

Prevalência da Síndrome de Burnout em estudantes universitários: um estudo transversal em uma instituição privada

Resumo:

A inserção na vida acadêmica e no ambiente acadêmico envolve diversas mudanças na rotina e nos hábitos do indivíduo, sendo necessária adaptação e compromisso com as novas responsabilidades que surgem ao longo do caminho, podendo impactar na sua saúde mental e abrir portas para o desenvolvimento de transtornos mentais. Um desses transtornos é a síndrome de burnout, a qual reverbera na saúde física e mental dos estudantes. A pesquisa teve como objetivo avaliar a prevalência da síndrome de burnout em estudantes universitários de uma instituição privada, caracterizando dados sociodemográficos, descrevendo características clínicas e avaliando a frequência de sintomas da síndrome de burnout em estudantes. Trata-se de uma pesquisa quantitativa, transversal e descritiva, na qual foram aplicados um questionário sociodemográfico e clínico e a Escala de Burnout em Estudantes Universitários (ESB-eu). A escala considera níveis de desgaste emocional e físico, distanciamento e ineficácia da formação, para, assim, avaliar a prevalência de síndrome de burnout. Na amostra de 241 participantes, não houve alterações significativas que indicassem a presença de síndrome de burnout. Apesar disso, os resultados demonstraram alterações quanto ao desgaste emocional e físico relatados pelos participantes. Os resultados do estudo valorizaram o uso do ESB-eu e evidenciaram a importância do monitoramento da saúde mental dos estudantes durante sua formação universitária.

Palavras-chave: Vida acadêmica, saúde mental, síndrome de burnout, estudante universitário.

Prevalence of Burnout Syndrome in university students: a cross-sectional study in a private institution

Abstract:

Entering academic life and the academic environment involves several changes in the individual's routine and habits, requiring adaptation and commitment to the new responsibilities that arise along the way, which can impact their mental health and open doors to the development of disorders mental. One of these disorders is burnout syndrome, which affects the physical and mental health of students. The research evaluates the prevalence of burnout syndrome in university students in a private institution, characterizing sociodemographic data, describing clinical characteristics and evaluating the frequency of BS symptoms in students. This is a descriptive-cross-sectional quantitative research, in which a

sociodemographic questionnaire and the Burnout Scale in University Students (ESB-eu) were applied. The scale considers levels of emotional and physical exhaustion, distance and ineffectiveness of training, in order to assess the prevalence of burnout syndrome. In the sample of 241 participants, there were no significant changes that would indicate the presence of burnout syndrome. Despite this, the results demonstrated changes in the emotional and physical exhaustion reported by the participants. The results of the study valued the use of the ESB-eu and highlighted the importance of monitoring students' mental health during their university education.

Keywords: academic life; mental health; burnout syndrome; University students.

Prevalencia del Síndrome de Burnout em estudantes universitarios: um estudo transversal em uma instituição privada

Resumen:

El ingreso a la vida académica y al ambiente académico implica varios cambios en la rutina y hábitos del individuo, requiriendo adaptación y compromiso con las nuevas responsabilidades que surgen en el camino, que pueden impactar su salud mental y abrir puertas al desarrollo de trastornos mentales. Uno de estos trastornos es el síndrome de burnout, que afecta la salud física y mental de los estudiantes. La investigación evalúa la prevalencia del síndrome de burnout en estudiantes universitarios de una institución privada, caracterizando datos sociodemográficos, describiendo características clínicas y evaluando la frecuencia de síntomas de SB en estudiantes. Se trata de una investigación cuantitativa descriptiva, transversal, en la que se aplicó un cuestionario sociodemográfico y la Escala de Burnout en Estudiantes Universitarios (ESB-eu). La escala considera niveles de agotamiento emocional y físico, distancia e ineficacia del entrenamiento, con el fin de evaluar la prevalencia del síndrome de burnout. En la muestra de 241 participantes no hubo cambios significativos que indicaran la presencia de síndrome de burnout. Pese a ello, los resultados demostraron cambios en el agotamiento emocional y físico reportado por los participantes. Los resultados del estudio valoraron el uso de la ESB-eu y resaltaron la importancia del seguimiento de la salud mental de los estudiantes durante su formación universitaria.

Palabras clave: vida académica; salud mental; síndrome de burnout; Estudiantes universitarios.

INTRODUÇÃO

A introdução na vida acadêmica é um momento essencial para os estudantes, devido ao fato dela caracterizar-se por um período de diversas mudanças em diferentes áreas da vida (CASANOVA, BERNARDO; ALMEIDA, 2021). Esta fase é marcada por questões subjetivas, econômicas, sociais, vocacionais e acadêmicas (NUNES *et al.*, 2022), sendo necessário que o indivíduo utilize de seus recursos pessoais, bem como desenvolva novos com a finalidade de atingir os seus objetivos e projetos. As principais dificuldades inicialmente encontradas associadas à vida acadêmica são a adaptação frente ao curso e a instituição, o estabelecimento de novas relações com colegas e professores, assim como a gestão dos recursos econômicos e das atividades presentes no cotidiano. Em vista disso, os estudantes precisam se adaptar a novas rotinas, atividades e a um novo local com características específicas (CASANOVA; BERNARDO; ALMEIDA, 2021).

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), a saúde mental refere-se a um estado de bem-estar, no qual o indivíduo é capaz de usar suas habilidades pessoais, recuperar-se de estresses rotineiros, exercer uma produtividade e estar apto para contribuir com a sua comunidade (GAINO *et al.*, 2018). Desse modo, o cuidado com a saúde mental não se restringe apenas a minimizar riscos de internação ou controlar sintomas, envolve também questões pessoais, sociais, emocionais e financeiras (CARDOSO; GALERA, 2011).

