

## **Prevalência de *Burnout* em Estudantes do Ensino Superior Privado, Centro-Sul, Paraná-PR, 2020**

## **Prevalence of Burnout in Private Higher Education Students, South-Central, Paraná-PR, 2020**

DOI:10.34117/bjdv7n7-180

Recebimento dos originais: 07/06/2021

Aceitação para publicação: 02/07/2021

### **Silmara Bobato Pontarolo**

Enfermeira

Bolsista do Projeto de Extensão do Núcleo de Estudos e Tratamento de Feridas Crônicas da Universidade Estadual do Centro Oeste – UNICENTRO, Guarapuava-PR, Brasil

Endereço: Alameda Élio Antonio Dalla Vecchia, 838, CEP: 85040-167, Vila Carli, Guarapuava-PR, Brasil

E-mail: silbobatoenfermagem@gmail.com

### **Cristiane de Melo Aggio**

Enfermeira

Doutora

Professora da Graduação em Medicina na Universidade Estadual do Centro-Oeste – UNICENTRO

Pesquisadora do Grupo de Pesquisa em Saúde e do Núcleo de Estudo e Pesquisa na Gestão de Serviços de Enfermagem – NEPGESE. Guarapuava-PR, Brasil

Endereço: Alameda Élio Antonio Dalla Vecchia, 838, CEP: 85040-167, Vila Carli, Guarapuava-PR, Brasil

E-mail: cristianeaggio@unicentro.br

### **Daniela Milani**

Enfermeira

Doutora

Professora da Graduação em Medicina na Universidade Estadual do Centro-Oeste – UNICENTRO, Guarapuava-PR, Brasil

Endereço: Alameda Élio Antonio Dalla Vecchia, 838, CEP: 85040-167, Vila Carli, Guarapuava-PR, Brasil

E-mail: danielamilani@unicentro.br

### **RESUMO**

Objetivo: Determinar a prevalência de Burnout em estudantes de Instituição de Ensino Superior privada e investigar a diferença entre aqueles com dedicação exclusiva e os que trabalham. Método: Estudo transversal, analítico, de 2020, com 101 universitários das áreas da saúde, biológicas, exatas, humanas e sociais, do Centro-sul do Paraná-PR. Utilizou-se instrumento sobre Burnout, validado e adaptado para universitários brasileiros. Realizada análise descritiva, comparativa, testes de Mann-Whitney e Kruskal-Wallis. Resultados: Maioria estuda e trabalha (77,2%), da área da saúde (53,5%), mora acompanhada (94,1%), pensa em deixar o curso (60,4%). Maior intensidade de Burnout

peçoal (Ma= 54,17; DP = 21,59), sobretudo cansaço frequente e contínuo (54,5%). Foram significativas as diferenças dos participantes, segundo o grupo etário e de pensamentos sobre desistir do curso, para todos os domínios. Conclusão: Prevaleram participantes com Burnout de média intensidade, domínio pessoal de médio a intenso, sem diferença entre os que estudam e trabalham.

**Palavras-chave:** Esgotamento psicológico, Estudantes, Educação superior, Saúde Mental.

## ABSTRACT

Objective: To determine the prevalence of Burnout in students from a private Higher Education Institution and investigate the difference between those with exclusive dedication and those who work. Method: Cross-sectional, analytical study, from 2020, with 101 university students in the areas of health, biological, exact, human and social, in the Center-South of Paraná-PR. An instrument on Burnout, validated and adapted for Brazilian university students, was used. Descriptive, comparative analysis, Mann-Whitney and Kruskal-Wallis tests were performed. Results: Most study and work (77,2%), in the health area (53,5%), live accompanied (94,1%), think about leaving the course (60.4%). Higher personal burnout intensity (Ma=54.17; SD=21,59), especially frequent and continuous fatigue (54,5%). There were significant differences among participants, according to age group and thoughts about dropping out of the course, for all domains. Conclusion: Participants with medium intensity burnout, medium to intense personal domain, with no difference between those who study and work prevailed.

