantes no desenvolvimento do indivíduo como um todo (FIOR; MERCURI, 2009). Por fim, os estudantes que participam das AE, segundo estudos, possuem melhor desempenho acadêmico, níveis de autoconhecimento e de autoestima aumentados. Contudo, na graduação, há situações acentuadamente competitivas, como, por exemplo, seleções para bolsas e monitorias, altas exigências de performance, inseguranças quanto ao futuro, muitas vezes falta de apoio entre os colegas e tempo escasso para realizar outras atividades (SIMÃO, 2005).

No estudo de Fares et al. (2016), o envolvimento com atividades sociais está intimamente relacionado com um menor aproveitamento acadêmico. Esse fato se dá, provavelmente, pelo fato de as atividades sociais, como voluntariados, demandarem mais

energia e tempo, contudo, essas atividades estão relacionadas, ainda, com estabilidade emocional, extroversão e amabilidade (FARES et al., 2016).

Há, ainda, a elevada participação dos estudantes em cursos de línguas estrangeiras. Isso mostra que os estudantes, não só possuem interesse em desenvolver uma nova habilidade, como também estão preocupados em se tornarem profissionais atualizados e qualificados. Como a maioria das publicações mais atuais e avançadas na área médica está em outros idiomas, principalmente o inglês, os estudantes buscam a atualização nesses idiomas. Aliado a esses fatos, observou-se que o conhecimento de idioma, que não a língua nativa, é valorizado no processo de avaliação curricular em processos seletivos para residência médica (CHEHUEN NETO, et al., 2013a).

2.4. Saúde física dos estudantes de Medicina

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, não apenas a ausência de doença (OMS, 1946). Estudantes de Medicina, embora possuam um vasto conhecimento na área da saúde, têm adotado um estilo de vida pouco saudável (CHEHUEN NETO et al., 2013b).

Os estudantes de Medicina possuem muitas dificuldades no decorrer do curso, como falta de tempo e exaustão logo nos primeiros períodos de intenso estudo, além da convivência com o sofrimento e com a dor dos pacientes. Além disso, há a necessidade de comprometimento e a capacidade de manter a calma e a sanidade em situações hostis, podendo, muitas vezes, sacrificar a própria saúde, em prol da saúde de terceiros, principalmente pacientes (FEODRIPPE; BRANDÃO; VALENTE, 2013).

A modificação do padrão de rotina de vida do estudante de Medicina, quando ele ingressa na universidade, segundo Chehuen Neto et al. (2013b), faz com que haja a necessidade de alterações do tempo dedicado ao lazer, à vida afetiva e ao cuidado com a saúde. A falta de tempo desses estudantes repercute na alimentação, na prática de exercícios físicos e na duração / qualidade do sono.

De acordo com Danda et al. (2005), o ciclo irregular do sono possui duração insuficiente do sono, atraso do início do sono e episódios de sonolência durante o dia. A duração / qualidade do sono dos estudantes de Medicina é gravemente prejudicada pela dedicação aos estudos e a uma grande quantidade de aulas, podendo ser agravado pelas experiências de sofrimento e morte vivenciadas pelo estudante (CHEHUEN NETO et al., 2013b). Almondes e Araújo (2003) mostraram que a duração do sono de um estudante de Medicina, é, em média, de

7 horas e 18 minutos durante a semana e de 7 horas e 40 minutos nos finais de semana. Além disso, 39,3% dos alunos de Medicina têm sonolência excessiva durante o dia, podendo ser explicado pela privação parcial de sono noturno e pela fadiga e estresse a que estão submetidos os estudantes (DANDA et al., 2005).

Faz-se oportuno ressaltar que a falta de tempo pode justificar a má alimentação dos estudantes. Segundo Chehuen Neto et al. (2013b), devido aos horários e aos locais das aulas, os estudantes de Medicina possuem escassez de tempo para prepararem refeições saudáveis, optando, assim, por refeições rápidas e maléficas para a saúde.

Por fim, Chehuen Neto et al. (2013b) mostra, também, que os estudantes de Medicina praticamente não praticam atividades físicas, principalmente devido à falta de tempo, já que o curso é em tempo integral e exige muito estudo. Aliado à má alimentação, o sedentarismo contribui para o ganho de peso dessa população (LESSA; MONTENEGRO, 2008).

2.5. Saúde mental dos estudantes de Medicina

A prevalência e incidência de transtornos de ansiedade estão cada vez mais altas nas escolas médicas brasileiras. Isso se associa a fatores correlacionados como a pressão acadêmica, a carga de estudo e a extensa grade curricular. Uma pesquisa multicêntrica, realizada com 22 escolas médicas brasileiras, comprova o elevado índice do estado de ansiedade (81,7%) e traço de ansiedade (85,6%), presentes no meio acadêmico (ANDRADE et al., 2017).

De acordo com a Associação Brasileira de Psiquiatria (2008), no transtorno de ansiedade generalizada (TAG), o sintoma principal é a expectativa apreensiva ou preocupação exagerada, mórbida. Assim, o estudante apresenta, na maior parte do tempo, muita preocupação, além de sofrer de sintomas como inquietude, cansaço, dificuldade de concentração, irritabilidade, tensão muscular, insônia e sudorese. Tal transtorno está fortemente associado à privação do sono, a qual os estudantes estão submetidos.

Em um estudo realizado por Moraes et al. (2013), analisou-se a qualidade de sono de 157 estudantes de Medicina da Faculdade de Ciências Médicas e da Saúde da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, indicando pobre qualidade de sono em 44,59% dos indivíduos. Sonolência diurna excessiva mostrou-se presente em 36,3% dos avaliados, e a média de duração de sono da amostra foi de 6,8 horas. A partir disso, pode-se concluir que os estudantes de Medicina avaliados possuem qualidade de sono significativamente deficiente.

Foi realizado um estudo com estudantes de Medicina da Universidade Anhaguera Uniderp (Goiás), com participação de 345 estudantes, com aplicação da escala de Hamilton, validada no Brasil, e que classifica os níveis de tensão. Após as análises dos resultados verificou-se que 64,7% (223) dos estudantes indicaram ter níveis de ansiedade considerados leve, moderado ou grave. Esses resultados foram superiores aos encontrados em um estudo realizado com universitários da Universidade Estadual do Rio Grande do Norte (2013), em que foi verificado que 26,9% dos estudantes já haviam realizado tratamento psicológico e 25,6% já tinham usado algum medicamento para tratar a ansiedade (BENTO et al., 2017).

Através desses e outros estudos, associa-se uma maior carga horária associada ao método Aprendizagem Baseada em Problemas (do inglês, *problem-based learning - PBL*), estando diretamente ligado a um maior nível de tensão, privação do sono e ansiedade. Apesar dos fatores estressantes provocados pela metodologia, a maior parte dos estudantes acredita que o currículo informal é importante para aprender a ser e pensar como médicos (TENÓRIO et al., 2016).

Os Transtornos Mentais Menores (TMM), representam quadros menos graves e mais frequentes de transtornos mentais. Os sintomas incluem alterações de memória, dificuldade de concentração e de tomada de decisões, insônia, irritabilidade e fadiga, assim como queixas somáticas (cefaleia, falta de apetite, tremores, sintomas gastrointestinais, entre outros). Ser portador de TMM representa custos em termos de sofrimento psíquico e impacto nos relacionamentos e na qualidade de vida, comprometendo o desempenho nas atividades diárias, sendo substrato para o desenvolvimento de transtornos mais graves (ROCHA; SASSI, 2013).

