

Actas do 13º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde

Organizado por Henrique Pereira, Samuel Monteiro, Graça Esgalhado, Ana Cunha, & Isabel Leal

30 de Janeiro a 1 de Fevereiro de 2020, Covilhã: Faculdade de Ciências da Saúde

ENVOLVIMENTO E BURNOUT NO ENSINO SUPERIOR EM PORTUGAL

João Marôco¹ & Hugo Assunção¹

¹ William James Center for Research, ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

O envolvimento e o *burnout* têm um grande impacto em variáveis académicas, e psicológicas. Historicamente estes dois conceitos foram considerados como polos opostos de um mesmo espectro de envolvimento-*burnout* (Maslach & Leiter, 1997). Nesta concepção níveis elevados de *burnout* corresponderiam a baixos níveis de envolvimento, e vice-versa. No entanto, estudos recentes demonstraram que, embora os dois conceitos se encontrem fortemente relacionados, eles devem ser medidos de forma independente (Schaufeli, Martínez, Pinto, Salanova, & Bakker, 2002).

O envolvimento académico pode actuar como um antídoto para baixos resultados académicos, leva a uma maior auto-eficácia e a uma menor incidência de problemas de desempenho e abandono escolar (Fredricks, Blumenfeld, & Paris, 2004; Krause & Coates, 2008; Reschly & Christenson, 2012; Wang & Eccles, 2012).

O *burnout* é uma condição grave que tem sido associada a vários sintomas de sofrimento físico e psicológicos (Koeske & Koeske, 1991; Watson, Deary, Thompson, & Li, 2008). Quando elevadas exigências cognitivas ocorrem sobre pressão de tempo, os alunos experienciam stress crónico que, com o tempo, pode levar a sintomas da síndrome de *burnout* (Cushman & West, 2006). Em estudantes universitários esta síndrome tem sido associada a baixo rendimento cognitivo (Sandström, Rhodin, Lundberg, Olsson, & Nyberg, 2005), baixo rendimento académico, abandono escolar (Dyrbye et al., 2009; Koeske & Koeske, 1991), sintomas depressivos (Ahola, Hakanen, Perhoniemi, & Mutanen, 2014) e até mesmo ideias suicidas (Dyrbye et al., 2008).

Dada a gravidade das consequências negativas associadas a esta síndrome, é importante avaliar a sua prevalência no ensino superior e as

possíveis consequências para a saúde pública. O objectivo deste estudo é descrever a prevalência do envolvimento e *burnout* académico no ensino superior, de modo a sensibilizar a comunidade para a seriedade deste fenómeno.

Para medir o síndrome de *burnout* utilizámos o MBI-SSi (Marôco, Marôco, & Campos, 2014). O *burnout* académico é definido como exaustão cognitiva e emocional devido às exigências académicas, a sentimentos de incapacidade e ineficácia e uma atitude cínica em relação aos estudos, aos professores e colegas. A conceptualização tri-factorial do Burnout foi confirmada em várias amostras de diferentes países e áreas de estudo (Dyrbye et al., 2009; Marôco & Tecedor, 2009) e a sua validade concorrente avaliada em relação a outras medidas de *burnout* (Marôco & Campos, 2012).

Para medir o envolvimento académico utilizamos o “University Students Engagement Inventory” (USEI) que conceptualiza o envolvimento nas suas dimensões comportamentais, cognitivas e emocionais. A dimensão comportamental está relacionada a comportamentos normativos positivos, como por exemplo, o respeito das regras sociais e institucionais. A dimensão cognitiva refere-se aos pensamentos, percepções e estratégias dos alunos em relação à aquisição de conhecimento ou ao desenvolvimento de competências académicas, por exemplo a capacidade de organizar e integrar informações diferentes. A dimensão emocional refere-se a sentimentos positivos e negativos relacionados com o processo de aprendizagem, actividades em sala de aula, colegas e professores. O USEI apresenta validade, fiabilidade e invariância métrica entre géneros e áreas de estudo na população portuguesa (Sinval, Casanova, Marôco, & Almeida, 2018).