**Keywords:** Psychological Distress, Students, Higher education, Mental Health.

## 1 INTRODUÇÃO

A síndrome da exaustão física e emocional, da despersonalização e da baixa realização pessoal é chamada de *Burnout*, ocorre em profissões de diversas áreas, é causada por estresse crônico e potencializada pelas demandas ocupacionais e acadêmicas, reduz o comprometimento, o desempenho e a satisfação no trabalho (Fares, Al Tabosh, Saadeddin, El Mouhayyar & Aridi, 2016).

O esgotamento psicológico em estudantes, também chamado de *Burnout*, compreende a exaustão relativa às demandas acadêmicas, o cinismo com o trabalho escolar e a eficácia reduzida, ou seja, o sentimento de incompetência enquanto estudante (David, 2010). Ele sofre interferência do suporte social, do clima escolar, do desempenho acadêmico, do curso, da qualidade das atividades de aprendizagem, da alta carga de trabalho, além das características pessoais, como a flexibilidade de enfrentamento, a personalidade e o sexo (David, 2010; Tajeri Moghadam, Abbasi & Khoshnodifar, 2020).

Quando com *Burnout*, os estudantes sentem-se desmotivados e cansados para estudar e fazer as tarefas escolares, apresentam atitudes pessimistas em relação ao aprendizado e aos conteúdos educacionais, descomprometimento e desempenho

acadêmico insuficiente (Tajeri Moghadam, *et al.*, 2020), além de problemas com o sono, ideação suicida, uso de medicações, ansiedade e depressão (Assunção & Marôco, 2020a).

Sabe-se que os estudantes do Irã, Coreia do Sul, Filipinas, Nigéria, Canadá, sofrem de *Burnout* (Tajeri Moghadam, *et al.*, 2020), já no Brasil, destacam-se as pesquisas sobre o esgotamento psicológico de estudantes de Medicina (Nassar & De Carvalho, 2021), os quais apresentam ansiedade, depressão, uso de álcool ou outras substâncias psicoativas e *Burnout* em níveis superiores aos da população em geral (Castaldelli-Maia, *et l.*, 2019).

Diante deste panorama e considerando que universitários têm alto risco de sofrer de *Burnout*, sobretudo quando o período da graduação é combinado ao trabalho remunerado (Owen, Kavanagh & Dollard, 2018), o objetivo deste estudo foi determinar a prevalência de esgotamento psicológico entre estudantes de Instituição de Ensino Superior privada, bem como investigar se há diferença entre aqueles que trabalham e os que não trabalham.

## 2 MÉTODO

Estudo observacional, de corte transversal e analítico, realizado em 2020, em uma Instituição de Ensino Superior, privada, situada no interior do estado do Paraná, que possui cerca de 4100 estudantes matriculados nos mais de 17 cursos, de nível técnico, graduação e pós-graduação, nas modalidades de educação à distância e presencial.

Seguiu-se a técnica de amostragem não probabilística e, dentre os 350 estudantes de Ensino Superior, 101 participaram deste estudo (taxa de resposta de 28,9%). A coleta de dados ocorreu de forma digital por disponibilização do *link on-line* e/ou *QR code*, em grupos de *Whatsapp*<sup>®</sup>, os quais foram enviados uma vez e nas semanas seguintes de forma alternada (semana sim, semana não), alternados com outras três mensagens lembrando da participação neste estudo.

Utilizou-se um questionário sobre as características pessoais dos estudantes, bem como o *Copenhagen Burnout Inventory* para estudantes (CBI-S), validada para universitários brasileiros, com 25 questões autoaplicáveis e respostas em escala de 1 a 5, onde 1 corresponde a nunca ou muito pouco e 5 corresponde a sempre ou nunca, distribuídas nos seguintes domínios: pessoal, relacionado aos estudos, relacionado aos colegas e relacionado ao professor (Campos, Carlotto & Marôco, 2013).

Os dados foram organizados em planilhas do Microsoft Excel® e operou-se a análise descritiva, conforme o tipo de variável, utilizando-se a frequência absoluta (n) e relativa (%), média (M<sub>e</sub>), mediana (M<sub>a</sub>), desvio padrão (DP) e valores mínimo e máximo.

Aferiu-se a distribuição de normalidade das variáveis contínuas, pelo teste de Kolmogorov-Smirnov. Para a comparação de medidas contínuas entre os grupos, aplicou-se o teste de Mann-Whitney e, para comparação de medidas contínuas entre mais de dois grupos, o teste de Kruskal-Wallis. O nível de significância adotado para os testes estatísticos foi de 5% (p<0,05).