Há diversos fatores que corroboram com a conservação da saúde mental, assim como aqueles que a impedem. Um desses fatores é o estresse extremo frente a situações experienciadas no cotidiano, manifestando-se como um processo de exaustão física e mental. O estresse ocupacional é decorrente da percepção do indivíduo de que o ambiente laboral e/ou acadêmico é prejudicial à sua saúde física e/ou mental (PERNICIOTTI *et al.*, 2020). Uma das possíveis consequências da exposição crônica a este estresse é o desencadeamento da síndrome de burnout (SB) ou esgotamento profissional (PERNICIOTTI *et al.*, 2020; TOMAZ *et al.*, 2020). A síndrome de burnout é um fenômeno que atinge profissionais, os quais possuem intenso contato com os usuários de seus serviços, como os profissionais da saúde e da educação (LACERDA; NEVES; WILK, 2024). Esta síndrome afeta a saúde física e emocional dos trabalhadores, impactando diretamente nos níveis individuais (TIBOLA *et al.*, 2023) e organizacionais dos mesmos (LA FALCE *et al.*, 2023).

Esse fato pode ser evidenciado em um estudo qualitativo realizado no Rio de Janeiro com 15 profissionais da saúde, com o objetivo de analisar os fatores associados à síndrome de burnout entre profissionais de saúde de uma Unidade Básica de Saúde (UBS), no qual foi relatado pelos participantes uma exaustão física e emocional em decorrência da grande sobrecarga de trabalho, apresentando-se como um grande fator de risco para o desenvolvimento

da síndrome de burnout (LIMA; JUNIOR; GOMES, 2023). De semelhante forma, outro estudo realizado com 194 participantes, objetivando avaliar a prevalência da síndrome de burnout e fatores associados em profissionais de nível superior vinculados à Rede de Atenção Primária de Saúde em Aracajú. Os resultados evidenciaram que fatores associados a sobrecarga de trabalho e demandas excessivas são preditores importantes para o desenvolvimento de síndrome de burnout (SILVA *et al.*, 2015). Tendo isso em vista, tais achados também são evidenciados em outras revisões de literatura (JARRUCHE; MUCCI, 2021; SOARES *et al.*, 2022).

Além da existência da síndrome de burnout em profissionais, é possível observar também em estudantes universitários. A síndrome de burnout em estudantes (SBE) é caracterizada como uma resposta ao estresse crônico decorrente do papel e das atividades do contexto acadêmico, prejudicando o compromisso e a satisfação com a formação acadêmica e a saúde em geral (CARLOTTO; CÂMARA, 2020, 2022). A síndrome de burnout em estudantes é composta por três dimensões: exaustão (sensação de estar exausto e não conseguir dar conta de suas tarefas como estudante), descrença (atitude de distanciamento em relação ao significado e a utilidade dos estudos) e ineficácia (o ensino não oportuniza aprendizagem útil para a formação profissional) (RODRIGUES *et al.*, 2020). Um estudo transversal realizado com 135 estudantes, com o objetivo de identificar a presença de burnout e suas sub escalas em estudantes de psicologia, relevou índices significativos de exaustão emocional e eficácia profissional, necessitando de um maior monitoramento e estratégias de saúde mental nas universidades (CASTRO-SILVA; MACIEL; MELO, 2021).

Em um estudo realizado com estudantes universitários, o qual levou em consideração a presença da atividade laboral, apontou que os maiores índices da síndrome de burnout correspondiam a estudantes que não trabalhavam (CARLOTTO; CÂMARA, 2023). Em vista disso, do ponto de vista psicológico e social, muitas atividades desempenhadas pelos estudantes podem ser comparáveis a de um trabalhador (CARLOTTO; CÂMARA, 2020). No meio acadêmico é exigido a realização de tarefas, atingimento de metas e a todo momento os universitários estão sendo avaliados pelos seus professores (AGUAYO *et al.*, 2019).

Os estudantes universitários podem exercer trabalhos remunerados ou não, reverberando diretamente no seu estresse ocupacional. Diariamente estes são submetidos a diferentes demandas, as quais, se persistentes ou prolongadas, podem desencadear uma síndrome de burnout. A identificação precoce de sintomas da síndrome de burnout em estudantes pode prevenir dificuldades no meio acadêmico, profissional e social (VIZOSO; ARIAS-GUNDÍN; RODRÍGUEZ, 2019). Deste modo, quanto menor o nível de burnout

menores as complicações na saúde mental, e em níveis moderados e altos, maiores os desconfortos e o sofrimento dos indivíduos que vivenciam a síndrome.

Diante disso, compreende-se que o excesso de estresse na vida acadêmica pode se tornar prejudicial para a saúde mental, podendo desencadear uma síndrome de burnout em estudantes universitários. Além disso, ainda é possível verificar a influência desse estresse nos contextos sociais, acadêmicos e profissionais. Em vista disso, o presente estudo objetivou avaliar, em uma instituição privada, a prevalência da síndrome de burnout em estudantes universitários.

METODOLOGIA/MATERIAL E MÉTODOS

Foi realizado um estudo quantitativo, transversal e descritivo com amostra por conveniência. Foram adotados como critérios de inclusão: estudantes matriculados em todos os cursos de graduação da instituição privada pesquisada, cursando a partir do 1º período e maiores de 18 anos. Como critérios de exclusão: estudantes que não responderam todas as perguntas dos questionários e trancaram a matrícula na graduação.

A pesquisa foi conduzida em conformidade aos requerimentos éticos-legais vigentes para pesquisas envolvendo seres humanos da Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS). Houve anuência institucional para submissão desta pesquisa ao sistema Plataforma Brasil/CEP/CONEP, com apreciação e aceitação pelo Comitê de Ética (CEP) da instituição pesquisada (CAAE: 74277423.4.0000.5569 e parecer de nº 6.391.595). A coleta de dados do estudo iniciou somente após a aprovação.