MÉTODO

Participantes

Participaram 1066 estudantes portugueses do ensino superior (65% ♀; $M=22,8$ anos, $DP=6.2$ anos). Os dados foram recolhidos online através da plataforma Qualtrics e distribuídos através das associações de estudantes

e redes sociais. O consentimento informado e a confirmação de inscrição em uma instituição de ensino superior foram requeridos antes de iniciar o questionário.

Instrumentos

O inventário de envolvimento académico (USEI) (João Maroco, Maroco, Bonini Campos, & Fredricks, 2016) foi utilizada como medida de envolvimento académico. O envolvimento académico foi conceptualizado como um constructo de segunda ordem reflectido nas dimensões de primeira ordem: comportamental, cognitiva e emocional. O USEI consiste em 15 itens ordinais de auto-relato. A sua escala de respostas varia entre ‘0-Nunca’ e ‘4-Sempre’ e o ponto central da escala é ‘2-Algumas vezes’.

O inventário de *burnout* MBI-SSi (Marôco, Tecedero, et al., 2014) foi utilizado como medida de *burnout* académico. O *burnout* académico é conceptualizado como constructo de segunda ordem reflectido nas dimensões de primeira ordem: exaustão, cinismo e ineficácia. O MBI-SSi consiste em 15 itens ordinais de auto-relato cuja escala de resposta varia entre ‘0-Nunca’ e ‘6-Todos os dias’ e o ponto central da escala é ‘3-Poucas vezes por mês’.

RESULTADOS

A média e desvio padrão do envolvimento e o *burnout* académico foram descritos por género (Tabela 1), área de estudos (Tabela 2) e distrito (Tabela 3 e Figura 1).

Tabela 1

Média e desvio padrão do envolvimento e burnout académico por género

| Género | <i>N</i> | % | Taxa de amostragem | Envolvimento <i>M (SD)</i> | Burnout <i>M(SD)</i> |
|-----------|----------|-------|--------------------|----------------------------|----------------------|
| Masculino | 370 | 34.7% | .21% | 2.95 (.58) | 3.29 (1.65) |
| Feminino | 697 | 65.3% | .33% | 3.03 (.58) | 3.49 (1.69) |

Tabela 2

Média e desvio padrão do envolvimento e burnout académico por área de estudos

| Área de estudos | N | % | Taxa de amostragem | Envolvimento <i>M(SD)</i> | Burnout <i>M(SD)</i> |
|---------------------|-----|-------|--------------------|---------------------------|----------------------|
| Ciências Humanas | 356 | 33.4% | 0.28% | 3.10 (.60) | 3.18 (1.71) |
| Ciências Exatas | 316 | 29.6% | 0.96% | 2.84 (.57) | 3.54 (1.66) |
| Ciências da Saúde | 292 | 27.4% | 0.50% | 3.05 (.56) | 3.46 (1.66) |
| Ciências Biológicas | 103 | 09.7% | 1.22% | 3.00 (.53) | 3.74 (1.57) |