Todas as normatizações da Resolução n° 466/2012 referentes à realização de Pesquisas com Seres Humanos foram contempladas e o estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), parecer n° 4.105.511.

### 3 RESULTADOS

A idade dos participantes variou entre 18 e 47 anos e as frequências das demais características pessoais dos mesmos foram apresentadas na tabela 1, destacando-se aqueles que estudam e trabalham concomitantemente, os dos cursos da área da saúde, os que moram acompanhados e os que, em algum momento, pensaram em desistir do curso.

Tabela 1 – Frequência das características pessoais dos universitários de Instituição de Ensino Superior privada, Centro-sul, Paraná, 2020.

| Variáveis                 | Categorias                 | n  | %    |
|---------------------------|----------------------------|----|------|
| Sexo                      | Feminino                   | 70 | 69,3 |
|                           | Masculino                  | 31 | 30,7 |
| Estado Civil              | Solteiro                   | 73 | 72,3 |
|                           | Casado/Vive junto          | 28 | 28,7 |
| Filhos                    | Não                        | 82 | 81,2 |
|                           | Sim                        | 19 | 18,8 |
| Trabalha                  | Não                        | 23 | 22,8 |
|                           | Sim                        | 78 | 77,2 |
| Cargo de Liderança        | Sim                        | 13 | 12,8 |
|                           | Não                        | 88 | 87,1 |
| Área do Curso             | Ciências Biológicas        | 21 | 20,8 |
|                           | Ciências Exatas            | 08 | 7,9  |
|                           | Ciências Humanas e Sociais | 18 | 17,8 |
|                           | Ciências da Saúde          | 54 | 53,5 |
| Horário do Curso          | Noturno                    | 94 | 93,1 |
|                           | Matutino                   | 07 | 6,9  |
| Ano do Curso              | Primeiro Ano               | 11 | 10,9 |
|                           | Segundo Ano                | 16 | 15,9 |
|                           | Terceiro Ano               | 26 | 25,8 |
|                           | Quarto Ano                 | 24 | 23,7 |
|                           | Quinto Ano                 | 24 | 23,8 |
| Com quem mora             | Sozinho                    | 06 | 5,9  |
|                           | Familiares/amigos          | 83 | 82,2 |
|                           | Companheiro                | 12 | 11,9 |
| Financiamento dos Estudos | Próprio                    | 46 | 45,5 |

|  |                     |    |      |
|--|---------------------|----|------|
|  | Familiares          | 28 | 27,7 |
|  | Bolsa/Financiamento | 27 | 26,9 |
| <b>Pensamentos sobre desistir do Curso</b> | Nunca               | 40 | 39,6 |
|  | Às Vezes            | 51 | 55,5 |
|  | Frequentemente      | 10 | 9,9  |

Fonte: Elaborado pelos autores, 2020.

A tabela 2 mostra a frequência das respostas dos participantes para o CBI e sobressaiu o cansaço frequente e contínuo (54,5%) no domínio pessoal. Em contrapartida, a frustração com os estudos (50,4%) e com o trabalho com colegas (68,2%) e o esgotamento na relação com os professores (65,3%), foram ausentes ou mínimas.

Tabela 2 – Distribuição das respostas dos universitários (n = 101) de Instituição de Ensino Superior privada ao Copenhagen Burnout Inventory (CBI), em frequência absoluta e relativa, Centro-sul, Paraná, 2020.

