

# Trajetórias turbinadas no ensino superior: aprimoramento cognitivo e desempenho acadêmico de estudantes de Medicina

*Turbocharged trajectories in higher education: cognitive enhancement and academic performance of Medical students*

Camila Ribeiro da Silva<sup>1</sup>  | [camilaribeiro301@gmail.com](mailto:camilaribeiro301@gmail.com)  
Iolete Ribeiro da Silva<sup>2</sup>  | [iolete@ufam.edu.br](mailto:iolete@ufam.edu.br)  
André Luiz Machado das Neves<sup>2,3</sup>  | [almachado@uea.edu.br](mailto:almachado@uea.edu.br)

## RESUMO

**Introdução:** A cobrança de desempenho, o culto à performance, o tecnicismo, entre outras, são derivadas do produtivismo capitalista e suas lógicas. As pessoas que integram o ambiente acadêmico estão imersas nesses processos marcados por essa derivação. Dessa forma, surgem intervenções não terapêuticas, farmacológicas ou não, sobre o funcionamento cerebral, ampliando a *performance* de funções/habilidades/capacidades cognitivas a um nível mais elevado para além da média de funcionamento.

**Objetivo:** Este estudo teve como objetivos examinar o uso de estratégias de aprimoramento cognitivo entre estudantes de Medicina e avaliar seus efeitos na saúde mental e no desempenho acadêmico, de modo a identificar intervenções potenciais para otimizar o bem-estar estudantil e o processo educativo.

**Método:** Trata-se de uma pesquisa de campo, de abordagem qualitativa. Para o levantamento de dados, foram efetuadas entrevistas semiestruturadas com estudantes do curso de Medicina. Para a análise dos dados, empreendeu-se a técnica da análise construtivo-interpretativa.

**Resultado:** Os dados mostraram que os estudantes universitários buscam estratégias adaptativas para se manterem produtivos na universidade, mesmo que precisem enfrentar consequências, nem sempre previsíveis, desses mecanismos. Buscar alternativas para se manterem produtivos está vinculado à autoestima do estudante, o que impacta também a sua relação com os outros estudantes e com os seus docentes.

**Conclusão:** Revela-se que estudantes de Medicina recorrem a estratégias de aprimoramento cognitivo, como o consumo de energéticos e cafeína, para que possam enfrentar as rigorosas demandas acadêmicas. Embora tais práticas possam inicialmente parecer benéficas ao incrementarem o desempenho e a produtividade, elas estão intrinsecamente ligadas a efeitos adversos significativos sobre a saúde mental dos alunos, incluindo aumento do estresse, ansiedade e dependência.

**Palavras-chave:** Cognição; Saúde Mental; Educação Médica.

## ABSTRACT

**Introduction:** The demand for performance, the cult of performance, technicality, among others, are derived from capitalist productivity and its logic. The pursuit of performance, the cult of achievement, technicism, among others, stem from productivity and its logics. Individuals in the academic environment are immersed in these processes marked by this derivation. Consequently, non-therapeutic, pharmacological or non-pharmacological interventions on brain function emerge, enhancing cognitive functions/skills/capacities to a level beyond average functioning.

**Objective:** To assess the use of cognitive enhancement strategies among medical students and evaluate their effects on mental health and academic performance, identifying potential interventions to optimize student well-being and the educational process.

**Method:** This is a qualitative field research. Semi-structured interviews were conducted with medical students to gather data, which were analyzed using the constructive-interpretation method.

**Result:** The data revealed that university students seek adaptive strategies to maintain productivity in academia, even if they have to face unforeseeable consequences of these mechanisms. Seeking alternatives to remain productive is linked to the students' self-esteem, also affecting their relationships with fellow students and faculty members.

**Conclusion:** It is revealed that medical students resort to cognitive enhancement strategies, such as consuming energy drinks and caffeine, to cope with rigorous academic demands. Although these practices may initially appear beneficial, as they enhance performance and productivity, they are intrinsically linked to significant adverse effects on the students' mental health, including increased stress, anxiety, and dependency.

**Keywords:** Cognition; Mental health; Medical Education.

<sup>1</sup> Secretaria Municipal de Educação, Brasília, Distrito Federal, Brasil.

<sup>2</sup> Universidade Federal do Amazonas, Manaus, Amazonas, Brasil.

<sup>3</sup> Universidade do Estado do Amazonas, Manaus, Amazonas, Brasil.

Editora-chefe: Rosiane Viana Zuza Diniz.

Editor associado: Gustavo Antonio Raimondi.

Recebido em 28/08/23; Aceito em 19/08/24.

Avaliado pelo processo de double blind review.

## INTRODUÇÃO

A medicalização das relações sociais tem sido uma resposta adaptativa às pressões impostas por modelos tradicionais de ensino e aprendizagem<sup>1</sup>, levando alguns estudantes dos vários níveis de ensino a procurar formas de alcançar as expectativas de desempenho acadêmico, entre elas, por exemplo, o uso não médico de anfetaminas, como o metilfenidato. Essas práticas têm se tornado cada vez mais frequentes nos cursos de Medicina devido à alta demanda de atividades, provas, relatórios e estágios que o estudante tem que fazer para garantir a sua permanência na universidade. Pesquisas realizadas no âmbito universitário<sup>2-6</sup> apontam a utilização desses mecanismos de aprimoramento cognitivo para alcançar as demandas citadas.