Tabela 3

Média e desvio padrão do envolvimento e burnout académico por distrito

| Distrito | N | % | Taxa de amostragem | Envolvimento <i>M (SD)</i> | Burnout <i>M (SD)</i> | % Alunos em Burnout (<i>M>3</i>) |
|------------------|------|--------|--------------------|----------------------------|-----------------------|---------------------------------------|
| Lisboa | 0385 | 36.1% | .30% | 2.93 (0.56) | 3.47 (1.59) | 52.0% |
| Porto | 0162 | 15.2% | .21% | 3.03 (0.58) | 3.67 (1.7) | 52.5% |
| Braga | 0090 | 08.4% | .36% | 3.13 (0.63) | 3.16 (1.77) | 47.8% |
| Aveiro | 0077 | 07.2% | .55% | 2.95 (0.59) | 3.90 (1.60) | 64.9% |
| Leiria | 0053 | 05.0% | .48% | 3.17 (0.53) | 3.15 (1.58) | 41.5% |
| Coimbra | 0040 | 03.7% | .12% | 2.99 (0.74) | 3.71 (1.91) | 57.5% |
| Bragança | 0036 | 03.4% | .46% | 3.13 (0.64) | 2.90 (1.63) | 41.7% |
| Castelo Branco | 0034 | 03.2% | .31% | 2.88 (0.60) | 3.38 (1.70) | 52.9% |
| Santarém | 0029 | 02.7% | .47% | 3.03 (0.52) | 3.64 (1.71) | 58.6% |
| Évora | 0025 | 02.3% | .38% | 2.99 (0.54) | 3.76 (1.39) | 56.0% |
| Vila Real | 0021 | 02.0% | .32% | 3.04 (0.51) | 2.76 (1.37) | 33.3% |
| Viana do Castelo | 0020 | 01.9% | .49% | 3.11 (0.51) | 2.43 (1.47) | 15.0% |
| Beja | 0019 | 01.8% | .72% | 3.26 (0.54) | 2.30 (1.32) | 31.6% |
| Faro | 0018 | 01.7% | .22% | 3.09 (0.60) | 2.53 (2.04) | 22.2% |
| Setúbal | 0015 | 01.4% | .16% | 2.69 (0.55) | 4.09 (1.85) | 60.0% |
| Viseu | 0012 | 01.1% | .22% | 3.11 (0.72) | 3.41 (2.15) | 36.4% |
| Portalegre | 0011 | 01.0% | .53% | 3.00 (0.63) | 2.70 (1.64) | 36.4% |
| Guarda | 0010 | 00.9% | .35% | 3.09 (0.50) | 2.99 (1.79) | 30.0% |
| R. A. Madeira | 0005 | 000.5% | .17% | 2.79 (0.49) | 3.09 (0.80) | 75.0% |
| R. A. Açores | 0004 | 00.4% | .15% | 3.04 (0.15) | 5.28 (1.36) | 40.0% |
| Total Nacional | 1066 | 100% | 0.35% | 3.02(0.55) | 3.32(1.61) | 50.0% |

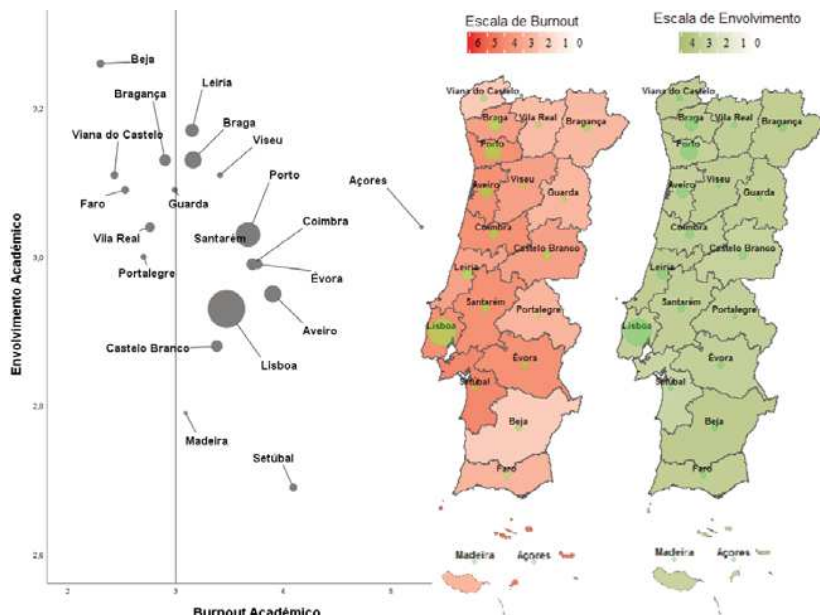


Figura 1. Valores médios do envolvimento e *burnout* por distrito em gráfico de dispersão e no mapa de Portugal (nota: a área dos círculos corresponde ao tamanho da amostra em cada distrito)

Apesar dos valores médios do envolvimento e do *burnout* nas estudantes do sexo feminino serem ligeiramente superior aos valores nos estudantes do sexo masculino, as diferenças observadas entre os dois géneros foram marginalmente significativas quer para o envolvimento académico [$F(1,1065)=3.796, p=.052, \eta^2 p=.004$] quer para o *burnout* académico [$F(1,1065)=3.514, p=.061, \eta^2 p=.004$].