Os fatores de estresse, segundo Fiorotti et al (2010), presentes na graduação médica, incluem competição no processo de seleção, sobrecarga de conhecimentos, dificuldade na administração do tempo entre um grande número de atividades e pouco tempo para atividades de lazer, individualismo, responsabilidade e expectativas sociais do papel do médico. Após o entusiasmo inicial da conquista de uma vaga no curso mais disputado no vestibular e a entrada na universidade, os estudantes se deparam com uma fase de frustração, causada pela mudança de hábitos do cotidiano, dificuldade na administração do tempo entre uma excessiva carga de estudos e pouco tempo para atividades de lazer. Nos resultados estratificados por ano do curso, as maiores frequências dessa fase de frustração foram encontradas no segundo e no quarto ano, que são momentos de transição para os estágios seguintes do curso.

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivo geral

Descrever o impacto da composição do *curriculum vitae* na saúde física e mental dos estudantes de Medicina de uma instituição privada de Anápolis (GO).

3.2 Objetivos específicos

- Determinar, através de dados colhidos, a média dos tipos de atividades extracurriculares realizadas por estudantes do curso de Medicina.
- Descrever as motivações dos estudantes de Medicina em praticar atividades extracurriculares.
- Compreender as consequências da elevada carga horária do curso de Medicina para o estudante.
- Associar a busca por apoio psicológico com a prática de atividades extracurriculares em estudantes de Medicina.
- Identificar os principais orientadores dos estudantes de Medicina para a residência médica.

4. METODOLOGIA

4.1 Tipo de estudo

Tratou-se de um estudo sobre educação em saúde, observacional, descritivo e transversal, de natureza quantitativa, com a finalidade de determinar o impacto do *curriculum vitae* para a saúde física e mental dos estudantes de Medicina.

4.2 Local da pesquisa

O estudo foi realizado no Centro Universitário de Anápolis (UniEVANGÉLICA), situado no município de Anápolis-GO, que se situa a 53km da capital do estado de Goiás, Goiânia, e a 139km da capital federal. De acordo com o último censo realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em 2018, a população de Anápolis é de 381.970 habitantes.

4.3 População e amostra

A população do estudo foram todas as pessoas matriculadas no curso de Medicina do Centro Universitário de Anápolis (UniEVANGÉLICA), cursando do 3º ao 8º período do curso, compondo um total aproximado de 764 alunos. A amostragem foi por conveniência. Os alunos que estão cursando o 1º e o 2º períodos foram excluídos desta pesquisa, devido ao fato de que, em razão da pandemia causada pelo novo coronavírus, esses estudantes não tiveram a oportunidade de realizar tantas atividades extracurriculares quanto realizariam em outro contexto, o que causaria um viés na pesquisa.

4.4 Critérios de inclusão

Estudantes, maiores de 18 anos, matriculados no curso de medicina, cursando do 3º ao 8º período.

4.5 Critérios de exclusão

Foram excluídos os questionários preenchidos por estudantes com idade inferior a 18 anos e/ou questionários parcialmente preenchidos. Além disso, os questionários em que o participante se identificou também foram excluídos. Dos 228 questionários coletados, 8 precisaram ser excluídos, pois foram preenchidos parcialmente. Estudantes do primeiro e do segundo período foram excluídos, pois ingressaram no curso de medicina durante a pandemia

do novo coronavírus, período no qual a participação em atividades curriculares e extracurriculares sofreu limitações.

4.6 Processo de coleta de dados

O convite foi realizado de forma voluntária, em momentos em que a turma esteve reunida, no intuito de abranger a totalidade da população. O participante em nenhum momento foi coagido a participar da pesquisa.

A coleta de dados foi realizada a partir da entrevista direta e aplicação do questionário “Avaliação da Prática de Atividades Extracurriculares dos Estudante de Medicina: O que se faz além das atividades curriculares?” com os estudantes do curso de Medicina, mediante autorização, a través da leitura e assinatura do Termo Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Foi construído um questionário semi-estruturado para contemplar todas as variáveis que foram abordadas neste trabalho.

A abordagem para a coleta de dados foi individual, em ambiente reservado cedido pela instituição, onde foram explicados os objetivos e métodos de estudo. Foi garantido o anonimato aos participantes em todos momentos, e foi informado a eles que os questionários foram identificados por letras (C, D, E, F, G, H) de acordo com o período (C para o 3º período, D para o 4º, E para o 5º e assim sucessivamente), seguidas por um numeral arábico.

4.7 Metodologia de análise de dados

O programa Microsoft® EXCEL (2016) foi usado para tabulação dos dados e a análise estatística foi realizada pelo programa SPSS® for Windows®, versão 16.0. Para realização da análise estatística descritiva foi adotado o teste Qui-quadrado (χ^2) e Teste exato de Fisher. Foi utilizado, como nível de significância, o valor 5% ($p < 0,05$), para todas as análises.

4.8 Aspectos éticos

O presente trabalho seguiu as orientações da Resolução 466/2010 e foi submetido a avaliação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), do Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA (CEP – UniEVANGÉLICA) sendo aprovado sob o nº 3.771.057/2020 e com CAAE nº 25266919.0.0000.5076 (Anexo 1).

5. RESULTADOS

A amostra (Tabela 1) é composta por 220 estudantes, cursando o 3º (18,6%), o 4º (17,7%), o 5º (15,9%), o 6º (18,2%), o 7º (11,8%) e o 8º (17,7%) períodos do curso de Medicina. Desses estudantes, 69,1% (n = 152) são do sexo feminino e 30,9% (n = 68) são do sexo masculino. Em relação à faixa etária, 85,5% (n = 188) têm de 18 a 23 anos de idade e 14,5% (n = 32) têm 24 anos ou mais.

Tabela 1 - Características da amostra quanto ao sexo, à idade e ao período

| Variáveis | n | % |
|---------------------|-----|------|
| Sexo | | |
| Feminino | 152 | 69,1 |
| Masculino | 68 | 30,9 |
| Faixa Etária | | |
| De 18 a 23 anos | 188 | 85,5 |
| De 24 ou mais | 32 | 14,5 |
| Período | | |
| 3º | 41 | 18,6 |
| 4º | 39 | 17,7 |
| 5º | 35 | 15,9 |
| 6º | 40 | 18,2 |
| 7º | 26 | 11,8 |
| 8º | 39 | 17,7 |

Tabela 2 - Quantidade de horas gastas com atividades extracurriculares

| Atividade | Média | Desvio-padrão | Mínimo de horas | Máximo de horas |
|--------------------------------------------|-------------|---------------|-----------------|-----------------|
| Extracurricular vinculada à IES | | | | |
| Diretório acadêmico | 0,26 | 5,14 | 0 | 10 |
| Monitorias | 1,28 | 1,66 | 0 | 10 |
| Ligas | 1,93 | 2,18 | 0 | 20 |
| Bateria | 0,39 | 1,38 | 0 | 10 |
| Atlética (diretoria) | 0,33 | 2,24 | 0 | 30 |
| Atlética (esportes) | 0,87 | 1,92 | 0 | 12 |
| Projeto de extensão | 1,19 | 2,13 | 0 | 20 |
| Outros | 0,48 | 2,40 | 0 | 25 |
| TOTAL | 6,69 | 5,83 | 0 | 38 |
| Extracurricular não vinculada à IES | | | | |
| Línguas estrangeiras | 0,68 | 3,20 | 0 | 33 |
| Atividades artísticas | 0,28 | 0,98 | 0 | 07 |
| Atividade física | 3,38 | 3,92 | 0 | 40 |
| Atividades científicas | 1,50 | 2,57 | 0 | 20 |
| Estágios | 0,32 | 1,41 | 0 | 12 |
| Lazer / Hobbies | 6,75 | 9,68 | 0 | 60 |

| | | | | |
|--------------|-------|-------|---|----|
| Outros | 0,51 | 3,15 | 0 | 36 |
| TOTAL | 12,79 | 11,92 | 0 | 33 |

Quanto à quantidade de horas gastas com atividades extracurriculares, vinculadas à IES (Tabela 2), a maioria dos alunos dedica maior tempo, em média, às ligas (1,93 horas) e monitorias (1,28 horas), seguido de projetos de extensão (1,19 horas), esportes da Associação Atlética (0,87 horas) e Bateria (0,39 horas). As atividades que os estudantes dedicam menos tempo são “outras atividades” (0,48 horas) e diretoria da Associação Atlética (0,33 horas).