A coleta de dados ocorreu em uma instituição privada, em ambientes extraclasse e individualmente, de forma que as pesquisadoras convidaram à participação no estudo, esclarecendo os propósitos, procedimentos, benefícios e riscos, assegurando autonomia à colaboração voluntária de cada estudante. Além do mais, o processo foi realizado através de um questionário online, formulado pela plataforma do Google Forms, contendo um questionário sociodemográfico (sexo, idade, estado civil, curso, período, ocupação) e com características clínicas (uso de medicação, histórico psiquiátrico, histórico familiar, acompanhamento psicológico ou psiquiátrico), e o questionário da Escala de Burnout em Estudantes Universitários (ESB-eu), baseada no instrumento Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI-SS), adaptado e validado para a língua portuguesa por Carlotto e Câmara (2006). O tempo médio estimado de preenchimento dos questionários foi de 10 minutos.

O instrumento utilizado no estudo foi a Escala de Burnout em Estudantes Universitários (ESB-eu), a qual consiste em um modelo trifatorial, cujas dimensões foram denominadas de

Desgaste Emocional e Físico (DEF), Distanciamento (DIST) e Ineficácia da Formação (INEF). A escala é composta por 36 itens distribuídos em 3 dimensões: DEF (14 itens), DIST (10 itens) e INEF (12 itens). Cada subescala (DEF, DIST e INEF) possui perguntas específicas que serão avaliadas por meio de uma escala de frequência de 5 pontos variando de 0 (nunca) a 4 (todos os dias). As perguntas dentro da subescala DEF são: “1- Sinto-me emocionalmente exausto devido a meus estudos”; “2- Após minhas aulas, sinto-me com pouca energia para realizar outras atividades”; “3- Meus estudos têm feito com que eu me sinta fisicamente exausto”; “4- Sinto sensações físicas desagradáveis após um dia de estudo”; “5- Após um dia de estudo eu penso somente em descansar”; “6- Tenho dúvidas se terei energia suficiente para concluir meus estudos” (CARLOTTO; CÂMARA, 2020).

A análise de dados avalia a frequência das variáveis distribuídas em normal e/ou alterado, somando a pontuação de cada pergunta dentro delas. Para todas as subescalas, um escore igual ou menor que 5 indica normalidade, enquanto um escore maior que 5 indica alteração. A soma total de todas as subescalas indica a prevalência da escala como um todo (ESB-eu total), que sendo um escore menor ou igual a 20 indica normalidade, e sendo um escore maior que 20 indica alteração.

A análise estatística foi conduzida através do software estatístico Jamovi versão 2.4.8.0 para MacOs e Excel. Os resultados obtidos mediante os questionários sociodemográficos, clínico e o instrumento de avaliação ESB-eu foram distribuídos em tabelas de acordo com sua frequência absoluta e relativa. Para análise das variáveis categóricas, utilizou-se o teste estatístico Qui-Quadrado a fim de verificar associações, os quais foram aplicados a um intervalo de confiança de 95%.

RESULTADOS

Participaram do estudo 241 estudantes universitários de diferentes cursos de saúde da instituição pesquisada. A amostra de participantes foi composta predominantemente por estudantes do sexo feminino (82,8%), com uma média de 22,7 (DP= \pm 7,23) anos, solteiro (87,1%), do curso de psicologia (46,1%) e sem atividade laboral (72,2%). Referente as variáveis clínicas presentes no questionário utilizados, observou-se uma predominância de estudantes sem acompanhamento psicológico (56,8%) e sem acompanhamento psiquiátrico (78,4%). Além disso, a amostra também não apresentou em sua maioria diagnóstico psiquiátrico (71,41%) e sem utilização de medicação psiquiátrica (74,7%), conforme apresentado na tabela 1.

Tabela 1 - Análise descritiva dos participantes da pesquisa.

Variáveis	N	%
Sexo		
Masculino	43	17,8
Feminino	198	82,2
Estado civil		
Solteiro	210	87,1
Casado	19	7,9
Divorciado	2	0,8
União estável	6	2,5
Outros	4	1,7
Curso		
Educação física	4	1,7
Enfermagem	24	10,0
Farmácia	6	2,5
Fisioterapia	23	9,5
Medicina	43	17,8
Nutrição	19	7,9
Odontologia	11	4,6
Psicologia	111	46,1
Atividade laboral		
Sim	67	27,8
Não	174	72,2
Acompanhamento psicológico		
Sim	104	43,2
Não	137	56,8
Acompanhamento psiquiátrico		
Sim	52	21,6
Não	189	78,4
Diagnóstico psiquiátrico		
Sim	69	28,6
Não	172	(71,4
Medicação psiquiátrica		
Sim	61	25,3
Não	180	74,7

Fonte: elaborado pelos autores

Os domínios avaliados na ESB-eu foram: ESB-eu TOTAL, ESB-eu DEF, ESB-eu DIST e ESB-eu INEF. Em relação ao domínio ESB-eu TOTAL, a maioria dos participantes (68,0%) corresponderam dentro da normalidade, não apresentando indicativo de síndrome de burnout. No domínio ESB-eu DEF, a amostra de 222 (92,1%) participantes deu alterada, indicando desgaste emocional e físico. No domínio ESB-eu DIST, a amostra indicou que 197 (81,7%) participantes estavam dentro da normalidade. No último domínio, correspondente ao ESB-eu INEF, 82,2% dos participantes corresponderam dentro da normalidade. (Tabela 2)

Tabela 2 - Análise descritiva dos domínios avaliados, total, variações e interpretação.