Observaram-se diferenças significativas entre áreas de estudo para os níveis médios de envolvimento [$F(3,1063)=12.183, p=.005, \eta^2 p=.033$] e *burnout* académico [$F(3,1063)=4.320, p=.005, \eta^2 p=.012$]. Os estudantes das ciências exatas apresentaram os menores níveis de envolvimento e o segundo maior de *burnout* entre áreas de estudo. Os estudantes das ciências humanas apresentaram os maiores níveis de envolvimento e menores níveis de *burnout*. Não foram encontrados efeitos de interação entre o género dos alunos e a área de estudo para os níveis de envolvimento [$F(3,1063)=.351, p=.788, \eta^2 p=.002$] e *burnout* [$F(3,1063), p=.060, \eta^2 p=.006$].

Os distritos com níveis médios de *burnout* acima do ponto médio da escala MBI-SSi foram: Setúbal, Aveiro, Évora, Coimbra, Porto, Santarém, Lisboa, Viseu, Castelo Branco, Braga e Leiria. Os distritos com níveis médios de *burnout* abaixo do ponto médio da escala MBI-SSi foram: Beja, Viana do Castelo, Faro, Portalegre, Vila Real, Bragança. Todos os distritos apresentaram níveis médios de envolvimento acima do ponto médio da escala USEI. As Regiões Autónomas dos Açores e da Madeira, por terem menos de 10 participantes neste estudo, não foram consideradas nesta análise.

DISCUSSÃO

O envolvimento e *burnout* académico são variáveis psicológicas determinantes do sucesso académico do estudante universitário, estando associadas a variáveis importantes como a auto-eficácia, problemas de desempenho e abandono escolar.

Tal como esperado, todos os distritos, áreas de estudo e ambos os géneros apresentaram níveis de envolvimento académico acima do ponto médio da escala USEI, o que significa que em média os alunos do ensino superior em Portugal estão envolvidos com os seus estudos. No entanto, a maioria dos distritos (Setúbal, Aveiro, Évora, Coimbra, Porto, Santarém, Lisboa, Viseu, Castelo Branco, Braga e Leiria) apresentam valores médios de *burnout* acima do ponto médio da escala MBI-SSi, o que significa que os alunos do ensino superior destes distritos apresentam *burnout* relacionados com os estudos. Os distritos com níveis médios de *burnout* mais elevados situam-se no centro e norte de Portugal, junto à zona litoral, o que corresponde às regiões com maior densidade populacional, indicando que estudar em grandes cidades (Lisboa, Porto, ...) pode estar associado a maiores níveis de *burnout* académico.

Não se observaram diferenças significativas do nível médio de envolvimento e *burnout* entre géneros nem interação entre estes e área dos estudos. Contudo, observaram-se diferenças significativas entre as áreas de estudo, tendo a área das ciências biológicas, seguida pela área das ciências exactas, apresentado os níveis mais elevados de *burnout*.

Devido ao método escolhido para a recolha de dados, poderá haver um viés de auto-seleção, sendo que participantes com maiores níveis de *burnout* possam ter maior probabilidade de responder a questionários sobre o tema. No entanto, dado o tamanho da amostra e a variedade de universidades sondadas, esperamos que este efeito não seja impeditivo da validade e representatividade destes resultados. Uma limitação maior é a comparação dos níveis de envolvimento e *burnout* por distrito quando o número de participantes por distrito não é suficiente para fazer essa comparação. Por esta razão excluímos da análise as Regiões Autónomas dos Açores e da Madeira por termos menos de 10 participantes destas regiões.

Dada a elevada prevalência do *burnout* em estudantes universitários, concluímos que este é um problema que deve ser encarado como um problema sistémico, comum a alunos universitários de todo o país. Em particular, encontramos níveis mais elevados de *burnout* nas regiões litorais do centro e norte, onde a densidade populacional é maior.