Já em relação à quantidade de horas gastas com atividades extracurriculares não vinculadas à IES (Tabela 2), os estudantes gastam mais tempo, em média, com lazer / hobbies (6,75 horas), atividade física (3,38 horas), atividades científicas (1,50 horas), “outras atividades” (0,51 horas), e línguas (0,68 horas). Todavia, os estudantes gastam menos tempo, em média, com atividades artísticas (0,28 horas) e estágios (0,32 horas).

Com relação a motivação dos estudantes (Tabela 3), observou-se que 28,2% (n=62) tinham, como motivação exclusiva, para realizar suas atividades extracurriculares, a obtenção de um melhor currículo, enquanto que 14,1% (n=31) tinham como única motivação, uma melhor nota em programas de residência médica. Entretanto, 62,5% (n=132) mencionaram o currículo e 21,8% (n=46) mencionaram os programas de residência médica como motivações para a realização de atividades extracurriculares. Além disso, 96,8% (n=213) consideraram que as atividades extracurriculares são importantes para a seleção em um programa de residência médica.

Tabela 3 – Motivações dos estudantes para praticarem atividades extracurriculares

| | n | % |
|---------------------------------------------------------------|-----|------|
| Motivação | | |
| Currículo | 62 | 28,2 |
| Residência | 31 | 14,1 |
| Conhecimento extra | 23 | 10,5 |
| Qualidade de vida | 15 | 6,8 |
| Currículo + Residência | 12 | 5,5 |
| Currículo + Conhecimento extra | 36 | 16,9 |
| Qualidade de vida + Currículo | 18 | 8,2 |
| Qualidade de vida + Conhecimento extra | 5 | 2,3 |
| Qualidade de vida + Residência | 1 | 0,5 |
| Qualidade de vida + Currículo + Residência | 2 | 0,9 |
| Qualidade de vida + Currículo + Conhecimento extra | 4 | 1,8 |
| Qualidade de vida + Currículo + Residência | 2 | 0,9 |
| Desejo de ingressar na residência médica | | |
| Sim | 214 | 97,3 |
| Não | 3 | 1,4 |
| Percepção da importância das AE para residência médica | | |
| Sim | 213 | 96,8 |

| | | |
|-----|---|-----|
| Não | 4 | 1,8 |
|-----|---|-----|

Importante dado de que 53,3% (n = 122) dos participantes não se consideram satisfeitos com o seu desempenho acadêmico. Destes, 21,4% (n=47) consideravam que o motivo principal era o baixo rendimento e a sobrecarga e 12,3% (n = 27) consideravam que era esforço insuficiente. Ademais, 54,6% (n=125) dos participantes relatou que, frequentemente, realiza atividades extracurriculares em horários em que deveriam estar realizando atividades curriculares. A pesquisa também mostrou que 43,2% (n=99) dos pesquisados alegaram que, às vezes, deixam de realizar seus compromissos extracurriculares para realizar suas atividades curriculares (Tabela 4).

Tabela 4 - Descrição da satisfação com o desempenho acadêmico, troca entre atividades curriculares e extracurriculares

| | n | % |
|---------------------------------------------|-----|------|
| Satisfação com desempenho acadêmico | | |
| Sim | 105 | 45,9 |
| Não | 122 | 53,3 |
| Troca da AE por atividade curricular | | |
| Sim, sempre | 24 | 10,5 |
| Sim, frequentemente | 125 | 54,6 |
| Às vezes | 62 | 27,1 |
| Não, raramente | 7 | 3,1 |
| Não, nunca | 4 | 1,7 |
| Troca da atividade curricular por AE | | |
| Sim, sempre | 4 | 1,7 |
| Sim, frequentemente | 27 | 11,8 |
| Às vezes | 99 | 43,2 |
| Não, raramente | 71 | 31,0 |
| Não, nunca | 21 | 9,2 |
| Baixo desempenho acadêmico | | |
| Baixo rendimento e sobrecarga | 47 | 21,4 |
| Baixa produtividade com o ensino remoto | 1 | 0,5 |
| Dificuldade em aprender | 10 | 4,5 |
| Dificuldade em organizar | 3 | 1,4 |
| Dúvida em relação ao curso | 1 | 0,5 |
| Esforço insuficiente | 27 | 12,3 |
| Frustração com notas | 16 | 7,3 |
| Metodologia prejudica | 2 | 0,9 |
| Pandemia | 1 | 0,5 |

Nota-se, também, que 43,9% (n=97) consideram sua alimentação inadequada e que, destes, 65,7% (n=67) consideram que isso é justificado devido à falta de tempo (Tabela 5). 7,7% (n=17) dos participantes afirmaram ter alimentação inadequada por motivos diferentes,

2,3% (n=5) alegaram ter dificuldade em ter uma vida saudável e outros 2,3% (n=5) disseram que era pela praticidade.

Tabela 5 – Qualidade de alimentação e seus determinantes

| | n | % |
|--------------------------------------------------|------------|------------|
| Alimentação adequada | | |
| Sim | 124 | 56,1 |
| Não | 97 | 43,9 |
| TOTAL | 221 | 100 |
| Alimentação inadequada por falta de tempo | | |
| Sim | 67 | 65,7 |
| Não | 35 | 34,3 |
| Alimentação inadequada por outros fatores | | |
| Ansiedade | 1 | 0,5 |
| Costume | 1 | 0,5 |
| Dificuldade em ter uma vida saudável | 5 | 2,3 |
| Falta de interesse na alimentação saudável | 3 | 1,4 |
| Não gosto de comidas saudáveis | 2 | 0,9 |
| Praticidade | 5 | 2,3 |

Com relação às orientações sobre a residência médica (Tabela 6), 51,8% (n = 114) dos estudantes relataram que receberam informações de professores, 51,4% (n =113) de veteranos, 30,9% (n = 68) de colegas de turma, 22,3% (n = 49) de médicos conhecidos e 10% (n = 22) foram orientados por outros meios, sendo os principais: sites, congressos, livros e editais de provas de residência médica. Nessa questão, o entrevistado podia marcar mais de uma resposta.

Tabela 6 – Principais fontes de orientação sobre residência médica

| Quem orientou? | n | % |
|-----------------------|----------|----------|
| Professor | 114 | 51,8 |
| Veterano | 113 | 51,4 |
| Colega de turma | 68 | 30,9 |
| Médico conhecido | 49 | 22,3 |
| Outros meios | 22 | 10,0 |

Em relação a busca por apoio psicológico, 24,2% (n = 54) dos estudantes afirmaram que buscam apoio psicológico (Figura 1). Desses, 74,0% (n = 40) relataram buscar apoio devido à ansiedade e 35,2% (n = 19) devido à depressão (Figura 2). O mesmo estudantes poderia relatar mais de uma causa para busca de apoio psicológico.