Domínios avaliados	Escores máximo	Média (±DP*)	Mediana	Variação observada	Interpretação		%	
					Normal	Alterado	Normal	Alterado
ESB-eu TOTAL	56	17,7 (±8,48)	16,0	0-49	164	77	68,0	32,0
ESB-eu DEF	24	12,7 (±4,84)	12,0	0-24	19	222	7,9	92,1
ESB-eu DIST	16	2,39 (±3,44)	1,0	0-16	197	44	81,7	18,3
ESB-eu INEF	16	2,59 (±3,18)	1,0	0-16	198	43	82,2	17,8

Em relação a busca de associações entre as variáveis presentes no instrumento de avaliação ESB-eu e as variáveis sociodemográficas e clínicas, houve associação significativa entre diagnóstico psiquiátrico e ESB-eu TOTAL, estado civil e ESB-eu DIST, atividade laboral e ESB-eu DIST, sexo e ESB-eu INEF, curso e ESB-eu INEF e medicação psiquiátrica e ESB-eu INEF (Tabela 3).

Variáveis	ESB-eu TOTAL			ESB-eu DEF			ESB-eu DIST			ESB-eu INEF		
	Alterado	Normal	p-valor*	Alterado	Normal	p-valor*	Alterado	Normal	p-valor*	Alterado	Normal	p-valor*
	n (%)	n (%)		n (%)	n (%)		n (%)	n (%)		n (%)	n (%)	
Sexo			0,530*			0,103*			0,170*			0,031*
Masculino	12 (27,9)	31 (72,1)		37 (86,0)	6 (14,0)		11 (25,6)	32 (74,4)		11 (25,6)	32 (74,4)	
Feminino	65 (32,8)	133 (62,7)		185 (93,4)	13 (6,6)		33 (16,7)	165 (83,3)		31 (15,7)	166 (84,3)	
Estado civil			0,815*			0,854*			0,014*			0,505*
Solteiro	67 (31,9)	143 (68,1)		192 (91,4)	18 (8,6)		37 (17,6)	173 (82,4)		37 (17,6)	173 (82,4)	
Casado	5 (26,3)	14 (73,7)		18 (94,7)	1 (5,3)		2 (10,5)	17 (89,5)		3 (15,8)	16 (84,2)	
Divorciado	1 (50,0)	1 (50,)		2 (100,0)	0 (0,0)		1 (50,0)	1 (50,0)		1 (50,0)	1 (50,0)	
União estável	3 (25,0)	3 (75,0)		6 (100,0)	0 (0,0)		4 (66,7)	2 (33,3)		2 (33,3)	4 (66,7)	
Outros	1 (1,3)	3 (1,8)		4 (100,0)	0 (0,0)		0 (0,0)	4 (100,0)		0 (0,0)	4 (100,0)	
Curso			0,307*			0,226*			0,239*			0,051*
Educação física	0 (0,0)	4 (100,0)		3 (75,0)	1 (25,0)		1 (25,0)	3 (75,0)		0 (0,0)	4 (100,0)	
Enfermagem	9 (37,5)	15 (62,5)		24 (100,0)	0 (0,0)		3 (12,5)	21 (87,5)		1 (4,2)	3 (95,8)	
Farmácia	2 (33,3)	4 (66,7)		6 (100,0)	0 (0,0)		3 (50,0)	3 (50,0)		1 (16,7)	5 (83,3)	
Fisioterapia	6 (26,1)	17 (73,9)		21 (91,3)	2 (8,7)		2 (8,7)	21 (91,3)		2 (8,7)	21 (91,3)	
Medicina	9 (20,9)	34 (79,1)		41 (95,3)	2 (4,7)		6 (14,0)	37 (86,0)		5 (11,6)	38 (88,4)	
Nutrição	6 (31,6)	13 (68,4)		15 (78,9)	4 (21,1)		4 (21,1)	15 (78,9)		7 (35,8)	12 (63,2)	
Odontologia	2 (18,2)	9 (81,8)		10 (90,9)	1 (9,1)		4 (36,4)	7 (63,6)		1 (9,1)	10 (90,9)	
Psicologia	43 (38,7)	68 (61,3)		102 (91,9)	9 (8,1)		21 (18,9)	90 (81,1)		26 (23,4)	85 (76,6)	
Atividade laboral			0,664*			0,147*			0,012*			0,695*
Sim	20 (29,9)	47 (70,1)		59 (88,1)	8 (11,9)		19 (28,4)	48 (71,6)		13 (19,4)	54 (80,6)	
Não	57 (32,8)	117 (67,2)		163 (93,7)	11 (6,3)		25 (14,4)	149 (85,6)		30 (17,2)	144 (82,8)	

Acompanhamento psicológico			0,830*		0,123*		0,311*		0,131*	
Sim	34 (32,7)	70 (67,3)		99 (95,2)	5 (4,8)		22 (21,2)	82 (78,8)	23 (22,1)	81 (77,9)
Não	43 (31,4)	94 (68,86)		123 (89,8)	14 (10,2)		22 (16,1)	115 (83,9)	20 (14,6)	117 (85,4)
Acompanhamento psiquiátrico			0,070*		0,222*		0,545*		0,481*	
Sim	22 (42,3)	30 (57,7)		50 (96,2)	2 (3,8)		8 (18,3)	197 (81,7)	11 (21,2)	41 (78,8)
Não	55 (29,1)	134 (70,9)		172 (91,0)	17 (9,0)		36 (19,0)	153 (81,0)	32 (16,9)	157 (83,1)
Diagnóstico psiquiátrico			0,015*		0,197*		0,209*		0,317*	
Sim	30 (43,5)	39 (56,5%)		66 (95,7)	3 (4,3)		16 (23,2)	53 (76,8)	15 (21,7)	54 (78,3)
Não	47 (27,3)	125 (72,7)		156 (90,7)	16 (9,3)		28 (16,3)	144 (83,7)	28 (16,3)	144 (83,7)
Medicação psiquiátrica			0,080*		0,320*		0,958*		0,048*	
Sim	25 (32,0)	36 (59,0)		58 (95,1)	3 (4,9)		11 (18,0)	50 (82,0)	18 (26,2)	45 (73,8)
Não	52 (28,9)	128 (71,1)		164 (91,1)	16 (8,9)		33 (18,3)	147 (81,7)	27 (15,0)	153 (85,0)