|   | Frequência n(%) |           |               |                |          |
|---|-----------------|-----------|---------------|----------------|----------|
|   | Nunca           | Raramente | Às Vezes      | Frequentemente | Sempre   |
| <b>Burnout pessoal</b>  |                 |           |               |                |          |
| Q1- Com que frequência se sente cansado/a?                                    | 0(0,0)          | 10(9,9)   | 36(35,6)      | 40(39,6)       | 15(14,9) |
| Q2- Com que frequência se sente fisicamente exausto/a?                        | 05(4,9)         | 18(17,8)  | 35(34,7)      | 32(31,7)       | 11(10,9) |
| Q3- Com que frequência se sente emocionalmente exausto/a?                     | 03(2,9)         | 16(15,8)  | 29(28,7)      | 34(33,7)       | 19(18,8) |
| Q4- Com que frequência pensa “Não aguento mais”?                              | 14(13,9)        | 28(27,8)  | 35(34,6)      | 17(16,8)       | 07(6,9)  |
| Q5- Com que frequência se sente esgotado/a?                                   | 03(2,9)         | 22(21,8)  | 40(39,6)      | 23(22,7)       | 13(12,9) |
| Q6- Com que frequência se sente fraco/a e susceptível de adoecer?             | 17(16,8)        | 28(27,7)  | 39(38,6)      | 08(7,9)        | 09(8,9)  |
| <b>Burnout relacionado aos estudos</b>  |                 |           |               |                |          |
|   | Nunca           | Raramente | Às Vezes      | Frequentemente | Sempre   |
| Q7-Sente-se esgotado no final de um dia de faculdade?                         | 01(1,0)         | 14(13,8)  | 45(44,5)      | 22(21,8)       | 19(18,8) |
| Q8-Sente-se exausto logo pela manhã quando pensa em mais um dia na faculdade? | 15(14,8)        | 29(28,7)  | 31(30,7)      | 14(13,8)       | 12(11,8) |
| Q9-Sente que cada hora de aula/estudo é cansativa para você?                  | 04(3,9)         | 28(27,7)  | 46(45,5)      | 17(16,8)       | 06(5,9)  |
| Q10-Tem tempo e energia para a família e amigos durante os tempos de lazer?   | 04(3,9)         | 20(19,8)  | 41(40,5)      | 20(19,8)       | 16(15,8) |
|   | Muito Pouco     | Pouco     | Mais ou Menos | Bastante       | Muito    |
| Q11-Os seus estudos são emocionalmente desgastantes?                          | 14(13,8)        | 27(26,7)  | 37(36,6)      | 20(19,8)       | 03(2,9)  |
| Q12-Sente-se frustrado com os seus estudos?                                   | 27(26,7)        | 24(23,7)  | 29(28,7)      | 17(16,8)       | 04(3,9)  |
| Q13-Sente-se exausto de forma prolongada com os seus estudos?                 | 19(18,8)        | 31(30,7)  | 32(31,6)      | 14(13,8)       | 05(4,9)  |
| <b>Burnout relacionado aos colegas</b>  |                 |           |               |                |          |
|   | Muito Pouco     | Pouco     | Mais ou Menos | Bastante       | Muito    |
| Q14-Você acha difícil trabalhar com seus colegas de estudo?                   | 31(30,7)        | 17(16,8)  | 32(31,6)      | 17(16,8)       | 04(3,9)  |
| Q15-Sente que esgota sua energia quando trabalha com colegas?                 | 35(34,6)        | 17(16,8)  | 28(27,7)      | 15(14,8)       | 06(5,9)  |

|  |                    |                  |                      |                       |               |
|--|--------------------|------------------|----------------------|-----------------------|---------------|
| Q16-Acha frustrante trabalhar com colegas?   | 42(41,5)           | 20(19,8)         | 30(29,7)             | 06(5,9)               | 03(2,9)       |
| Q17-Sente que dá mais do que recebe quando trabalha com colegas?                   | 28(27,7)           | 20(19,8)         | 25(24,7)             | 22(21,7)              | 06(5,9)       |
|  | <b>Nunca</b>       | <b>Raramente</b> | <b>Às Vezes</b>      | <b>Frequentemente</b> | <b>Sempre</b> |
| Q18-Está cansado de aturar os colegas?   | 38(37,6)           | 25(24,7)         | 24(23,7)             | 07(6,9)               | 07(6,9)       |
| Q19-Alguma vez se questiona quanto tempo mais conseguirá trabalhar com os colegas? | 45(44,5)           | 24(23,7)         | 20(19,8)             | 08(7,9)               | 04(3,9)       |
| <b>Burnout relacionado aos professores</b>   | <b>Muito Pouco</b> | <b>Pouco</b>     | <b>Mais ou Menos</b> | <b>Bastante</b>       | <b>Muito</b>  |
| Q20-Você acha difícil lidar com os professores?                                    | 35(34,6)           | 29(28,7)         | 31(30,7)             | 03(2,9)               | 03(2,9)       |
| Q21-Sente que esgota sua energia quando tem que lidar com os professores?          | 47(46,5)           | 19(18,8)         | 26(25,7)             | 07(6,9)               | 02(1,9)       |
| Q22-Acha frustrante lidar com os professores?                                      | 43(42,5)           | 25(24,8)         | 25(24,8)             | 07(6,9)               | 01(1,0)       |
| Q23-Sente que dá mais do que recebe quando lida com professores?                   | 45(44,5)           | 30(29,7)         | 20(19,8)             | 05(4,9)               | 01(1,0)       |
|  | <b>Nunca</b>       | <b>Raramente</b> | <b>Às Vezes</b>      | <b>Frequentemente</b> | <b>Sempre</b> |
| Q24-Está cansado de lidar com os professores?                                      | 43(42,5)           | 31(30,7)         | 22(21,8)             | 04(3,9)               | 01(1,0)       |
| Q25-Alguma vez se questiona quanto tempo mais conseguirá lidar com os professores? | 46(45,5)           | 29(28,7)         | 22(21,8)             | 03(2,9)               | 01(1,0)       |