Figura 1 – Busca de apoio psicológico

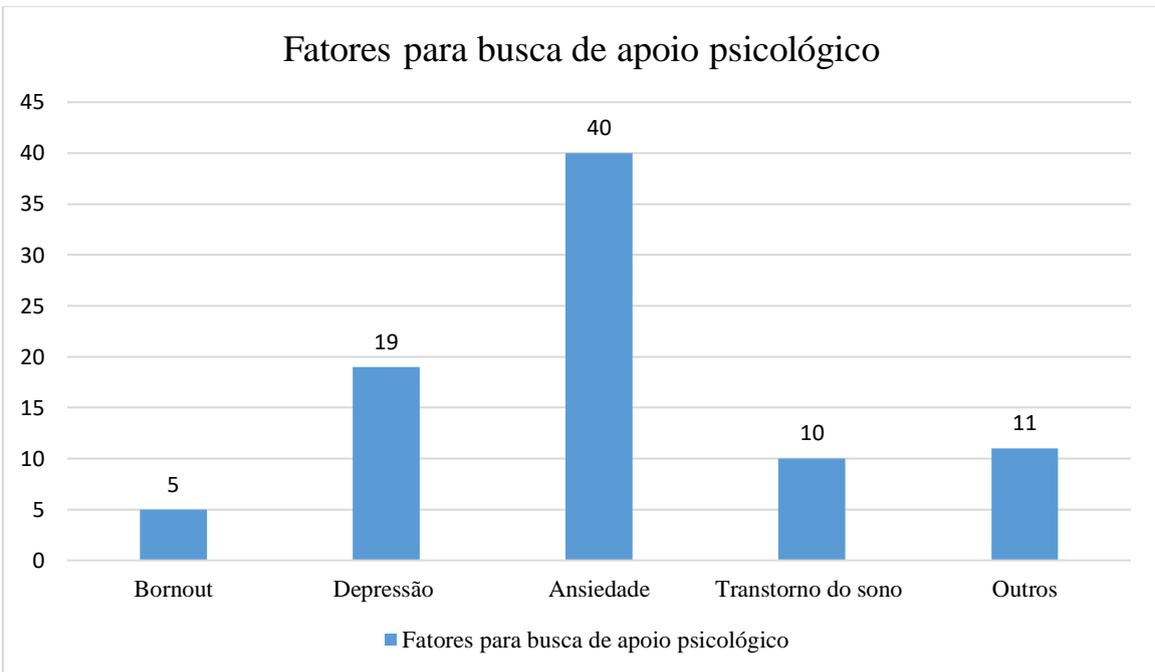


Figura 2 – Fatores para busca de apoio psicológico

6. DISCUSSÃO

A amostra de estudantes analisada (n = 220) apresentou uma média de, aproximadamente, 19,48 horas de atividades extracurriculares por semana, incluindo atividades físicas, hobbies e lazer que, juntas, somaram 10,13 horas por semana.

Em relação às atividades vinculadas à IES, observou-se maior participação naquelas que agregam ao currículo voltado para os programas de residência médica, principalmente as ligas (1,93 horas), as monitorias (1,28 horas) e os projetos de extensão (1,19 horas). Já em relação às não vinculadas à IES, as mais praticadas pelos estudantes, em ordem decrescente são lazer / hobbies (6,75 horas), atividade física (3,38 horas) e atividades científicas (1,50 horas). Esses dados corroboram o que foi evidenciado por Ferreira et al. (2016), evidenciando que a exigência dos programas de residência médica faz com que as atividades extracurriculares percam seu caráter complementar, assumindo o aspecto cumulativo e quantitativo para o currículo Lattes.

Quanto à motivação dos estudantes para realizar as atividades extracurriculares, foi analisado que 77% das respostas tiveram em comum os fatores “Currículo” e “Residência médica”, sendo que 97,3% dos estudantes desejam entrar em um programa de residência médica, como também percebem a importância do currículo para tal. Assim, como foi descrito por Cruz et al. (2019), em que o atual modelo de ensino médico ainda induz os estudantes a buscar atividades na área do conhecimento que pretendem seguir na residência médica, construindo uma compreensão por vezes equivocada sobre a importância da composição de um bom currículo direcionado à especialidade pretendida.

Analisando a percepção dos estudantes sobre seu desempenho acadêmico, nota-se que a maioria (53,3%) está insatisfeita. Foi constatada certa sobreposição de carga horária entre as atividades do *curriculum vitae*, havendo troca de atividades extracurriculares por curriculares (“oficiais”) com uma frequência considerável, tendo as respostas “Sim, sempre” e “Sim, frequentemente” somando 65,1% do total. Nesse contexto, os fatores de baixo desempenho acadêmico mais prevalentes, relatados pelos alunos, foram “baixo rendimento e sobrecarga” (21,4%), acompanhado de “esforço insuficiente” (12,3%). Logo, pode-se inferir que as atividades extracurriculares, apesar de todos os benefícios associados, contribuem para a sobrecarga horária dos alunos, e esse dado vai ao encontro com outros estudos que avaliaram essa perspectiva. Como exemplo, podemos citar o estudo de Carvalho et al (2013), em que cerca

de 80% dos estudantes que mantinham atividades extracurriculares e/ou disciplinas optativas relataram alteração de seu desempenho. Essa interferência era negativa para cerca de 40% e muito negativa para aproximadamente 14%.

Ademais, o estudo evidenciou que 43,9% dos estudantes de Medicina avaliam seu padrão alimentar como inadequado, sendo que 65,7% apresentaram a falta de tempo como principal causa da má alimentação. Chehuen Neto et al (2013.b) também mostram que a maior parte dos estudantes de Medicina apresenta uma piora na qualidade de sua dieta, com o aumento do consumo de frituras, doces em geral e substituição de refeições por *fast food*. Tal fato está relacionado a excessiva carga horária e alternância dos locais das aulas, o que dificulta, aos mesmos, estabelecerem um padrão alimentar regular, optando, assim, por refeições rápidas e não benéficas a saúde.

Outro fator importante é a busca por apoio psicológico, psiquiátrico ou pedagógico por parte dos estudantes de Medicina. Dos entrevistados, 54 estudantes buscam por apoio psicológico. Dentre os transtornos mentais mais prevalentes, obteve-se como resposta “Ansiedade” (74%), “Síndrome de *burnout* (9,2%)”, “Depressão” (35,1%) e “Transtorno do sono” (18,5%), levando em consideração a possibilidade de o estudante apresentar múltiplos transtornos. Essas informações vão ao encontro com o que Medeiros et al (2018) relatam. Segundo esses autores, há uma significativa prevalência de sintomas de estresse, sintomas depressivos, sonolência diurna e esgotamento profissional em estudantes do curso médico.

Acerca das orientações sobre a residência médica, 51,8% dos estudantes são orientados por professores, 51,4% por veteranos e 30,9% por colegas de turma. Apesar da busca na literatura disponível, não foram encontrados estudos que trabalhem esse tema, a fim de corroborar ou de confrontar os resultados encontrados.

Ressalta-se, como pontos relevantes deste trabalho, o uso de artigos atuais (publicados entre 2013 e 2019), sendo que a maioria é de publicação nacional, o que demonstra o contexto do currículo para a formação médica no Brasil. Entretanto, artigos mais antigos (publicados entre 1997 a 2008) foram usados, por sua relevância acadêmica, evidenciando que, sobre o tema discutido neste trabalho, ainda há, no meio científico, uma certa carência de estudos mais atualizados. Outro aspecto de destaque deste trabalho é a avaliação da composição do *curriculum vitae* dos estudantes de Medicina e as consequências da elevada carga horária para o estudante. A partir disso, infere-se que desde o começo da graduação, o estudante de Medicina é exigido de forma considerável, acarretando em graves consequências para sua saúde física e mental.