Tabela 3 - Associação entre as variáveis sociodemográficas, clínicas e a ESB-eu

Fonte: elaborada pelos autores

(*) Teste Qui-Quadrado

DISCUSSÃO

O presente estudo não encontrou prevalência de síndrome de burnout nos estudantes da amostra selecionada. Esses resultados podem ser evidenciados em outro estudo realizado em Goiás com 81 estudantes do curso de medicina, os quais não evidenciaram a presença de sintomatologia compatível com o quadro de síndrome de burnout, apesar dos níveis moderados de exaustão emocional e descrença pessoal, quando comparados com os níveis de satisfação pessoal (PRADO *et al.*, 2019). De semelhante forma, outro estudo brasileiro realizado no Pará, com o objetivo de identificar a prevalência da síndrome de burnout em estudantes de fisioterapia, evidenciou baixos índices nos escores obtidos no instrumento utilizado, apesar de encontrar alterações na concentração, dificuldade de interação com colegas de turma e queda no desempenho acadêmico (SILVA *et al.*, 2022).

Apesar disso, outros estudos destacam a prevalência da síndrome de burnout em estudantes universitários, conforme evidenciado no estudo com 22.893 estudantes chineses, encontrou resultados significativos com 59,9% da amostra com sintomas compatíveis a esgotamento acadêmico (LIU *et al.*, 2023). Resultados como esses, também podem ser evidenciados em revisões sistemáticas, destacando os níveis moderados de esgotamento vivenciado por estudantes universitários (RAHMANIA EL BARUSI; KURNIAWATI, 2024; ROSALES-RICARDO *et al.*, 2021; SILVESTRE *et al.*, 2021).

Entretanto, o presente estudo encontrou associações significativas entre a presença de diagnóstico psiquiátrico a relação com a ESB-eu TOTAL. Estudos prévios destacam que a presença de algum quadro psiquiátrico prévio pode ser preditor para o desenvolvimento de síndrome de burnout em estudantes universitários (CABALLERO; BRESO; GUTIÉRREZ, 2015; CONTRERAS ESTRADA *et al.*, 2015; LIMA *et al.*, 2022). Um estudo colombiano, realizado com 802 estudantes de diferentes cursos de saúde, evidenciou a presença de sintomatologias referentes a quadros de ansiedade e depressão influenciavam na síndrome de burnout acadêmica, assim como no engajamento do estudante em atividades acadêmicas, ineficácia e baixa desempenho acadêmico (CONTRERAS ESTRADA *et al.*, 2015).

Outra variável analisada no estudo, foi a relação entre o estado civil e ESB-eu DIST. Estudos prévios demonstram a relação dos baixos níveis de síndrome de burnout e a presença de um relacionamento afetivo estável pode ser um fator protetor na relação com a síndrome de burnout acadêmica (AGHAJANI LIASI *et al.*, 2021; SHOKRPOUR *et al.*, 2020). Um estudo realizado no Irã feito com 123 estudantes de medicina, a partir da análise estatística não evidenciou associações estatística entre o estado civil e a presença de sintomatologia

compatível com o quadro de síndrome de burnout acadêmica (AGHAJANI LIASI *et al.*, 2021). De semelhante forma, resultados similares foram encontrados em um estudo conduzido com 195 estudantes iranianos do curso de medicina, evidenciando a importância de relacionamentos afetivos estáveis como fator protetivo na sintomatologia de síndrome de burnout acadêmica (SHOKRPOUR *et al.*, 2020).

Referente a correlação de variáveis encontradas de atividade laboral e o ESB-eu DIST, pode-se encontrar resultados similares em outros estudos observados na literatura sobre a importância de compreender mais essa correlação (CÂMARA; CARLOTTO, 2024; DRĂGHICI; CAZAN, 2022; FIORILLI *et al.*, 2022). Um estudo da Romênia realizado com 151 estudantes universitários com o objetivo de analisar as diferenças entre a síndrome de burnout em diferentes contextos, relacionado ao trabalho e contexto acadêmico. Os resultados do estudo demonstraram o papel da atividade laboral como moderador níveis de ansiedade e burnout na amostra pesquisada, influenciando no ajustamento acadêmico (DRĂGHICI; CAZAN, 2022). Outro estudo realizado no Brasil com 1169 estudantes universitários, com o objetivo de identificar o poder preditivo dos estressores acadêmicos sobre a síndrome de burnout em estudantes universitários. Apesar dos resultados não evidenciarem uma relação direta do status de trabalho com a prática do trabalho, mas as dificuldades na conciliação dos estudos com a prática do estágio profissional (CÂMARA; CARLOTTO, 2024).

Uma outra associação encontrada no presente estudo, diz respeito a relação entre o sexo e o ESB-eu INEF, aspecto esse observado e destacado em outros estudos encontrados na literatura (FIORILLI *et al.*, 2022; KHAIRANI; SANO, 2020; LIU *et al.*, 2023). Um estudo realizado na Indonésia com 218 estudantes universitários com o objetivo de analisar uma visão geral e diferenças nas condições da síndrome de burnout acadêmica entre estudantes do sexo masculino e feminino, demonstrou que apesar de não haver diferença estatística entre a amostra analisada, os autores discorrem sobre a propensão de uma maior suscetibilidade de quadro de síndrome de burnout acadêmica em homens (KHAIRANI; SANO, 2020). Em contrapartida, outros dois estudos realizados demonstram que na amostra pesquisada, existe uma maior propensão do desenvolvimento do quadro de síndrome de burnout acadêmica em mulheres universitárias (FIORILLI *et al.*, 2022; LIU *et al.*, 2023).