O aprimoramento cognitivo refere-se às intervenções que aumentam habilidades cognitivas, denominadas aprimoradoras, uma vez que seus usos não teriam motivação terapêutica<sup>7</sup>. Neste artigo, analisa-se como o resultado de diversas intervenções não terapêuticas, farmacológicas ou não, sobre o funcionamento cerebral amplia a *performance* de funções/habilidades/capacidades cognitivas a um nível mais elevado para além da média de funcionamento.

Um estudo<sup>8</sup> aponta que o campo das neurociências avançou nos últimos anos, possibilitando a criação de novos mecanismos tecnológicos voltados para o tratamento de transtornos mentais e problemas neurológicos. Nesse sentido, essas inovações ampliaram o conceito de identidade, *self* e liberdade, propiciando que as discussões fossem compartilhadas com outros campos de conhecimento. Entretanto, o capitalismo, que tudo transforma em mercadoria, capturou essas questões e as aliou ao aprimoramento cognitivo, transformando-as em nicho mercadológico.

Produziu-se intencionalmente uma mudança no valor social do cérebro, órgão que passou a simbolizar o desempenho intelectual, e construiu-se um ambiente favorável à expansão das neurociências, de modo a supervalorizá-las na relação com outras disciplinas. Colocaram-se em cena e popularizaram-se os conceitos e instrumentos do campo das neurociências. O cérebro passou a ocupar o papel de representação da identidade, do *self*, produzindo a ideia de que conhecer o sujeito corresponderia a conhecer o cérebro<sup>9</sup>. O mercado dos cursos de especialização demonstra bem esse fenômeno da supervalorização das neurociências com a oferta de cursos, tais como neurodidática, neuropsicopedagogia, neuroeducação, entre outros.

Para estudar de forma crítica e reflexiva sobre esses mecanismos, farmacológicos ou não, de potencialização do desempenho cognitivo utilizados por universitários, recorre-se ao conceito de “aprimoramento cognitivo farmacológico” ou “*doping* intelectual”, definido como estratégias para aumentar

a capacidade produtiva, a concentração e a atenção, e acelerar o processo de aprendizagem<sup>10</sup>.

No campo das ciências sociais e humanas, uma das discussões sobre o uso não prescrito de drogas para fins acadêmicos refere-se aos efeitos colaterais danosos ao processo de desenvolvimento, parte deles ainda desconhecidos, e às possibilidades de abuso e dependência. Nesse sentido, a medicalização das relações sociais, processo que transforma problemas não médicos em médicos, tem sido cada vez mais relatada como um dos problemas que afetam de forma preocupante a educação em vários níveis, inclusive no âmbito universitário<sup>11</sup>.

Uma pesquisa revelou que estudantes utilizam esse recurso por acreditarem que o medicamento poderá contribuir para o sucesso e alcance dos seus objetivos, não se questionando as expectativas e metas<sup>3</sup>. Outro estudo<sup>12</sup> apontou que 13,51% dos estudantes entrevistados utilizavam fármacos para realizar todas as provas, e 10,81% aumentaram a dose para que pudessem manter o efeito semelhante ao do início do uso, sendo este um relevante fator de risco. A exclusão no sistema educacional tem longa história, e a patologização tem sido uma das suas facetas. A falta de acesso de grande contingente de jovens à universidade e os elevados níveis de evasão e repetência se revelam nas estatísticas e nas crescentes queixas em relação à saúde mental. Uma resposta adaptativa pode ser a potencialização de desempenho cognitivo por meio de psicotrópicos ou estimulantes.

Este artigo tem como objetivos examinar o uso de estratégias de aprimoramento cognitivo entre estudantes de Medicina e avaliar seus efeitos na saúde mental e no desempenho acadêmico, de modo a identificar intervenções potenciais para otimizar o bem-estar estudantil e o processo educativo.

## MÉTODO

Realizou-se uma pesquisa de campo, de abordagem qualitativa. Participaram da pesquisa estudantes do curso de Medicina de uma universidade pública da cidade de Manaus, no Amazonas. Para o levantamento de dados, utilizou-se a entrevista individual semiestruturada. O roteiro da entrevista foi composto por perguntas sobre as vivências escolares, sobre como significavam o ambiente social da universidade, suas experiências acadêmicas e as implicações destas para o seu processo de escolarização, bem como os mecanismos de aprimoramento cognitivo utilizados por eles.

Buscou-se, na entrevista, construir um espaço de compartilhamento, um momento de escuta das vivências, preservando a espontaneidade do discurso e as subjetividades evocadas durante o diálogo. Os participantes foram contactados por meio de um convite realizado com o auxílio e

a divulgação da pesquisa pelo Centro Acadêmico de Medicina (Camed). Realizaram-se as entrevistas no espaço do Camed. O levantamento de dados da presente pesquisa ocorreu em 3 de novembro de 2022. Para preservar o anonimato dos entrevistados, utilizaram-se nomes fictícios (Quadro 1).