Finalmente, a principal limitação deste estudo foi a coleta de dados, já que a mesma foi feita em uma amostra significativamente menor do que a idealizada inicialmente. Isso aconteceu devido à impossibilidade de aplicação presencial maciça do questionário, devido ao cenário de distanciamento social imposto para combater a pandemia do novo coronavírus (COVID-19), o que pode ter influenciado na significância dos resultados.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao avaliar a composição do *curriculum vitae* dos estudantes de Medicina do Centro Universitário de Anápolis, conclui-se que a maior parte das horas semanais são dedicadas às atividades extracurriculares não vinculadas à IES. Entretanto, há uma grande preocupação desse grupo com a composição do currículo com foco nos programas de residência médica. Por isso, a maioria das atividades extracurriculares praticadas visam a melhoria do currículo para esses concursos de especialização.

No que diz respeito ao desempenho acadêmico, a maioria dos entrevistados não está satisfeita, e isso se deve, principalmente, à sobrecarga curricular. O padrão alimentar também sofre influência da falta de tempo, já que a maioria dos estudantes que consideram sua alimentação como inadequada relatou que o motivo é o tempo escasso. Percebeu-se, também, que a maioria dos estudantes receberam informações de professores e de veteranos no que diz respeito à residência médica. Por fim, houve uma significativa busca por apoio psíquico, sendo os transtornos mentais mais prevalentes: ansiedade, depressão e transtorno do sono.

Recomenda-se que os estudantes de Medicina informem-se melhor sobre o funcionamento da pontuação dos programas de residência médica e sobre as atividades extracurriculares mais relevantes para tais programas. Também se nota a necessidade de os estudantes praticarem atividades extracurriculares que melhorem sua saúde mental, como esportes, lazer / hobbies e atividades culturais, tornando-se, assim, profissionais capacitados para atender seus pacientes sem apresentar um desequilíbrio emocional, que possa prejudicar sua saúde.

Percebe-se, por fim, a necessidade da realização de mais estudos como este para identificar se a realidade apresentada nesta IES privada condiz com o que acontece em outros cursos de Medicina, e de que forma isso interfere na saúde dos estudantes.

8. REFERÊNCIAS

- ABP – ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA. Transtornos de Ansiedade: diagnóstico e tratamento. Brasília: Associação Médica Brasileira e Conselho Federal de Medicina, 2008.
- ANDRADE, L.P.; et al. Ansiedade Versus Alterações do Padrão de Sono-Vigília em Estudantes de Medicina. **Rev. Ens. Educ. Cienc. Human., Londrina**, v. 18, n.3, p. 232-238, 2017.
- ALMONDES, K. M.; ARAÚJO, J. F. Padrão do ciclo sono-vigília e sua relação com a ansiedade em estudantes universitários. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 8, n. 1, p. 37-43, 2003.
- ASTIN, A.W. Student involvement: a developmental theory for higher education. **Jornal of Colleges Student Development**, v. 40, n. 50, p. 518-529, 1999.
- BABENKO, O.; MOSEWICH, A. In sport and now in medical school: examining students' well-being and motivations for learning. **International Journal of Medical Education**, v. 8, n. 1, p. 336 – 342, 2017.
- BARIANI, I.C.D. Estilos cognitivos de universitários e iniciação científica. 1998, Tese (Doutorado em educação, Área: Psicologia) – Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1998.
- BENTO, L.M.A.; et al. Percepção dos Alunos de Medicina Quanto a Aprendizagem X Ansiedade na Metodologia Ativa. **Rev. Ens. Educ. Cienc. Human., Londrina**, v, 18, n.2, 2017.
- BRASIL. **Resolução n. 3**, de 20 junho de 2014. Institui as Diretrizes Curriculares Nacionais (DCNs) do Curso de Graduação em Medicina. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=dowload&alias=15874-rces003-14&category_slug=junho-2014-pdf&Itemid=30192. Acessado em 15 de setembro de 2019.
- BROMAN-FULKS, J.J.; et al. Effects of aerobic exercisa on anxiety sensitivity. **Behavior Research and Therapy**, v. 45, n. 2, p. 125-136, 2004.
- CARVALHO, M. B.; et al. A Composição do Curriculum Vitae entre Estudantes de Medicina e Seus Condicionantes. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 37, n. 4, p. 483-491, 2013.

CHEHUEN NETO; et al. Currículo paralelo na graduação médica na perspectiva dos estudantes. **Rev Med Minas Gerais**, v. 23, n. 4, p. 467-478, 2013.a

CHEHUEN NETO; et al. Estudantes de medicina sabem cuidar da própria saúde? **HU Revistsa**, Juiz de Fora, v. 39, n. 1 e 2, p. 45-53, 2013.b

COLARES, M. F. A.; VENDRÚSCOLO, D. M. S. **As fontes de tensão no curso médico: um estudo psicométrico**. 1999. Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 1999.

CRUZ, M. L. S.; et al. Perfil das Atividades Complementares dos Graduandos em Medicina pela Universidade Estadual de Feira de Santana, 2009 – 2017. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v 43, n.1, p. 265-275, 2019.

DANDA, G. J. N. et al. Padrão do ciclo sono-vigília e sonolência excessiva diurna em estudantes de medicina. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Goiânia, v. 54, n. 2, p. 102-106, 2005.

FARES, J.; et al. Extracurricular activities associated with stress and burnout in preclinical medical students. **Elsevier**, v. 6, n. 3, p. 177-85, 2016.

FEODRIPPE, A. L. O.; BRANDÃO, M. C. F.; VALENTE, T. C. O. Qualidade de Vida de Estudantes de Medicina: uma Revisão. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Niteroi, v. 37, n. 3, p. 418-428, 2013.

FERREIRA, I.G.; et al. Atividades extracurriculares e formação médica: diversidade e flexibilidade curricular. **Interdisciplinary Journal of Health Education**, v. 1, n. 2, p. 114-124, 2016.

FIGUEIREDO, T. F.; et al. Influência da rotina acadêmica na prática de atividade física em graduandos de Medicina. **Revista Brasileira de Clínica Médica**, v. 7, p. 174-176, 2009.

FIOR, C. A.; MERCURI, E. Formação universitária e flexibilidade curricular: importância das atividades obrigatórias e não obrigatórias. **Psicologia da Educação**, v. 29, n. 2, p. 191-215, 2009.

FIOROTTI, K.P.; et al. Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 59, n.1, p. 17-23, 2010.