Estudos anteriores destacam sobre a influência que fatores estressores associados a diferentes cursos de saúde podem acarretar para influenciar no quadro de desenvolvimento da síndrome de burnout em acadêmicos (CAZOLARI *et al.*, 2020; GALDINO *et al.*, 2020; LOPES; GUIMARÃES, 2016; MUCAVÊA; ABACAR; ALIANTE, 2020; TAVARES *et al.*, 2020). Um estudo transversal com 419 acadêmicos de medicina, com o objetivo de identificar a prevalência da síndrome de burnout entre

acadêmicos de Medicina e os fatores associados a esta condição. Os resultados encontrados no estudo dos autores evidenciaram alterações em diferentes domínios de exaustão emocional, descrença e eficácia profissional (TAVARES *et al.*, 2020). Um outro estudo brasileiro realizado com 302 acadêmicos de Medicina, com o objetivo de avaliar e descrever os níveis de síndrome de burnout e qualidade de vida dos estudantes de Medicina da Universidade Federal de São Paulo. Os resultados encontrados pelos autores destacam uma variação de níveis baixos e moderados, com ênfase em níveis significativos na descrença e eficácia profissional (CAZOLARI *et al.*, 2020).

Outro grupo que apresentou resultados significativos na pesquisa em relação ao curso, foram estudantes do curso de Psicologia. Um estudo realizado com 111 estudantes de psicologia de uma universidade privada, com o objetivo de averiguar a incidência de casos da síndrome de burnout em estudantes universitários do curso de Psicologia, bem como investigar sua associação às variáveis acadêmicas e sociodemográficas. Os resultados encontrados pelos autores, apesar de não evidenciarem níveis significativos de síndrome de burnout, encontraram índices significativos de sentimento de descrença e exaustão emocional na amostra pesquisa (LOPES; GUIMARÃES, 2016). De semelhante forma, um estudo transversal realizado com 135 estudantes universitários do curso de Psicologia, destacou uma prevalência de 20% de síndrome de burnout na amostra pesquisada, além de índices significativos quanto a eficácia profissional e exaustão emocional quando analisados em comparação com os períodos da graduação (CASTRO-SILVA; MACIEL; MELO, 2021)

Ao analisar a última correlação encontrada no presente estudo, observou-se uma associação significativa entre o uso de medicação psiquiátrica e o domínio do ESB-eu INEF, destacando assim outros achados encontrados na literatura (ASSUNÇÃO; MARÔCO, 2020; CHAVES *et al.*, 2021; SOUZA; ALMEIDA; FERREIRA, 2019). Um estudo português realizado com 1067 estudantes universitários, objetivando analisar a associação entre variáveis psicológicas como o envolvimento acadêmico, a síndrome de burnout e o suporte social na tomada de medicação nos estudantes do ensino superior em Portugal, em função da sua finalidade. Os resultados evidenciados pelos autores destacam o poder preditivo que índices de síndrome de burnout e envolvimento social são variáveis importantes a serem analisadas quando se trata do uso de medicação em estudantes universitários (ASSUNÇÃO; MARÔCO, 2020). De semelhante forma, um estudo realizado com 492 estudantes de medicina no Brasil, evidenciou que 17,4% da amostra pesquisada apresentava sintomas compatíveis com a síndrome de burnout acadêmica, além disso, destacaram uma maior prevalência em estudantes que realizavam acompanhamento psicológico e psiquiátrico e uso de medicação (SOUZA; ALMEIDA; FERREIRA, 2019). Tais achados destacados, também podem ser encontrados em outro estudo brasileiro que destacou que sintomas compatíveis a síndrome de burnout acadêmica em 523 estudantes universitários, houve relação significativa com a presença de um maior uso de hipnóticos e má qualidade de sono

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo demonstrou a presença ou não de síndrome de burnout em estudantes universitários de uma instituição privada, bem como os fatores prevalentes em cada subescala do instrumento usufruído na análise de dados. Tais resultados valorizaram o uso da ESB-eu e evidenciaram a importância do monitoramento da saúde mental dos estudantes durante sua formação acadêmica universitária. No entanto, apresentou relações significativas entre a síndrome de burnout acadêmica e diferentes variáveis sociodemográficas clínicas observadas no estudo.

Com isso, torna-se fundamental fomentar discussões no meio acadêmico acerca da relação entre a vida universitária e a saúde mental, visando transformar as experiências acadêmicas em mais positivas, além de proporcionar apoio e acolhimento institucional aos estudantes, de forma que valorize a dimensão psicológica nesta fase de construção de conhecimentos e preparo para a vida profissional.

Para compreender melhor o perfil e as necessidades dos alunos da instituição, cabe à mesma optar por utilizar ou construir ferramentas e traçar questionários e entrevistas com os estudantes, visando a manutenção do bem-estar dos mesmos e o aprimoramento de abordagens de acolhimento por parte da instituição.

REFERÊNCIAS

- AGHAJANI LIASI, G.; MAHDI NEJAD, S.; SAMI, N.; KHAKPOUR, S.; GHORBANI YEKTA, B. The prevalence of educational burnout, depression, anxiety, and stress among medical students of the Islamic Azad University in Tehran, Iran. **BMC Medical Education**, v. 21, n. 1, 1 dez. 2021.
- AGUAYO, R.; CAÑADAS, G. R.; ASSBAA-KADDOURI, L.; CAÑADAS-DE LA FUENTE, G. A.; RAMÍREZ-BAENA, L.; ORTEGA-CAMPOS, E. A risk profile of sociodemographic factors in the onset of academic burnout syndrome in a sample of university students. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 16, n. 5, p. 1–10, 1 mar. 2019.
- ASSUNÇÃO, H.; MARÔCO, J. Utilização de medicamentos em estudantes universitários com Burnout. **Psicologia, Saúde & Doença**, v. 21, n. 01, p. 15–21, mar. 2020.
- CABALLERO, C. C.; BRESO, É.; GUTIÉRREZ, O. G. Burnout in university students. **Psicología desde El Caribe**, v. 32, n. 3, p. 89–108, 1 set. 2015.
- CÂMARA, S. G.; CARLOTTO, M. S. Academic stressors as predictors of burnout syndrome in university students. **Revista Brasileira de Educação**, v. 29, 2024.