As entrevistas foram gravadas e transcritas na íntegra. Em seguida, os dados foram submetidos à análise da perspectiva construtivo-interpretativa<sup>13,14</sup>. Nessa perspectiva, o pesquisador, ao fazer a leitura do material, identifica os indicadores de sentido de acordo com o objetivo proposto na pesquisa. Em seguida, são interpretados e reunidos em categorias. Nesse processo, o pesquisador tem um caráter ativo, e, por isso, os resultados não expressam apenas o objeto de estudo, mas também o momento histórico do pesquisador e do sujeito participante da pesquisa, pois a construção do conhecimento é uma produção humana. A pesquisa acompanhou o fenômeno e suas respectivas complexidades naquele momento, não esgotando a temática e nem a riqueza de outras possíveis pesquisas.

Esta pesquisa está vinculada a um projeto maior denominado “Os significados das trajetórias de escolarização de jovens amazônidas”, desenvolvido no âmbito do Programa Nacional de Cooperação Acadêmica (Procad) na Amazônia, financiado pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes), e conta com a colaboração de três universidades: Universidade Federal do Amazonas (Ufam), Universidade Federal de Rondônia (Unir) e Universidade de Brasília (UnB). O projeto foi aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa da Ufam sob Parecer nº 4.082.840, Certificado de Apresentação de Apreciação Ética (CAAE) nº 15366619.1.1001.5020.

O projeto guarda-chuva do Procad Amazônia visa pesquisar vivências de estudantes amazônidas no ensino superior e seus respectivos processos de escolarização, para compreender as trajetórias de escolarização, as condições de socialização, as vivências no ensino superior, a participação, o protagonismo e como a universidade responde às demandas desses discentes.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

### Mecanismos de aprimoramento cognitivo: a busca pela excelência no desempenho

Com base nas entrevistas, a principal estratégia citada pelos estudantes foi o consumo de energético, principalmente nos dias que antecedem as provas ou a apresentação em seminários. Em seguida, mencionou-se a cafeína – substância que já está inserida no cotidiano dos estudantes – que é consumida rotineiramente; no entanto, os participantes relataram que não sentem mais o efeito “para que possam ficar acordados”, como citam os entrevistados Araquém e Jaci. Por fim, aparece o consumo de metilfenidato, relatado por apenas uma estudante, Jaci. Esse medicamento foi prescrito pelo psiquiatra com o objetivo de mantê-la acordada e lhe dar disposição no dia a dia da universidade, pois estava com dificuldade de acordar para as aulas, segundo relatou.

O entrevistado Araquém fala sobre o consumo de substâncias que atuam em mecanismos de aprimoramento cognitivo não farmacológico:

*Energético é assim, quando eu preciso e não posso dormir. [...] Tipo assim, às vezes pra prova, pra trabalho, por exemplo, amanhã eu tenho que entregar meu Pibic, né? Falta um pouco pra eu fazer, então acho que hoje eu tenha que dar uma viradinha pra fazer [...] porque eu não costumo perder o foco tão fácil, costumo conseguir até a hora que eu vou dormir. O energético consegue fazer um efeito que eu consigo ficar por mais tempo acordado e ter aquele foco.*

Pontua-se que há uma relação direta entre as demandas da universidade e a busca por substâncias que possibilitem que o estudante se mantenha acordado, para atender às demandas acadêmicas. O uso do energético emerge como a estratégia para manter o foco. Um estudo<sup>15</sup> aponta que os estudantes também buscam estratégias não farmacológicas de aprimoramento cognitivo, sendo o café, o guaraná em pó e as bebidas energéticas as alternativas mais utilizadas. Também foi citado o Piracetam, um farmacoterapêutico, classificado como nootrópico, que é indicado para auxiliar a aprendizagem ou melhorar a memória<sup>16</sup>.

**Quadro 1.** Dados dos entrevistados.

Nome	Apoena	Araquém	Iracema	Ibotira	Jaci
Idade	22	23	29	30	26
Gênero	Feminino	Masculino	Feminino	Feminino	Feminino
Cor/raça	Parda	Parda	Parda	Branca	Parda
Período do curso em andamento	Internato	5º período	Internato	5º período	5º período

Fonte: Elaborado pelos autores.

O entrevistado Araquém, quando questionado sobre os possíveis efeitos colaterais do consumo de energético, disse: “depende, depende. Tipo [...] eu passei a noite todinha estudando e eu tomei uma garrafa de um litro de energético, e no outro dia fiquei me tremendo um pouquinho, mas foi só uma vez mesmo. Eu costumo tomar só uma latinha e passo a noite estudando”.

Apesar do efeito colateral, quando usado em excesso, vivenciado por Araquém, ele ainda consome bebidas energéticas para se manter acordado e com foco para estudar. Verifica-se que essas estratégias são utilizadas principalmente em momentos de exaustão, mas que, ainda assim, precisam prolongar os estudos para obter êxito em uma atividade acadêmica.