Fonte: Elaborado pelos autores, 2020.

Consta na tabela 3 a descrição das medidas de tendência central e de dispersão relativas às respostas dos participantes para o CBI, sendo o maior escore médio observado no domínio pessoal, no qual foi homogênea a distribuição das respostas.

Tabela 3 – Descrição das respostas dos universitários (n = 101) de Instituição de Ensino Superior privada ao Copenhagen Burnout Inventory (CBI), em medidas de tendência central e de dispersão, Centro-sul, Paraná, 2020.

| Domínios do CBI                            | Média | DP    | Mediana | Mínimo | Máximo |
|--|-------|-------|---------|--------|--------|
| <i>Burnout</i> pessoal                     | 53,96 | 21,59 | 54,17   | 4,17   | 100    |
| <i>Burnout</i> relacionado os estudos      | 45,23 | 19,69 | 42,86   | 10,71  | 96,43  |
| <i>Burnout</i> relacionado aos colegas     | 32,43 | 24,75 | 29,17   | 0,0    | 100    |
| <i>Burnout</i> relacionado aos professores | 23,84 | 22,00 | 16,67   | 0,0    | 87,5   |
| Escore Total                               | 38,86 | 17,21 | 38,84   | 3,72   | 88,69  |

Fonte: Elaborado pelos autores, 2020.

Foram estatisticamente significativas as diferenças das medianas das respostas dos participantes, segundo o grupo etário e de pensamentos sobre desistir do curso, para todos os domínios do CBI, vide tabela 4.

Tabela 4 – Medianas dos domínios do Copenhagen Burnout Inventory (CBI), segundo características sociodemográficas dos universitários (n = 101) de Instituição de Ensino Superior privada, Centro-sul, Paraná, 2020.