- GERBER, M.; et al. Aerobic exercise training and burnout: a pilot study with male participants suffering from burnout. **BMS Research Notes**, v. 6, n. 78, p. 1-9, 2013.
- KEMPER, K.J.; et al. Music as Therapy. **South Med Journal**, v. 98, n.3, p. 282-288, 2005.
- LESSA, S. S.; MONTENEGRO, A. C. Avaliação da prevalência de sobrepeso, do perfil nutricional e do nível de atividade física nos estudantes de Medicina da Universidade de Ciências da Saúde de Alagoas – UNCISAL. **Revista da Sociedade Brasileira de Clínica Médica**, Maceió, v. 6, n. 3, p. 90-93, 2008.
- MAIA, J.A. O currículo no ensino superior em saúde. **Docência em saúde: temas e experiências**. v. 1, p. 101-133, 2004.
- MARGARIDO, M.R. Atividades extracurriculares, uma opinião; **Medicina (Ribeirão Preto)**, v. 46, n. 1, 2013.
- MORAES, C.A.T.; et al. Qualidade de sono em estudantes de medicina do método de aprendizado baseado em problemas. Sleep quality among medical students under problem based learning method. **Medicina**, v.46, n.4, p.389-397, 2013.
- MEDEIROS, M.R.B.; et al. Saúde Mental de Ingressantes no Curso Médico: uma abordagem segundo o Sexo. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 42, n. 3, p. 214-221, 2018.
- OMS – ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO), 1946.
- PEREIRA, M. A. D.; BARBOSA, M. A. Teaching strategies for coping with stress – the perceptions of medical students. **BMC Medical Education**, v. 13, n. 50, p. 1-7, 2013.
- PERES, C.M. Atividades extracurriculares: percepções e vivências durante a formação médica. 2006, Tese (Mestrado em Ciências, Área: Psicologia) – Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2006.
- ROCHA, E.S.; SASSI, A.P. Transtornos Mentais Menores entre Estudantes de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 37, n. 2, p. 210-216, 2013.

SIMÃO, R.I.P. A relação entre atividades extracurriculares e o desempenho acadêmico, motivação, auto-conceito e auto-estima dos alunos. Monografia final de curso (licenciatura em Psicologia) – Instituto Superior de Psicologia Aplicada, Lisboa, 2005.

STEWART, S. M.; et al. Predicting stress in first year medical students: a longitudinal study. **Medical Education**, v. 31, p. 163-168, 1997.

TENÓRIO, L.P.; et al. Saúde mental de estudantes de escolas médicas com diferentes modelos de ensino. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 40, n. 4, p. 574-582, 2016.

URAKAWA, K.; YOKOYAMA, K. Music can enhance exercise-induced sympathetic dominancy assessed by Heart Rate Variability. **The Tohoku Journal of Experimental Medicine**, v. 206, n. 3 p.213-218, 2005

VIEIRA, E.M.; et al. O que eles fazem depois da aula? As atividades extracurriculares dos alunos de ciências médicas da FMRP-USP. **Medicina, Ribeirão Preto**, v. 37, p. 84-90, 2004.

9. APÊNDICES

9.1 Apêndice 1 – Questionário

QUESTIONÁRIO

AVALIAÇÃO DO CURRÍCULO VITAE DOS ESTUDANTES DE MEDICINA: O QUE SE FAZ ALÉM DAS ATIVIDADES CURRICULARES

SEXO: F () M () **IDADE:** _____ **PERÍODO:** _____

1. O que te MOTIVA a praticar atividades extracurriculares:

2. Preencha às tabelas abaixo com o TEMPO, POR SEMANA, em horas, dedicado em cada atividade:

O.b.s.: Caso você NÃO PARTICIPE de alguma dessas atividades, DEIXE EM BRANCO.

A) Atividades extracurriculares ligadas à universidade:

| ATIVIDADE | DAJAF | MONITORIAS | LIGAS | BATERIA | ATLÉTICA (diretoria) | ATLÉTICA (esportes) | PROJETO DE EXTENSÃO | OUTROS (especifique abaixo) | |
|------------------|-------|------------|-------|---------|-------------------------|------------------------|------------------------|-----------------------------------|--|
| TEMPO (horas) | | | | | | | | | |

SE OUTROS, ESPECIFIQUE: _____

B) Atividades extracurriculares:

| ATIVIDADE | LINGUAS | ATIVIDADE FÍSICA (não inclui atlética) | ATIVIDADES CIENTÍFICAS | ESTÁGIOS | LAZER/HOBBIES | OUTROS (especifique abaixo) | |
|------------------|---------|-------------------------------------------|---------------------------|----------|---------------|--------------------------------|--|
| TEMPO (horas) | | | | | | | |

SE OUTROS, ESPECIFIQUE: _____

O.B.S.: a) Atividades Artísticas: Música, Teatro, Dança, Circo, Desenho/Artes/Pintura, Instrumentos Musicais, etc.

b) Atividades Científicas: Congressos, Jornadas, Simpósios, etc.

c) Lazer/Hobbies: Leitura, Jogos Eletrônicos, Cinema, Filmes, Séries, Eventos Poliesportivos, Festas, etc.

3. Quantas HORAS POR DIA, em média, você dedica aos estudos para as MATÉRIAS OBRIGATÓRIAS DA FACULDADE? (NÃO CONSIDERE O TEMPO DAS AULAS):

4. Você está SATISFEITO com o seu desempenho acadêmico?

SIM () NÃO ()

SE, NÃO, POR QUÊ? _____

5. Você já deixou de fazer alguma atividade EXTRACURRICULAR para se dedicar a uma atividade CURRICULAR?

- A) SIM, SEMPRE.
- B) SIM, FREQUENTEMENTE.
- C) ÀS VEZES.
- D) NÃO, RARAMENTE.
- E) NÃO, NUNCA

6. Você já deixou de fazer alguma atividade CURRICULAR para se dedicar a uma atividade EXTRACURRICULAR?

- A) SIM, SEMPRE.
- B) SIM, FREQUENTEMENTE.
- C) ÀS VEZES.
- D) NÃO, RARAMENTE.
- E) NÃO, NUNCA.

7. Você faz acompanhamento psicológico, psicopedagógico ou psiquiátrico (inclui o NAPED)?

SIM ()

NÃO ()

SE SIM, QUAL O MOTIVO?

FADIGA (Burnout) () DEPRESSÃO () ANSIEDADE ()

TRANSTORNO DO SONO () OUTROS ()

SE OUTROS, ESPECIFIQUE: _____

8. Você considera que sua alimentação é ADEQUADA?

SIM ()

NÃO ()

SE NÃO, CONSIDERA QUE É POR FALTA DE TEMPO?

SIM () NÃO ()

SE NÃO, QUAL É O MOTIVO? _____

9. Vai fazer residência médica? (INDEPENDENTE DA ESPECIALIDADE ESCOLHIDA)

SIM ()

NÃO ()

10. Você acha que as ATIVIDADES EXTRACURRICULARES são importantes para a residência médica?

SIM ()

NÃO ()

11. Quem te orientou sobre as ATIVIDADES EXTRACURRICULARES para a residência médica?

PROFESSOR () VETERANO () COLEGA DE SALA ()

MÉDICO CONHECIDO () OUTROS ()

SE OUTROS, ESPECIFIQUE: _____

Agradecemos pela sua colaboração.

9.2 Apêndice 2 – Termo de consentimento livre esclarecido (TCLE)

Avaliação do Curriculum Vitae dos Estudantes de Medicina: o que se faz além as atividades curriculares

Prezado participante,

Você está sendo convidado(a) para participar da pesquisa “**Avaliação do Curriculum Vitae dos Estudantes de Medicina: o que se faz além das atividades curriculares**”. Desenvolvida por **Victória Lima Florentino Alves Ferreira, Maycoll Gabriel Miterrã Moura, João Vieira da Mota Neto, Fábio Guilherme Borges Ribeiro e Matheus Mendes de Souza**, discentes do curso de medicina do Centro Universitário de Anápolis - UniEVANGÉLICA, sob orientação do Professor M.e. Denis Masashi Sugita.

O objetivo central do estudo é: determinar o impacto do *curriculum vitae* para a saúde física e mental dos estudantes de medicina. O convite a sua participação se deve ao fato de você ser um estudante do curso de medicina e de se encaixar dentro da nossa amostra (alunos do 1º ao 8º período).