CARDOSO, L.; GALERA, S. A. F. Mental health care today. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 45, n. 3, p. 685–689, 2011. Disponível em: <www.scielo.br/reeusp>.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Escala de Avaliação da Síndrome de Burnout em Estudantes Universitários (ESB-eu): construção e evidências de validade. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, p. e171974013, 5 maio 2020.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Síndrome de Burnout em estudantes universitários trabalhadores e não trabalhadores. **Revista Estudos Psicológicos**, v. 3, n. 3, p. 21–34, 19 jul. 2023.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. As Intenções de abandonar o curso universitário: um estudo de predição e mediação. **Revista Educação em Questão**, v. 60, n. 65, p. 1–21, 19 out. 2022.

CASANOVA, J. R.; BERNARDO, A. B.; ALMEIDA, L. S. Dificuldades na adaptação acadêmica e intenção de abandono de estudantes do primeiro ano do Ensino Superior. **Revista de Estudios e Investigacion en Psicologia y Educacion**, v. 8, n. 2, p. 211–228, 2021.

CASTRO-SILVA, I. L.; MACIEL, J. A. C.; MELO, M. M. de. Saúde mental e vida universitária: desvendando burnout em estudantes de Psicologia. **Revista SUSTINERE**, v. 9, n. 1, p. 5–22, 2021.

CAZOLARI, P. G.; CAVALCANTE, M. de S.; DEMARZO, M. M. P.; COHRS, F. M.; SANUDO, A.; SCHVEITZER, M. C. Burnout and Well-Being Levels of Medical Students: a Cross-Sectional Study. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. 4, 2020.

CHAVES, E. P.; XIMENES, T. M. B.; ROCHA, P. B. de C.; KUBRUSLY, M.; PEIXOTO, R. A. C.; PEIXOTO JUNIOR, A. A. Use of hypnotics, sleep quality and Burnout syndrome in medical students. **SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)**, v. 17, n. 4, p. 74–82, 31 dez. 2021.

CONTRERAS ESTRADA, M. I.; BALTAZAR, R. G.; CORTES, S. L.; RODRÍGUEZ, G. A.; SANTACRUZ, G. H. Relación del burnout y el engagement con depresión, ansiedad y rendimiento académico en estudiantes universitarios. **Salud Uninorte**, v. 30, n. 1, p. 1–9, 2015.

DRĂGHICI, G. L.; CAZAN, A. M. Burnout and Maladjustment Among Employed Students. **Frontiers in Psychology**, v. 13, n. 825588, p. 1–10, 22 abr. 2022.

FIORILLI, C.; BARNI, D.; RUSSO, C.; MARCHETTI, V.; ANGELINI, G.; ROMANO, L. Students' Burnout at University: The Role of Gender and Worker Status. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 18, p. 1–15, 1 set. 2022.

GAINO, L. V.; DE SOUZA, J.; CIRINEU, C. T.; TULIMOSKY, T. D. The mental health concept for health professionals: a cross-sectional and qualitative study. **SMAD, Rev.**

Eletrônica Saúde Mental Álcool Drogas, v. 14, n. 2, p. 108–116, 2018. Disponível em: <www.revistas.usp.br/smad/OriginalArticle>.

GALDINO, M. J. Q.; DE ALMEIDA, L. P. B. M.; DA SILVA, L. F. R.; CREMER, E.; SCHOLZE, A. R.; MARTINS, J. T.; DO CARMO FERNANDEZ LOURENÇO HADDAD, M. Burnout among nursing students: A mixed method study. **Investigacion y Educacion en Enfermeria**, v. 38, n. 1, 2020.

JARRUCHE, L. T.; MUCCI, S. Burnout syndrome in healthcare professionals: An integrative review. **Revista Bioetica**, v. 29, n. 1, p. 162–173, 1 jan. 2021.

KHAIRANI, Y.; SANO, A. The Differences of Burnout among Students based on Gender. **RedWhite Press**, v. 5, p. 104–110, 2020. Disponível em: <<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>>.

LA FALCE, J. L.; SANTOS, C. B.; DE MUYLDER, C. F.; VERWAAL, E.; MACHADO GUIMARAES, L. D. V. Influence of Burnout on the organizational commitment of healthcare professionals. **RAE Revista de Administracao de Empresas**, v. 63, n. 3, 2023.

LACERDA, G. M. O. de; NEVES, L. R. de L.; WILK, M. M. G. de S. Síndrome de Burnout em Profissionais de Saúde que Atuam em Unidades de Terapia Intensiva: uma revisão integrativa. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 7, n. 14, p. 1–14, 11 abr. 2024.

LIMA, G. A. de; MEURER, A. M.; LOPES, I. F.; ANTONELLI, R. A. Síndrome de Burnout, ansiedade, desempenho acadêmico e características autodeclaradas de estudantes da área de negócios. **RACE - Revista de Administração, Contabilidade e Economia**, v. 20, n. 3, p. 351–380, 28 abr. 2022.

LIMA, L. A. de O.; JUNIOR, P. L. D.; GOMES, O. V. de O. A saúde mental e esgotamento profissional: um estudo qualitativo sobre os fatores associados à síndrome de burnout entre profissionais de saúde. **Boletim de Conjuntura**, v. 16, n. 47, p. 1–22, 2023. Disponível em: <www.ioles.com.br/bocaBOLETIMDECONJUNTURA>.