| Variável                            |                 | <i>Burnout</i> | <i>Burnout</i> | <i>Burnout</i> | <i>Burnout</i> | <i>Burnout</i> |
|-------------------------------------|-----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| Categoria                           |                 | Pessoal        | Estudos        | Colegas        | Professores    | Geral          |
|                                     |                 | Média          | Média          | Média          | Média          | Média          |
| Sexo                                | Feminino        | 55,7           | 45,0           | 33,0           | 20,2           | 38,5           |
|                                     | Masculina       | 50,1           | 45,7           | 31,0           | 32,0           | 39,7           |
|                                     | <b>p-valor*</b> | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      |
| Grupo etário                        | <25             | 54,8           | 55,3           | 53,3           | 53,7           | 55,0           |
|                                     | 25 a 30         | 39,0           | 44,7           | 59,9           | 53,6           | 49,4           |
|                                     | >30             | 42,5           | 36,5           | 35,3           | 37,7           | 35,1           |
|                                     | <b>p-valor*</b> | <i>ns</i>      | <b>0,044</b>   | <b>0,029</b>   | <b>0,005</b>   | <b>0,041</b>   |
| Estado conjugal                     | Solteiro        | 55,4           | 47,1           | 32,9           | 25,8           | 40,3           |
|                                     | Casado          | 50,2           | 40,4           | 31,3           | 18,8           | 35,2           |
|                                     | <b>p-valor*</b> | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      |
| Filhos                              | Sim             | 55,7           | 46,7           | 33,3           | 25,0           | 40,2           |
|                                     | Não             | 46,3           | 39,1           | 28,7           | 19,1           | 33,3           |
|                                     | <b>p-valor*</b> | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      |
| Trabalha                            | Sim             | 51,3           | 42,6           | 36,6           | 22,1           | 38,1           |
|                                     | Não             | 54,8           | 46,0           | 31,2           | 24,4           | 39,1           |
|                                     | <b>p-valor*</b> | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      |
| Área do Curso                       | Biológicas      | 56,8           | 58,4           | 52,2           | 48,7           | 54,2           |
|                                     | Exatas          | 53,5           | 58,4           | 65,0           | 67,3           | 63,5           |
|                                     | Humanas         | 52,5           | 55,3           | 61,6           | 58,7           | 58,0           |
|                                     | Saúde           | 47,9           | 45,6           | 44,9           | 46,9           | 45,6           |
|                                     | <b>p-valor*</b> | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      |
| Período do Curso                    | Início          | 53,9           | 51,4           | 57,7           | 44,7           | 53,2           |
|                                     | Metade          | 48,3           | 49,1           | 46,2           | 45,9           | 45,7           |
|                                     | Final           | 51,3           | 52,3           | 50,5           | 59,2           | 53,8           |
|                                     | <b>p-valor*</b> | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      | <i>ns</i>      |
| Pensamentos sobre desistir do curso | Nunca           | 36,4           | 40,0           | 45,0           | 42,3           | 38,4           |
|                                     | Às Vezes        | 59,3           | 55,9           | 51,5           | 53,2           | 56,0           |
|                                     | Frequentemente  | 67,0           | 70,0           | 72,4           | 74,6           | 75,8           |
|                                     | <b>p-valor*</b> | <b>0,000</b>   | <b>0,004</b>   | <b>0,029</b>   | <b>0,005</b>   | <b>0,000</b>   |

\*Teste Kruskal Wallis

Fonte: Elaborado pelos autores, 2020.

A hipótese deste estudo foi rejeitada, pois, conforme apresentado na tabela 5, não foram estatisticamente significativas as diferenças das medianas das respostas dos participantes, segundo o grupo dos estudantes com dedicação exclusiva e dos que trabalham e estudam concomitantemente, para nenhum dos domínios do CBI.

Tabela 5– Média e desvio padrão dos domínios do Copenhagen Burnout Inventory (CBI), dos universitários (n = 101) de Instituição de Ensino Superior privada, segundo os grupos de dedicação exclusiva e de trabalhadores, Centro-sul, Paraná, 2020.

| Domínios CBI             | Tipo de Estudante   |       |                  |       | p-valor* |
|--------------------------|---------------------|-------|------------------|-------|----------|
|                          | Dedicação Exclusiva |       | Estuda +Trabalha |       |          |
|                          | Média               | DP    | Média            | DP    |          |
| Burnout Pessoal          | 51,27               | 22,10 | 54,75            | 21,52 | 0,399    |
| Burnout Rel. Estudos     | 42,55               | 24,55 | 46,02            | 18,11 | 0,305    |
| Burnout Rel. Colegas     | 36,59               | 29,91 | 31,20            | 23,09 | 0,403    |
| Burnout Rel. Professores | 22,10               | 24,82 | 24,36            | 21,25 | 0,559    |

---

|                           |       |       |       |       |       |
|---------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Escore Total Sem Trabalho | 38,13 | 20,58 | 39,08 | 16,23 | 0,731 |
|---------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|

---

\*Teste Kruskal Wallis

Fonte: Elaborado pelos autores, 2020.

#### 4 DISCUSSÃO

Dentre os universitários estudados, destacaram-se os dos cursos da área da saúde e, em várias pesquisas, eles foram os mais acometidos por *Burnout*, sobretudo os que não cursam Medicina (Majernikova & Obrocnikova, 2017). As principais características pessoais dos participantes deste estudo corresponderam ao perfil socioeconômico e cultural dos universitários do ensino superior nacional, as quais revelam as iniquidades de acesso ao ensino no país, a saber: mulheres, adultos jovens (entre 19 e 24 anos de idade), instituições privadas, cursos noturnos, morar com os pais e trabalhar para ter uma renda de até dois salários mínimos (Instituto SEMESP, 2020).