Sua participação é voluntária, isto é, ela não é obrigatória e você tem plena autonomia para decidir se quer ou não participar, bem como retirar sua participação a qualquer momento. Você não será penalizado de nenhuma maneira caso decida não consentir sua participação, ou desistir dela. Contudo, ela é muito importante para a execução da pesquisa. Serão garantidas a confidencialidade e a privacidade das informações por você prestadas, já que os questionários não serão identificados por nome. Qualquer dado que possa identificá-lo será omitido na divulgação dos resultados da pesquisa e o material armazenado em local seguro. A abordagem para a coleta de dados será individual, em ambiente reservado cedido pela instituição, onde serão explicados os objetivos e métodos de estudo. Será garantido o anonimato aos participantes em todos momentos, e será informado a eles que os questionários serão identificados por letras (A, B, C, D, E, F, G, H) de acordo com o período (A para o 1º período, B para o 2º, C para o 3º e assim sucessivamente), seguidas por numeral arábico.

A qualquer momento, durante a pesquisa, ou posteriormente, você poderá solicitar do pesquisador informações sobre sua participação e/ou sobre a pesquisa, o que poderá ser feito através dos meios de contato explicitados neste Termo. A sua participação consistirá em responder o questionário sobre o impacto do *curriculum vitae* para a saúde física e mental dos estudantes de medicina. O questionário contém 12 questões, abordando sexo, idade, período do curso, motivações para a prática de atividades extracurriculares, perfil das atividades extracurriculares ligadas à universidade e fora dela, quantidade de horas por dia dedicadas às

atividades extracurriculares, satisfação com o desempenho acadêmico, abdicação das atividades em prol das atividades curriculares e vice versa, acompanhamento psicológico, psicopedagógico e psiquiátrico, alimentação adequada, interesse em fazer residência médica, a percepção sobre a importância das atividades extracurriculares para a residência médica e a orientação sobre as atividades extracurriculares necessárias à residência médica. O tempo de duração do questionário é de aproximadamente 20 minutos.

Os resultados serão transcritos e armazenados, mas somente terão acesso às mesmas a pesquisadora e seu orientador. Ao final da pesquisa, todo material será mantido em arquivo, por pelo menos 5 anos, conforme Resolução 466/12 e orientações do CEP/UniEVANGÉLICA.

O risco envolvido na pesquisa é a quebra do sigilo da identidade dos questionários, sendo minimizados com a descrição de apenas de uma letra do alfabeto de acordo com o período do estudante, juntamente com um número arábico no questionário e em sala reservada para os pesquisadores. O benefício da pesquisa é informar aos estudantes do curso de medicina do Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA, por meio do envio de um e-mail para cada turma pesquisada (1º ao 8º período) com as informações sobre as atividades extracurriculares, sobre a utilização do seu tempo e sobre o impacto da prática de atividades extracurriculares para a sua saúde física e mental. O conhecimento gerado por essa pesquisa será revertido em benefícios para os estudantes do curso de medicina, bem como para os professores e coordenadores. Esses dados podem ser usados pelo diretório acadêmico, pela associação atlética acadêmica e pela direção do curso de medicina com o objetivo de melhorar os estudantes do curso de medicina sobre as atividades extracurriculares que podem ser exercidas, além de instruí-los sobre o melhor uso do seu tempo. Os resultados serão divulgados no Trabalho de Curso.

Assinatura do Pesquisador Responsável – (Prof. M.e. Denis Masashi Sugita)

UniEVANGÉLICA

Contato com o(a) pesquisador(a) responsável:

(62) 9090 98100-5210 – Prof. M.e. Denis Masashi Sugita

Endereço: Avenida Universitária, Km 3,5 Cidade Universitária – Anápolis/GO

CEP: 75083-580

CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO PARTICIPANTE DE PESQUISA

Eu, _____ RG nº _____, abaixo assinado, concordo voluntariamente em participar do estudo acima descrito, como participante. Declaro ter sido devidamente informado e esclarecido pelo pesquisador _____ sobre os objetivos da pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os possíveis riscos e benefícios envolvidos na minha participação. Foi-me dada a oportunidade de fazer perguntas e recebi telefones para entrar em contato, a cobrar, caso tenha dúvidas. Fui orientado para entrar em contato com o CEP - UniEVANGÉLICA (telefone 3310-6736), caso me sinta lesado ou prejudicado. Foi-me garantido que não sou obrigado a participar da pesquisa e posso desistir a qualquer momento, sem qualquer penalidade. Recebi uma via deste documento.

Anápolis, ___ de _____ de 20___,

Assinatura do participante da pesquisa

Testemunhas (não ligadas à equipe de pesquisadores):

Nome: _____ Assinatura: _____

Nome: _____ Assinatura: _____

Em caso de dúvida quanto à condução ética do estudo, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da UniEVANGÉLICA:

Tel e Fax - (0XX) 62- 33106736

E-Mail: cep@unievangolica.edu.br

10. ANEXO

10.1. Anexo 1 – Parecer Favorável do Comitê de Ética em Pesquisa



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: O impacto da composição do curriculum vitae na saúde física e mental dos estudantes de medicina

Pesquisador: DENIS MASASHI SUGITA

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 25266919.0.0000.5076

Instituição Proponente: Centro Universitário de Anápolis - UniEVANGÉLICA

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 3.771.057

Apresentação do Projeto:

Resumo

O curso de medicina, por ter elevada carga horária e excessivas exigências feitas ao estudante, acaba por esgota-lo, física e psicologicamente, além do fato de ter responsabilidade sobre a vida de alguém. Além disso, os estudantes, visando a aprovação na residência médica de escolha e um currículo que lhes traga vantagens, complementam a carga horária puxada com atividades que agregam aos seus conhecimentos, em detrimento, entretanto, da prática de atividades que aliviarium o estresse e beneficiariam sua saúde mental e física. O objetivo deste trabalho é descrever o impacto da composição do curriculum vitae na saúde física e mental dos estudantes de medicina de uma instituição privada de Anápolis (GO). Trata-se de um estudo sobre educação em saúde, observacional, descritivo e transversal, de natureza quantitativa, com a finalidade de determinar o impacto do curriculum vitae para a saúde física e mental dos estudantes de medicina. Será aplicado um questionário com os estudantes do 1º ao 8º período e, após a coleta de dados, eles serão analisados. Espera-se que, no decorrer do curso, a quantidade de atividades feitas a fim de aliviar o estresse reduza e que, desde o 1º período, os estudantes estejam engajados em atividades que lhes tragam benefícios no currículo, porém com variações no tipo de atividades extracurriculares realizadas.

METODOLOGIA

Endereço: Av. Universitária, Km 3,5
 Bairro: Cidade Universitária CEP: 75.083-515
 UF: GO Município: ANAPOLIS
 Telefone: (82)3310-8738 Fax: (82)3310-8636 E-mail: cep@unievangelica.edu.br



Continuação do Parecer: 3.771.057

Tipo de estudo

Trata-se de um estudo sobre educação em saúde, observacional, descritivo e transversal, de natureza quantitativa, com a finalidade de determinar o impacto do curriculum vitae para a saúde física e mental dos estudantes de medicina.

Local da pesquisa

O estudo será realizado no Centro Universitário de Anápolis (UniEVANGÉLICA), situado no município de Anápolis-GO, que se situa a 53km da capital do estado de Goiás, Goiânia, e a 139km da capital federal. De acordo com o último Censo realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em 2018, a população de Anápolis é de 381.970 habitantes.

População e amostra

A população do estudo serão todas as pessoas matriculadas no curso de medicina do Centro Universitário de Anápolis (UniEVANGÉLICA), cursando do 1º ao 8º período do curso, compondo um total aproximado de 764 alunos. A amostra será de conveniência.