A cafeína é presente no discurso de todos os estudantes entrevistados. Eles afirmaram que consomem cafeína ao longo do dia, várias vezes, em pequenas quantidades, mas mesmo que ela não faça mais efeito não podem ficar sem consumi-la, por sentirem dores de cabeça. Isso aponta para um consumo rotineiro e relacionado com a noção de abstinência da substância.

Outra entrevistada aborda o consumo de cafeína em seu cotidiano, associado aos estudos desde o período pré-vestibular até o momento:

*Eu sinto muito sono. Na época que eu fazia vestibular, eu dormia três, quatro horas por dia. Acho que eu tenho no meu subconsciente que eu não quero ficar cansada como eu ficava naquela época porque eu desequilibrava, cara, acho que eu nem tomava água, só tomava café. Tomava café de manhã, café nove horas, café depois do almoço, café duas horas, café à noite, sete horas e, quando chegava em casa, tomava café de novo. Eu nunca tomei remédio pra ficar acordada, nunca tomei ritalina, nunca gostei de tomar energético, mas a cafeína, tipo, minha mão suave. Meu olho ficou até com tremores assim, fortes, fiquei uma semana mal. O médico pediu até pra eu dar um tempo pra não ter um treco. Hoje acho que nem faz mais efeito [...] tomo todo dia. Se eu não tomar, fico com enxaqueca. Inclusive, estou com enxaqueca agora porque não tomei café. Eu tomo de manhã e tomo de uma aula pra outra. Vou tomar quando sair daqui (Jaci).*

Esse relato demonstra que a busca por estratégias de melhoramento e aprimoramento cognitivo pode ocorrer antes do ingresso na universidade. Percebe-se, no decorrer do relato, que há um consumo acentuado de cafeína, chegando até a causar consequências fisiológicas, como a sudorese e o tremor ocular, caracterizando um efeito colateral do consumo excessivo do estimulante. Apesar de vivenciar esse momento, a estudante permanece utilizando a cafeína como estratégia de melhoramento. A literatura aponta que a cafeína em excesso impacta negativamente os processos cognitivos, o humor, o sono e a disposição<sup>17</sup>.

Identificou-se, por meio das entrevistas, que a rotina de estudos é exaustiva e estressante e que o consumo de estimulantes começou no período pré-vestibular e seguiu até o ingresso na universidade. Ao ingressarem na universidade, a rotina de estudos intensificou-se por conta das disciplinas e das altas cargas horárias.

Compreende-se que a dinâmica de ingresso e a permanência na academia impulsionam os estudantes para esse caminho, fazendo com que eles recorram a esses métodos. Os dados da pesquisa revelam que o consumo excessivo de cafeína e de energético para sustentar a disciplina de estudos é vista de forma natural entre os entrevistados. Os efeitos colaterais, como “se tremer todinho” e a “dor de cabeça”, vivenciados por eles também são considerados naturais, como parte da formação médica, variando de justificar o consumo a afirmar que foi apenas uma vez que ocorreu.

Na universidade inicia-se a valorização da excelência do desempenho na sociedade atual. Com isso, visa-se apenas ao lucro, em detrimento da saúde mental, propiciando que os estudantes utilizem substâncias químicas para aumentar a concentração e a capacidade produtiva. Essa busca por potencialização química dos resultados de desempenho reflete a necessidade de atingir altos níveis de produtividade e eficiência em uma sociedade que prioriza o desempenho como medida de sucesso<sup>18</sup>.

De maneira geral, entre os entrevistados, verificou-se que apenas uma estudante utilizou metilfenidato prescrito pelo psiquiatra para auxiliar na rotina da universidade. Iracema relatou que “estava se sentindo cansada, sem energia e com dificuldade para acordar para ir à universidade e assistir às aulas. Por isso, o psiquiatra achou coerente a prescrição do medicamento”. Os demais participantes utilizam a cafeína e o energético como recursos de aprimoramento cognitivo. Identifica-se ainda a busca por recursos que melhorem o prolongamento da capacidade cognitiva e a vigilância mental entre esses estudantes.

### **Autocobrança, desempenho e saúde mental do estudante**

Identificou-se que os estudantes têm a autopercepção de que não estudam o suficiente e que precisam ficar sem dormir para integralizar todos os conteúdos apresentados pelos docentes e obter êxito nas avaliações. A necessidade de fazer revisões após as aulas é bem demarcada nas falas dos entrevistados. Destaca-se que todos os entrevistados apontaram a saúde mental como uma temática latente na vida acadêmica. Há relatos de que, após o ingresso na academia, entraram em sofrimento psíquico, desencadeando episódios de ansiedade e depressão, e, por isso, precisaram recorrer ao

acompanhamento psiquiátrico e à intervenção medicamentosa, bem como ao acompanhamento psicológico:

*Eu tenho aula todos os dias de sete da manhã até oito da noite, exceto na terça-feira que é de sete às dez [da noite]. Esse período, se você perguntar do pessoal, é o mais estressante. E que se você for perguntar do pessoal tem muito burnout, ansiedade, desencadeia até depressão. Mas o primeiro, segundo, terceiro e quarto [períodos] não foram difíceis de levar, esse que eu sinto mais cansaço agora. Tipo, quando você chegou, eu tinha acabado de acordar, então é um período bem cansativo mesmo (Ibotira).*

A entrevistada afirmou que há uma sobrecarga muito grande no quinto período e que é recorrente que outros estudantes apresentem questões voltadas para a saúde mental, como crises de ansiedade, depressão e *burnout*. Ibotira, além de fazer nove disciplinas, também participa de projetos da faculdade, que aumentam ainda mais a demanda de estudos, leitura e dedicação, e, conseqüentemente, o cansaço. Este pode ser um dos fatores que ocasionam a sobrecarga e o adoecimento físico e mental desses estudantes.