Neste estudo foi média a intensidade de *Burnout* em universitários, diferentemente das universitárias, de seis instituições estaduais do Paraná-PR, do terceiro ao quinto ano do curso de Enfermagem, brasileiras, adultas jovens, solteiras, sedentárias, com atividades de lazer, que moram com a família, sem filhos, emprego concomitante ao estudo e doenças crônicas, as quais tiveram alto nível de exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização pessoal (Lopes & Nihei, 2020).

Já os universitários de medicina, de todos os anos do curso, da maior faculdade de Medicina do Brasil Central, onde prevalece o *Problem-Based Learning* (PBL), apresentaram baixos níveis de *Burnout*, tal como os de outras Instituições de Ensino Superior, do Nordeste brasileiro e inglesa, sendo a gestão pedagógica, a metodologia de ensino empregada, a localização da universidade próxima dos familiares dos estudantes, os aspectos culturais e a resiliência as explicações deste achado (Barbosa, Ferreira, Vargas, Ney da Silva, Nardi, Machado & Caixeta, 2018).

O aumento de estudantes que trabalham durante a graduação é um fenômeno global (Owen, *et al.*, 2018) e, apesar deles terem prevalecido neste estudo, foi rejeitada a hipótese de que eles teriam os mais altos níveis de *Burnout*. Certamente as demandas oriundas do trabalho não interferiam no tempo e energia necessários aos estudos, assim como as suas atividades laborais lhes permitiram o alcance de metas e de competências profissionais e pessoais que facilitam o processo de ensino-aprendizagem (Owen, *et al.*, 2018).

Os resultados deste estudo divergem das evidências de que, diferentemente daqueles que só estudam, os universitários que também trabalham precisam administrar simultaneamente as diversas demandas laborais e acadêmicas e, por isso, são mais

vulneráveis ao *Burnout* acadêmico, com prejuízo fisiológico, psicológico e comportamental (Schramer, Rauti, Kartolo & Kwantes, 2020).

Possivelmente esta diferença se deva ao fato da maioria dos participantes morar acompanhada do companheiro, familiares ou amigos, cujas expectativas sobre o desempenho e futuro do estudante deveriam ser baixas, enquanto o reconhecimento do esforço dos mesmos deveria ser alto (Muzafar, Khan, Ashraf, Hussain, Sajid, Tahir, Rehman, Sohail, Waqas & Ahmad, 2015).

Pode-se afirmar que este apoio social é suficiente e decisivo para o enfrentamento dos estressores típicos do período da graduação, uma vez que o apoio social adequado aumenta o otimismo dos estudantes e a satisfação com a vida, reduzindo ou eliminando o esgotamento psicológico (Ye, Huang & Liu, 2021).

Verificou-se que a maioria dos universitários já pensaram em deixar o curso e isso caracteriza a presença de *Burnout*, pois mediante ao esgotamento psicológico, os estudantes perdem o envolvimento com o curso e passam a pensar em dele desistir (Assunção & Marôco, 2020b). Então, este pensamento representa a diminuição da realização pessoal, da motivação, da confiança nas habilidades acadêmicas e da satisfação intrínseca relacionada ao estudo (Hartog, 2019), que são sintomas da eficácia reduzida da Síndrome de *Burnout*.

Estudantes que frequentemente experimentam tais sintomas são mais propensos à evasão escolar e tendem a evitar o ambiente escolar e a deteriorar o desempenho acadêmico

(Madigan & Curran, 2020). Então, deve-se suspeitar da ocorrência de *Burnout* nos estudantes que passam a faltar seguidamente e diminuir as notas das atividades avaliativas.

Possivelmente, o trabalho concomitante ao estudo esteja comprometendo o tempo de sono, descanso e lazer dos universitários estudados, tal como ocorrido entre estudantes de medicina paquistaneses de Instituição privada. Segundo a literatura, estes são alguns dos fatores determinantes do *Burnout* acadêmico (Muzafar, *et al.*, 2015).