REFERÊNCIAS

- Ahola, K., Hakanen, J., Perhoniemi, R., & Mutanen, P. (2014). Relationship between *burnout* and depressive symptoms: A study using the person-centred approach. *Burnout Research*, 1(1), 29-37. <https://doi.org/10.1016/j.burn.2014.03.003>
- Cushman, S., & West, R. (2006). Precursors to college student *burnout*: Developing a typology of understanding. *Qualitative Research Reports in Communication*, 7(1), 23-31. <https://doi.org/10.1080/17459430600964638>
- Dyrbye, L., Thomas, M., Massie, S., Power, D., Eacker, A., Harper, W., ... Shanafelt, T. (2008). Burnout and suicidal ideation among U.S. medical students. *Annals of Internal Medicine*, 7, 817-825.
- Dyrbye, L., Thomas, M., Power, D., Durning, S., Moutier, C., Massie, S., . . . Shanafelt, T. (2009). Burnout and serious thoughts of dropping out of medical school: A multi-institutional study. *Academic Medicine*, 85(1), 94-102. <https://doi.org/10.1097/acm.0b013e3181c46aad>

- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research*, 74(1), 59-109. <https://doi.org/10.3102/00346543074001059>
- Krause, K. L., & Coates, H. (2008). Students' engagement in first-year university. *Assessment and Evaluation in Higher Education*, 33(5), 493-505. <https://doi.org/10.1080/02602930701698892>
- Marôco, J., Marôco, A. L., & Campos, J. A. D. B. (2014). Student's academic efficacy or inefficacy? An example on how to evaluate the psychometric properties of a measuring instrument and evaluate the effects of item wording. *Open Journal of Statistics*, 04(06), 484-493. <https://doi.org/10.4236/ojs.2014.46046>
- Marôco, J., Tecedor, M., Martins, P., & Meireles, A. (2014). O burnout como factor hierárquico de 2ª ordem da Escala de Burnout de Maslach. *Análise Psicológica*, 26(4), 639-649. <https://doi.org/10.14417/ap.523>
- Marôco, J., & Campos, J. A. D. B. (2012). Defining the student burnout construct: A structural analysis from three burnout inventories. *Psychological Reports*, 111(3), 814-830. <https://doi.org/10.2466/14.10.20.pr0.111.6.814-830>
- Marôco, J., Marôco, A. L., Bonini Campos, J. A. D., & Fredricks, J. A. (2016). University student's engagement: Development of the University Student Engagement Inventory (USEI). *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 29(1). <https://doi.org/10.1186/s41155-016-0042-8>
- Marôco, J., & Tecedor, M. (2009). Inventário de Burnout de Maslach para estudantes Portugueses. *Psicologia, Saude & Doenças*, 10(2), 227-235. Retrieved from <http://www.scielo.gpeari.mctes.pt/pdf/psd/v10n2/v10n2a06.pdf>
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). *The truth about burnout*.
- Reschly, A. L., & Christenson, S. L. (2012). Jingle, jangle, and conceptual haziness: Evolution and future directions of the engagement construct. In *Handbook of research on student engagement* (pp. 3-19). Boston, MA: Springer US. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-2018-7_1
- Sandström, A., Rhodin, I. N., Lundberg, M., Olsson, T., & Nyberg, L. (2005). Impaired cognitive performance in patients with chronic burnout syndrome. *Biological Psychology*, 69(3), 271-279. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2004.08.003>
- Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464-481. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>

- Sinval, J., Casanova, J. R., Marôco, J., & Almeida, L. S. (2018). University Student Engagement Inventory (USEI): Psychometric properties. *Current Psychology*, 2. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-0082-6>
- Wang, M.-T., & Eccles, J. S. (2012). Social support matters: Longitudinal effects of social support on three dimensions of school engagement from middle to high school. *Child Development*, 83(3), 877-895. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2012.01745.x>
- Watson, R., Deary, I., Thompson, D., & Li, G. (2008). A study of stress and *burnout* in nursing students in Hong Kong: A questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, 45(10), 1534-1542. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2007.11.003>