As pesquisas<sup>19,20</sup> apontam que há um adoecimento dos estudantes de Medicina, aumentando a cada período, à proporção que vão avançando no curso, como pode ser constatado na fala de Ibotira. Possivelmente, os seis anos da trajetória acadêmica podem impactar a qualidade de vida dos estudantes. Isso tem sido uma hipótese levantada dos resultados das avaliações que mostram o declínio dos domínios psicológicos do estado de saúde de estudantes de Medicina<sup>21</sup>.

Em consonância ao depoimento de Ibotira, outra estudante relatou as conseqüências por ter passado por um período de privação de sono, para conseguir estudar e dar conta das demandas da universidade:

*Quando eu tô com sono, eu vou realmente dormir, não fico forçando. Quando eu tava na graduação [ela está no internato, e os estudantes, quando se encontram nesse momento da formação, fazem essa separação], eu me forçava por causa das provas. Agora eu não tô porque eu acho que vai me prejudicar. Então, eu não fico querendo ficar acordada até tarde pra estudar. Eu tento organizar o outro dia pra estudar, mas não tento mais ficar acordada. Só antes que eu fiz isso, mas também foi muito ruim pra mim, então eu aprendi a lição. Foi uma época dos primeiros períodos [...] que eu ficava fazendo muito isso, eu acho que pode ter sido isso. Quando eu perco muito sono, eu já percebi que eu fico muito instável emocionalmente com tudo. Foi uma das causas que me levou, que eu tive que acompanhar no psiquiatra, tive que trancar algumas matérias, eu não tava mais conseguindo levar. Eu acho que foi muito pela privação de sono, por eu ter ficado sozinha, minha família ficou longe. Eu fiquei bem mal. Foi por esse motivo que eu atrasei*

*um pouco na faculdade. Aí, meio que eu não faço mais isso, por questão de saúde mesmo (Apoena).*

Essas questões apresentadas referendam ainda mais as problemáticas apontadas pelos estudantes nas entrevistas em que relacionam a rotina exaustiva de estudos, provas e demanda de produtividade com o adoecimento. A literatura<sup>19</sup> revela que a caracterização do adoecimento psíquico está ligada aos condicionantes sociais – institucionais, grupais e coletivos – que constituem o adoecimento no acadêmico de Medicina e levantam diversas hipóteses para explicar esse adoecimento, o estresse, apontando para a relação entre formação em medicina-sujeito-adoecimento.

Todos os entrevistados expressaram um descontentamento com o próprio nível de produção e de estudos:

*De rendimento, assim... não é o que eu queria, não. É muita coisa. Em tese, eu tenho que ver o que eu vi o dia todo e não dá. Aí, eu acabo vendo só metade e eu fico muito cansada [...] e eu não estudo. [...] Eu tento estudar no fim de semana e fica tudo acumulado, fica uma loucura. Aí, quando chega perto da prova, a gente engole o conteúdo de um dia pro outro. Só pra fazer a prova mesmo. [...] Ir além não dá porque é muita coisa. Querendo ou não, a gente estuda mais pra prova do que pra vida, e isso é frustrante. [...] Eu vou bater de frente por quê? Cara, eu vou só passar esse período e vida que segue. Não tem muito diálogo não [...]. É desse jeito e é desse jeito (Jaci).*

Essa estrutura de formação intensifica o sentimento e a relação com a culpa e impotência, bem como o questionamento sobre a capacidade de desempenho e as expectativas que os estudantes criam sobre a própria formação. Além disso, os entrevistados afirmaram que há uma competitividade entre alguns estudantes por conta das notas e do desempenho positivo nas disciplinas, bem como na relação com os professores. Há situações, conforme relatado por Jaci, em que esses conflitos com os professores ocorrem porque eles exigem dos estudantes o pagamento de almoços ou que levem café da manhã, resultando em um cerceamento dos discentes ou das turmas que não concordam com essa prática. Isso demarca claramente a relação de poder entre professor e aluno. Na sua narrativa, Jaci apontou que “tem que pagar almoço pro professor, tem que levar bolo, tem que fazer isso, tem que fazer aquilo [...]”.