LIU, Z.; XIE, Y.; SUN, Z.; LIU, D.; YIN, H.; SHI, L. Factors associated with academic burnout and its prevalence among university students: a cross-sectional study. **BMC Medical Education**, v. 23, n. 1, 1 dez. 2023.

LOPES, F. L.; GUIMARÃES, G. S. Estudo da Síndrome de Burnout em Estudantes de Psicologia. **Psicologia: Ensino & Formação**, v. 7, n. 1, p. 40–58, 31 jul. 2016.

MUCAVÊA, P. L. A.; ABACAR, M.; ALIANTE, G. Burnout em estudantes de psicologia de uma universidade pública em Moçambique. **Trabalho (En) Cena**, v. 5, n. 1, p. 163–180, 2020.

NUNES, L. F. de O. M.; SILVA, T. A. S. M. da; SILVA, E. A. da; RICCI, A. Q.; ALVES, M. Os impactos da trajetória acadêmica na saúde mental dos graduandos. **Revista Pró- Universus**, v. 13, n. 1, p. 118–123, 2022.

PERNICIOTTI, P.; VICENTE SERRANO JÚNIOR, C.; VIDIGAL GUARITA, R.; JUNQUEIRA MORALES, R.; WILMA ROMANO, B. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. **Revista da SBPH**, v. 23, n. 1, p. 35–52, 2020.

PRADO, M. S. F. M.; NORTE, N. M.; CARVALHO, I. G. M. de; SOUSA, I. F. de; ALMEIDA, R. J. de. Avaliação da Síndrome de Burnout entre estudantes do último ano de um curso de medicina do Brasil. **Arquivos de Ciências da Saúde**, v. 26, n. 1, p. 41, 28 ago. 2019.

RAHMANIA EL BARUSI, A.; KURNIAWATI, F. Systematic Literature Review: A Study of Academic Burnout among Undergraduate Students in Universities. **International Journal of Science Education and Cultural Studies**, v. 3, n. 1, p. 1–18, 25 jan. 2024.

RODRIGUES, C. S.; DEUS, M. L. A. de; ANDRADE, F. T. de; REZENDE, G. B.; MARIANO, L. de Á.; SÉ, A. B. Evaluation of Burnout Syndrome Prevalence in Medical Students. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. 4, p. 1–8, 2020.

ROSALES-RICARDO, Y.; RIZZO-CHUNGA, F.; MOCHA-BONILLA, J.; FERREIRA, J. P. Prevalence of burnout syndrome in university students: A systematic review. **Salud Mental**, v. 44, n. 2, p. 91–102, 2021.

SHOKRPOUR, N.; BAZRAFAN, L.; ARDANI, A.; NASIRAEI, S. The factors affecting academic burnout in medical students of Mashhad University of Medical Sciences in 2013-2015. **Journal of Education and Health Promotion**, v. 9, n. 1, 1 set. 2020.

SILVA, I. C. S. da; SÁ, F. A. F. de; PINHEIRO, J. A.; BRITO, A. J. C.; VASCONCELOS, Y. B. de; DIAS, B. A. C.; DIAS, G. A. da S. Prevalência da Síndrome de Burnout em estudantes do curso de fisioterapia de uma universidade pública. **Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, v. 14, n. v14n2, p. 1, 2022.

SILVA, S. C. P. S.; NUNES, M. A. P.; SANTANA, V. R.; REIS, F. P.; NETO, J. M.; LIMA, S. O. Burnout syndrome in professionals of the primary healthcare network in aracaju, Brazil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 11, p. 3011–3020, 2015.

SILVESTRE, R.; DA CRUZ, M. S.; CARVALHO E SILVA, M. J.; MELLO, T. H. T.; CESCO, Y. P.; GUERRA, P. H. Metanálise das prevalências da Síndrome de Burnout em discentes de escolas medicas brasileiras. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 10, n. 3, p. 522–531, 26 nov. 2021.

SOARES, J. P.; OLIVEIRA, N. H. S. de; MENDES, T. de M. C.; RIBEIRO, S. da S.; CASTRO, J. L. de. Burnout-related factors in health professionals during the Covid-19 pandemic: an integrative review. **Saúde Debate**, v. 46, n. 1, p. 385–398, 2022.

SOUZA, A. C. C. R. de; ALMEIDA, A. A.; FERREIRA, A. de A. Prevalência da síndrome de burnout e a importância do autocuidado nos estudantes de medicina da Faculdade de Ciências Médicas de Minas Gerais. **Revista Interdisciplinar Ciências Médicas**, v. 3, n. 1, p. 29–36, 2019.

TAVARES, H. H. F.; SILVA, H. R. S. da; MIRANDA, I. M. M.; BRAGA, M. S.; SANTOS, R. de O.; GUERRA, H. S. Qualidade de vida e burnout entre estudantes de medicina que vivenciam o método de Aprendizagem Baseada em Problemas. **Mundo da Saúde**, v. 44, n. e0082020, p. 280–289, 2020.

TIBOLA, A. J.; ZARDO, A.; SOUZA, A. P. de; BORILLE, D. C.; PINCULINI, A. P. G.; AMARAL, R. F. Síndrome de Burnout em profissionais da área da saúde: uma revisão integrativa da literatura. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 1, p. e24412139797, 10 jan. 2023.

TOMAZ, H. C.; TAJRA, F. S.; LIMA, A. C. G.; DOS SANTOS, M. M. Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família. **Interface: Communication, Health, Education**, v. 24, p. 1–15, 2020.

VIZOSO, C.; ARIAS-GUNDÍN, O.; RODRÍGUEZ, C. Exploring coping and optimism as predictors of academic burnout and performance among university students. **Educational Psychology**, v. 39, n. 6, p. 768–783, 3 jul. 2019.