Critérios de inclusão

Estudantes, maiores de 18 anos, matriculados no curso de medicina, cursando do 1º ao 8º período.

Critérios de exclusão

Serão excluídos os questionários preenchidos por estudantes com idade inferior a 18 anos e/ou questionários parcialmente preenchidos. Além disso, os questionários em que o participante se identificar também serão excluídos.

Processo de coleta de dados

O convite será realizado de forma voluntária, em momentos em que a turma esteja reunida, no intuito de abranger a totalidade da população. O participante, em nenhum, momento será coagido a realizar a pesquisa.

A coleta de dados será realizada a partir da entrevista direta e aplicação do questionário Avaliação da Prática de Atividades Extracurriculares dos Estudante de Medicina.

com os estudantes do curso de medicina, mediante autorização do Termo Consentimento Livre e

Endereço: Av. Universitária, Km 3,5
 Bairro: Cidade Universitária CEP: 75.083-515
 UF: GO Município: ANAPOLIS
 Telefone: (62)3310-6736 Fax: (62)3310-6636 E-mail: cep@unievangelica.edu.br



Continuação do Parecer: 3.771.057

Esclarecido (TCLE).

Os dados serão coletados por meio de um questionário auto-aplicável. Após exaustivas buscas na literatura não foi possível encontrar um questionário que atendesse aos objetivos do trabalho. Assim, será elaborado um questionário, com perguntas objetivas, de múltipla escolha, baseadas nos objetivos do trabalho e na literatura existente.

A abordagem para a coleta de dados será individual, em ambiente reservado cedido pela instituição, onde serão explicados os objetivos e métodos de estudo. Será garantido o anonimato aos participantes em todos os momentos, e será informado a eles que os questionários serão identificados por letras (A, B, C, D, E, F, G, H) de acordo com o período (A para o 1º período, B para o 2º, C para o 3º e assim sucessivamente), seguidas por numeral arábico.

Metodologia de análise de dados

O programa Microsoft® EXCEL 2016 foi usado para tabulação dos dados e a análise estatística foi realizada pelo programa SPSS® for Windows®, versão 16.0. para realização da análise estatística descritiva foi adotado o teste QUI-quadrado (χ^2) e teste Exato de Fisher. Foi utilizado como nível de significância o valor 5% ($p < 0,05$) para todas as análises.

Aspectos éticos

O presente trabalho será submetido à avaliação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), do Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA (CEP – UniEVANGÉLICA).

Essa pesquisa respeita as orientações da resolução 466 de 2012 e 510 de 2016, do Conselho Nacional de Saúde. A participação será voluntária e a assinatura do TCLE será obrigatório para devida participação. Os participantes terão total liberdade para tirarem sua participação do estudo, a qualquer momento.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário

Descrever o impacto da composição do curriculum vitae na saúde física e mental dos estudantes de medicina.

Objetivos Secundários

- Dimensionar, através de dados colhidos, a média dos tipos de atividades extracurriculares realizada por acadêmicos do curso de Medicina.
- Detectar os benefícios relatados pelos acadêmicos por praticarem cada uma das atividades

Endereço: Av. Universitária, Km 3,5
 Bairro: Cidade Universitária CEP: 75.083-515
 UF: GO Município: ANAPOLIS
 Telefone: (62)3310-8738 Fax: (62)3310-8638 E-mail: cep@unievangelica.edu.br



Continuação do Parecer: 3.771.057

extracurriculares nas quais se envolveram.

- Relatar, através dos dados coletados, as percepções sobre a influência positiva das diversas atividades extracurriculares na formação médica.
- Identificar os principais motivações para a realização de atividades extracurriculares encontrados pelos acadêmicos de medicina.
- Correlacionar a carga horária obrigatória e as atividades extracurriculares e o impacto dessa relação para a saúde física e mental do acadêmico de medicina.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos

O risco envolvido na pesquisa é a quebra do sigilo da identidade dos questionários, sendo minimizados com a descrição de apenas de uma letra do alfabeto de acordo com o período do estudante, juntamente com um número arábico no questionário e em sala reservada para os pesquisadores.

Além disso, há o risco de os participantes com idade inferior a 18 anos sentirem-se excluídos. A fim de minimizar esse risco, todos os alunos receberão o questionário, o qual possuirá um campo específico para o preenchimento da idade do participante, sendo usado, posteriormente, para exclusão dos menores de 18 anos.

Benefícios para o participante da pesquisa

O benefício da pesquisa é informar aos estudantes do curso de medicina do Centro Universitário de Anápolis – UniEVANGÉLICA, por meio do envio de um e-mail para cada turma pesquisada (1º ao 8º período) com as informações sobre as atividades extracurriculares, sobre a utilização do seu tempo e sobre o impacto da prática de atividades extracurriculares para a sua saúde física e mental. O conhecimento gerado por essa pesquisa será revertido em benefícios para os estudantes do curso de medicina, bem como para os professores e coordenadores. Esses dados podem ser usados pelo diretório acadêmico, pela associação atlética acadêmica e pela direção do curso de medicina com o objetivo de melhor atender os estudantes do curso de medicina sobre as atividades extracurriculares que podem ser exercidas, além de instruí-los sobre o melhor uso do seu tempo.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A pesquisa é exequível dentro do cronograma proposto e atende as recomendações éticas.

Endereço: Av. Universitária, Km 3,5
 Bairro: Cidade Universitária CEP: 75.083-515
 UF: GO Município: ANAPOLIS
 Telefone: (62)3310-8738 Fax: (62)3310-6636 E-mail: cep@unievangelica.edu.br



Continuação do Parecer: 3.771.057

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Os termos obrigatórios foram devidamente apresentados e encontram-se em conformidade com a Resolução 466

Recomendações:

Não se aplica

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não se aplica

Considerações Finais a critério do CEP:

O pesquisador responsável atende todas as orientações da construção de um projeto de pesquisa e da Resolução CNS no. 466/2012 e complementares.

Solicitamos ao pesquisador responsável o envio do RELATÓRIO FINAL a este CEP, via Plataforma Brasil, conforme o cronograma de execução apresentado.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

| Tipo Documento | Arquivo | Postagem | Autor | Situação |
|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------|-------------------------|----------|
| Informações Básicas do Projeto | PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1466519.pdf | 07/11/2019 21:33:50 | | Aceito |
| Declaração de Pesquisadores | termodecompromissorresultadofinal.pdf | 07/11/2019 21:28:17 | DENIS MASASHI SUGITA | Aceito |
| Projeto Detalhado / Brochura Investigador | Projeto.docx | 07/11/2019 21:23:46 | DENIS MASASHI SUGITA | Aceito |
| TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência | TCLE.pdf | 06/11/2019 21:23:34 | DENIS MASASHI SUGITA | Aceito |
| Folha de Rosto | folhaderosto.pdf | 06/11/2019 21:21:08 | DENIS MASASHI SUGITA | Aceito |

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Endereço: Av. Universitária, Km 3,5
 Bairro: Cidade Universitária CEP: 75.083-515
 UF: GO Município: ANAPOLIS
 Telefone: (62)3310-6736 Fax: (62)3310-6636 E-mail: cep@unievangelica.edu.br



Continuação do Parecer: 3.771.057

ANAPOLIS, 13 de Dezembro de 2019

Assinado por:
Brunno Santos de Freitas Silva
(Coordenador(a))

Endereço: Av. Universitária, Km 3,5
Bairro: Cidade Universitária CEP: 75.083-515
UF: GO Município: ANAPOLIS
Telefone: (62)3310-6736 Fax: (62)3310-6636 E-mail: cep@unievangelica.edu.br