O desempenho nos estudos é uma temática latente nas entrevistas. As falas de Jaci e Iracema refletem como os estudantes se veem no seu desenvolvimento acadêmico, podendo ser um gerador de estresse, ansiedade e com impacto na saúde mental:

*Tá uma merda. Tá bem ruim porque esse semestre eu tô fazendo nove matérias. E eu fico me cobrando*

*porque meu currículo não tá bom, porque “Ah, eu tenho que entrar em mais ligas. Ah, eu tenho projetos, eu tenho que fazer um projeto”, e eu nem quero ser pesquisadora, mas eu sei que eu preciso ter isso no currículo. “Ah, eu tenho que fazer isso e fazer aquilo.” Eu fico me preocupando com coisa que eu tenho que fazer, mais as que eu já tenho que fazer, e tudo isso me deixa perturbada. Penso tanta coisa que eu não faço nada (Jaci).*

*Quando eu entrei, eu não sabia estudar do jeito que eu deveria estudar e não rendia tanto. E as minhas notas não eram satisfatórias, não pra faculdade, mas pra mim. Eu me cobrava muito. Cada vez que eu me cobrava mais, eu ia me atrapalhando mais, as minhas notas começaram a piorar, e eu comecei a ter estresse muito, muito grande. Foi quando eu tive problema com sono, eu fiquei três dias sem dormir, sem nada. Eu podia tomar qualquer medicação, eu não dormia mesmo, depois desses três dias, eu passava dois dormindo direto. Só acordava pra ir ao banheiro. Aí, me prejudicava na faculdade, era prejudicada em relação ao horário, presença por conta desse estresse. Eu era bem estressada, foi uma época que eu engordei muito, eu perdi muito cabelo, minha pele ficou bem ruim [...] tive problema de todo jeito, minha menstruação ficou desregulada. Tudo por conta desse estresse. [...] Eu não descansava, nem nas férias eu descansava, eu tava sempre me metendo em alguma coisa. Eu sempre achei que eu não podia parar. Se eu parasse, eu não tava sendo produtiva e eu não merecia tá na faculdade (Iracema).*

Iracema tem um diagnóstico psiquiátrico e faz acompanhamento por conta do uso de psicotrópicos. Além da sobrecarga do transtorno, também precisa lidar com o estresse por conta da dinâmica da faculdade. A fala de Iracema retrata fielmente o pensamento dos estudantes sobre o merecimento de pertencer à universidade. Dito isso, qual é o papel da universidade ante essa pressão social que os estudantes enfrentam? A universidade influencia ou incentiva de alguma forma esse processo? O que tem sido feito para que o processo formativo em medicina não seja acompanhado pelo adoecimento físico e mental dos estudantes?

A relação entre produzir e merecer estar na faculdade é algo que impacta diretamente a saúde mental do estudante, quando há um questionamento de suas capacidades, habilidades, conhecimento, mirando o futuro como profissional. Foram ditas muitas coisas de maneira informal após as entrevistas. Uma das coisas que Iracema destacou é que, em seu período de crise, um dos docentes afirmou que uma pessoa “doente/louca” não poderia ser estudante de Medicina, que a universidade não é lugar para pessoas assim. Esse acontecimento, nas palavras de Iracema, marcou e piorou o seu quadro de saúde mental, que passou por questionamentos se deveria estar ali ou não.

Destarte, a construção social da profissão médica como um profissional nobre, que salva vidas, que se doa, que terá uma carreira de sucesso pode gerar pressão e expectativas talvez inalcançáveis e contraditórias, além de frustrações<sup>19</sup>. Como existe uma alta prevalência de adoecimento psíquico, é possível pensar em espaços que promovam o acolhimento desses estudantes, de modo a oferecer acompanhamento psicológico e visar à promoção da saúde mental e à prevenção ou redução do impacto do estresse da formação.

Além disso, é importante sensibilizar sobre o processo de adoecimento, pois, por se tratar de um curso na área da saúde, há, no imaginário social, a ideia de que os profissionais não podem adoecer ou demonstrar fragilidade, já que caberá a eles tratar/curar pessoas adoecidas, como se fosse uma espécie de paradoxo. Por isso, são importantes iniciativas partindo da instituição de ensino superior voltadas aos discentes e docentes.

Desse modo, entendemos que é necessário refletir sobre esse fenômeno no ensino superior, considerando a dinâmica da graduação em Medicina e a promoção da saúde mental e física do estudante, pois um processo formativo não pode sacrificar a saúde do discente. Dito isso, é necessário analisar o que pode ser feito pela universidade para modificar esse processo.

