

Dayana Jose

Conducător științific: Mariana Cernițanu

Catedra de sănătate mintală, psihologie medicală și psihoterapie, USMF  
„Nicolae Testemițanu”, Chișinău, Republica Moldova

**Introducere.** Studenții mediciști se confruntă cu niveluri ridicate de stres din cauza cerințelor academice, a termenelor limită, a practicii clinice și a oboselii emoționale. Acești factori contribuie la creșterea depresiei, care poate rămâne nedetectată și netratată fără o conștientizare și un sprijin adecvat. **Scop.** Evaluarea prevalenței depresiei în rândul studenților la medicină, pentru a recomanda metode eficiente de prevenire, detectare precoce și gestionare a depresiei în rândul acestora. **Material și metode.** A fost realizat un studiu transversal utilizând un chestionar validat bazat pe PHQ-9 și Inventarul Beck pentru Depresie (BDI). Datele au fost colectate anonim prin intermediul formularelor Google și analizate folosind statistici descriptive și inferențiale. Eșantion - 116 studenți internaționali de la universitatea de medicină din Moldova. **Rezultate.** Conform Inventarul Beck pentru Depresie (BDI), 19,83% au avut scoruri normale ale depresiei, în timp ce 24,14% au prezentat depresie ușoară. 23,28% au demonstrat depresie moderată. Depresia severă a fost observată la 25,00% dintre studenți, iar 12,07% au fost clasificați ca având depresie extremă. Pe baza scorurilor PHQ-9, Depresia ușoară a fost cea mai prevalentă, afectând 52,59% dintre participanți. Depresia moderată a fost observată la 5,17%, în timp ce 18,97% au experimentat depresie moderat-severă. Dintre metodele de coping cu această stare au menționat somnul 53%, discuția cu cei apropiați 49% și plimbări 42%. **Concluzii.** Cercetările au subliniat nevoia de sprijin pentru sănătatea mintală. Depresia este răspândită în rândul studenților la medicină, în special în anii mari de studii. Este importantă depistarea precoce, reducerea stigmatizării și accesul la servicii de sănătate mintală în cadrul universităților. **Cuvinte-cheie:** depresie, studenți mediciști, coping, PHQ-9, inventarul Beck.

## DEPRESSION AMONG MEDICAL STUDENTS AND THE USED METHODS TO DEAL WITH IT

Dayana Jose

Scientific adviser: Mariana Cernițanu

Department of Mental Health, Medical Psychology and Psychotherapy,  
Nicolae Testemițanu University, Chișinău, Republic of Moldova

**Introduction.** Medical students face chronic elevated stress levels due to academic demands, deadlines, the large amount of knowledge, clinical exposure, and emotional fatigue. These factors contribute to increased rates of depression, which may go undetected and untreated without proper awareness and coping support. **Objective.** To assess the prevalence of depression among medical students, in order to recommend effective methods for prevention, early detection, and management of depression among medical students. **Material and methods.** A cross-sectional study was conducted among medical students using a validated questionnaire based on the PHQ-9 and Beck Depression Inventory (BDI). Data were collected anonymously through Google Forms and analyzed using descriptive and inferential statistics. Sample - 116 of international students from medical university from Moldova. **Results.** According to the Beck Depression Inventory (BDI), 19.83% of respondents had normal depression scores, while 24.14% showed mild depression and 23.28% demonstrated moderate depression. Severe depression was observed in 25.00% of the students, and 12.07% were classified as having extreme depression. Based on PHQ-9 scores, mild depression was the most prevalent, affecting 52.59% of the participants. Moderate depression was observed in 5.17%, while 18.97% experienced moderate-severe depression. Among the used coping methods with this condition, 53% mentioned sleeping, 49% talking with loved ones, and 42% going for walks. **Conclusion.** The findings underlined the need for mental health support. Depression is prevalent among medical students, particularly in higher academic years. There is a critical need for early screening, stigma reduction and access to mental health services within universities to enhance student well-being. **Keywords:** depression, medical students, coping, PHQ-9, Beck inventory.