Observa-se a importância da formação de professores na formação médica, tendo em vista que todos os entrevistados relataram que há uma lacuna na didática de alguns docentes e seus métodos de ensino, e que isso impacta diretamente a assimilação do conteúdo e o seu desempenho na disciplina. A relação discente-docente aparece como uma questão que afeta o sentimento de pertencimento desses estudantes e a forma como eles idealizam o próprio processo formativo e visualizam seu futuro como profissionais, podendo gerar episódios de estresse e frustração. A entrevistada Jaci relata um acontecimento que ocorreu em sua turma durante o semestre:

*Eu tô tendo uma matéria que é muito difícil [...]. Ele [o professor] é muito carrasco. Ele pediu pra gente fazer uma coisa semana passada e [...] ele falou: “O que vocês estão fazendo é pouco, se vocês ficarem nessa, vocês vão ser a média e não se modulem pela média”. E tem um lado ruim de ser cobrado desse jeito, mas é a realidade. A vida não vai cobrar leve com a gente, entendeu? Então, assim [...] tem a metodologia do professor [...] a gente tá cansado, com sono, tem tudo isso [...].*

Percebemos que a relação discente-docente é rodeada de conflitos e assédio. Há expressamente uma relação de poder demarcada aqui, na qual o discente ocupa um papel de subserviência, não pode questionar, precisa acatar as demandas docentes, causando problemas no ambiente universitário e no processo formativo dos estudantes. Aponta-se a correlação

desses acontecimentos com a lógica produtivista e meritocrática sustentada pelo neoliberalismo. Nessa perspectiva, o sujeito é somente mais um na linha de produção, não importando suas demandas e necessidades, sejam elas referentes ao processo ensino-aprendizagem ou à saúde.

A formação médica ganha essa roupagem tecnicista ao ser atravessada pelos interesses mercadológicos do sistema socioeconômico hegemônico, o capitalismo. Isso faz com que questões de competitividade e individualismo sejam reforçadas no decorrer da formação como uma exigência invisibilizada. Os estudantes reproduzem esses comportamentos como uma forma de atender às expectativas sociais que são impostas<sup>22</sup>. Por isso, as instituições que propõem o ensino médico devem pensar criticamente a sua estrutura e organização, idealizando uma formação que não promova o adoecimento psíquico de seus discentes.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização do estudo avançou no conhecimento das trajetórias dos alunos na formação médica ao revelar que estudantes de Medicina recorrem a estratégias de aprimoramento cognitivo, como o consumo de energéticos e cafeína, para enfrentar as rigorosas demandas acadêmicas. Embora tais práticas possam inicialmente parecer benéficas ao incrementarem o desempenho e a produtividade, elas estão intrinsecamente ligadas a efeitos adversos significativos sobre a saúde mental dos alunos, incluindo aumento do estresse, ansiedade e dependência.

Os resultados indicam efeitos preocupantes entre as pressões por desempenho e o bem-estar dos estudantes, sugerindo que a atual cultura acadêmica pode inadvertidamente fomentar hábitos insalubres e insustentáveis. Este estudo enfatiza a necessidade urgente de as instituições de ensino revisarem suas abordagens pedagógicas e de avaliação, promovendo um ambiente educacional mais equilibrado que apoie tanto o sucesso acadêmico quanto a saúde mental dos estudantes.

Recomendamos a implementação de políticas educacionais que integrem suporte psicológico robusto e iniciativas de bem-estar, além de métodos de ensino que encorajem o aprendizado eficaz sem impor carga excessiva. O desenvolvimento de competências pedagógicas entre os docentes também deve ser uma prioridade, para que possam adequadamente apoiar seus alunos sem recorrer a demandas excessivas ou práticas que induzam ao estresse.

## AGRADECIMENTOS

Agradecemos aos pesquisadores e pesquisadoras dos Programas de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade

de Brasília (UnB) e da Universidade Federal de Rondônia (UNIR) que compõe a rede em que esta investigação integrou.

## CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Camila Ribeiro da Silva atuou na concepção e no desenho da pesquisa, na coleta e análise de dados, e na escrita do artigo. Iolete Ribeiro da Silva atuou na supervisão e no financiamento do estudo, na revisão bibliográfica, nas contribuições teóricas, na orientação e no desenvolvimento de métodos, e na escrita e revisão do artigo. André Luiz Machado das Neves atuou na concepção e no desenho da pesquisa, na coleta e análise de dados, na escrita do artigo, na revisão bibliográfica, nas contribuições teóricas, na orientação e no desenvolvimento de métodos, e na edição e revisão do manuscrito.

## CONFLITO DE INTERESSES

Declaramos não haver conflito de interesses.

## FINANCIAMENTO

Fundação Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) – PROCAD (Processo N° 88887.199849/2018-00) e PDPG (Processo N.º 88887.707252/2022-00) e; Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Amazonas – Humanitas (Processo N° 01.02.016301.02186/2022-99).

## REFERÊNCIAS

1. Rocha RM. As razões do produtivismo: fricções intelectuais e capitalismo ficcional. *Galáxia* (São Paulo). 2018;39:136-49. doi: <https://doi.org/10.1590/1982-255434152>.
2. Trigueiro ESO. A medicalização social e o uso do metilfenidato no aprimoramento cognitivo farmacológico. *Res Soc Dev*. 2020;9(7):e379974301. doi: <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i7.4301>.
3. Trigueiro ESO, Leme MIS. Percepções de estudantes que visam ao ensino superior sobre medicalização e saúde mental. *Rev Psi Divers Saúde*. 2018;7(2):205-21. doi: <https://doi.org/10.17267/2317-3394rpdsv7i2.1857>.
4. Gonçalves CS, Pedro RMLR. Drogas da inteligência?: Cartografando as controvérsias do consumo da Ritalina para o aprimoramento cognitivo. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*. 2018;8(2):71-94. doi: <https://doi.org/10.26864/PCS.v8.n2.5>.
5. Castro B. Aprimoramento cognitivo e a produção de modos de subjetividade: um estudo sobre o uso de substâncias “nootrópicas” a partir de um blog brasileiro. *Saúde Soc*. 2020;29(1):e190936. doi: <https://doi.org/10.1590/s0104-12902020190936>.
6. Silva de Melo T, Souza RSB. “Pílula do estudo”: uso do metilfenidato para aprimoramento cognitivo entre estudantes de psicologia da Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG). *Rev Ciênc Saúde*. 2020;10(2):56-62. doi: <https://doi.org/10.21876/rcshci.v10i2.887>.
7. Jensen SR, Nagel S, Brey P, Ditzel T, Rodrigues R, Broadhead S, et al. SIENNA D3.1: State-of-the-art review: human enhancement. Zenodo. 2018;1(1):e741716. doi: <https://doi.org/10.5281/zenodo.4066557>.
8. Barros D, Ortega F. Metilfenidato e aprimoramento cognitivo farmacológico: representações sociais de universitários. *Saúde Soc*. 2011;20(2):350-62. doi: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902011000200008>.
9. Ehrenberg A. Le sujet cérébral. *Esprit*. 2004;309(309):130-55 [acesso em 25 jan 2023]. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/287113773\\_Le\\_sujet\\_cerebral](https://www.researchgate.net/publication/287113773_Le_sujet_cerebral).

10. Cruz TCSC, Barreto Junior EPS, Gama MLM, Maia LCM, Melo Filho MJX, Manganotti Neto O, et al. Uso não-prescrito de metilfenidato entre estudantes de Medicina da Universidade Federal da Bahia. *Gaz Méd Bahia*. 2011;1(145):3-6 [acesso em 25 jan 2022]. Disponível em: <http://www.gmbahia.ufba.br/index.php/gmbahia/article/view/1148>.
11. Conrad P. *The medicalization of society. On the transformation of human conditions into treatable disorders*. Baltimore: Johns Hopkins University Press; 2007.
12. Carneiro SG, Prado AST, Araujo ECJ, Moura HC, Strapasson JF, Rabelo NF, et al. O uso não prescrito de metilfenidato entre acadêmicos de Medicina. *Cadernos UniFOA*. 2013;8(1 esp.):53-9. doi: <https://revistas.unifoa.edu.br/cadernos/article/view/87>.
13. González Rey FL. A pesquisa e o tema da subjetividade em educação. *Psicologia da Educação*. 2001;13:9-15 [acesso em 5 fev 2022]. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/psicoeduca/article/view/32815/22634>.
14. González Rey FL. *Pesquisa qualitativa e subjetividade: os processos de construção da informação*. São Paulo: Pioneira; 2005.
15. Santana LC, Ramos NA, Azevedo BL, Neves ILM, Lima MM, Oliveira MVM. Consumo de estimulantes cerebrais por estudantes em instituições de ensino de Montes Claros/MG. *Rev Bras Educ Med*. 2020;44(1):e036. doi: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.1-20190182>.
16. Purifarma. *Piracetam Base*. São Paulo: Purifarma; 2022 [acesso em 3 jul 2023]. Disponível em: <http://purifarma.com.br/Arquivos/Produto/Piracetam%20base.pdf>.
17. Ferreira CC, Queiroz CRAA. Cafeína: uso como estimulante por estudantes universitários. *Rev Inova Ciênc Tec*. 2020;6(2):16-21 [acesso em 23 jun 2023]. Disponível em: <https://periodicos.iftm.edu.br/index.php/inova/article/view/1002>.
18. Alvarenga R, Dias MK. Epidemia de drogas psiquiátricas: tipologias de uso na sociedade do cansaço. *Psicol Soc*. 2021;33:e235950. doi: <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2021v33235950>.
19. Conceição LS, Batista CB, Dâmaso JGB, Pereira BS, Carniele RC, Pereira GS. Saúde mental dos estudantes de medicina brasileiros: uma revisão sistemática da literatura. *Avaliação (Campinas)*. 2019;24(3):785-802. doi: <https://doi.org/10.1590/S1414-40772019000300012>.
20. Lourenço TS, Bertoldo A, Santos DVD, Stefanello S. "De todos os lados, eu me sentia culpada": o sofrimento mental de estudantes de Medicina. *Rev Bras Educ Med*. 2021;45(3):e177. doi: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v45.3-20210180>.
21. Alves JGB, Tenório M, Anjos AG, Figueroa JN. Qualidade de vida em estudantes de Medicina no início e final do curso: avaliação pelo Whoqol-bref. *Rev Bras Educ Med*. 2010;34(1):91-6. doi: <https://doi.org/10.1590/S0100-55022010000100011>.
22. Lima MCP, Domingues MS, Cerqueira ATAR. Prevalência e fatores de risco para transtornos mentais comuns entre estudantes de medicina. *Rev Saúde Pública*. 2006;40(6):1035-41. doi: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102006000700011>.



This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.