Também prevaleceu, neste estudo, o cansaço, no domínio pessoal do *Burnout*, o qual é um dos sintomas físicos iniciais da exaustão emocional ou esgotamento, possivelmente, devido ao desequilíbrio entre o estudo e a vida pessoal, principalmente o tempo de sono e de lazer, a preocupação com o futuro profissional e o suporte da família e amigos (Campos, *et al.*, 2013; Barbosa, *et al.*, 2018).

A grande quantidade de trabalhos acadêmicos provoca o cansaço, desmotivação, desinteresse e sensação de incapacidade nos estudantes (Moghadam, Abbasi & Khoshnodifar, 2020). De semelhante modo, outras características pessoais, como o medo de falhar, incerteza com o futuro, intensa competitividade (Muzafar, *et al.*, 2015), introversão, perfeccionismo, alto comprometimento e baixa capacidade de enfrentar situações estressantes são preditoras do *Burnout* (Hartog, 2019).

A maioria dos participantes apresentou *Burnout* relacionado aos estudos, colegas e professores, de intensidade muito baixa a média, contrariando as evidências científicas que citam como desencadeantes do esgotamento psicológico a alta carga de atividades educacionais e competição, pouca colaboração e/ou má comunicação com colegas e professores e a falta de reconhecimento ou recompensa (Campos, *et al.*, 2013; Hartog, 2019).

Esse achado demonstra que os universitários estudados não apresentam despersonalização no relacionamento com colegas e professores (Barbosa, *et al.*, 2018) e sugerem que, na Instituição de Ensino Superior em questão, é qualificado o ambiente de aprendizado (Campos, *et al.*, 2013; Hartog, 2019). De semelhante modo, nenhum dos estudantes espanhóis, do segundo a quarto ano da graduação em Enfermagem, que haviam concluído ao menos um período de estágio clínico, manifestou alta despersonalização ou baixa realização pessoal<sup>20</sup>.

O senso de coerência e a elevada autoestima são características pessoais importantes para o enfrentamento do esgotamento psicológico, que favorecem o progresso, o talento e criatividade dos estudantes (Majernikova & Obrocnikova, 2017) e podem explicar os baixos níveis de *Burnout* deste estudo.

Ainda foram identificados os maiores níveis de *Burnout* pessoal, referente aos estudos e geral nos universitários mais jovens, os quais compõem a geração Y e provavelmente apresentavam instabilidade emocional, desequilíbrio entre a vida pessoal e o trabalho, incertezas quanto o sucesso profissional e acadêmico, além de menor sensação de pertencimento ao seu grupo de estudantes (Worly, Verbeck, Walker & Clinchot, 2018), por isso merecem atenção especial das instituições de ensino superior e dos serviços de atenção à saúde mental.

Quanto as limitações deste estudo, vale citar que o *Burnout* laboral e os fatores que melhoram a saúde mental, como a resiliência, satisfação com vida e autoestima, não foram explorados e que o delineamento transversal permitiu a descrição das associações

entre as variáveis de interesse sobre o esgotamento psicológico em universitários, sem determinar a relação causal entre elas.

Acrescido a isto, em virtude da coleta de dados ter acontecido pontualmente durante o primeiro ano da pandemia do Covid-19, a taxa de respostas foi inferior à de outros estudos, o que limita a generalização dos resultados.

## **5 CONCLUSÃO**

Prevaleceram os universitários com Burnout de média intensidade, com elevada intensidade no domínio pessoal e sem diferença entre os grupos dos com dedicação exclusiva à graduação e dos que estudam e trabalham simultaneamente. Tais estudantes apresentam sintomas iniciais de Burnout e podem prevenir o completo esgotamento psicológico, evitando a procrastinação, gerenciando o tempo das atividades escolares, de lazer e de descontração com familiares e amigos sociais, cumprindo prazos e tarefas escolares, passeando ao ar livre, praticando atividades físicas, adotando alimentação saudável e dormindo entre 7 a 9 horas.

Este estudo permitirá que os universitários e as instituições de ensino superior reconheçam a presença de sintomas de sofrimento mental e adotem medidas que evitem à progressão para níveis maiores de Burnout, tais como a busca por serviços de atenção à saúde e a inclusão da gestão do estresse nas atividades de ensino-aprendizagem, bem como novas pesquisas, com outros delineamentos e variáveis de interesse, serão necessárias para melhor compreensão do esgotamento psicológico acadêmico.

## REFERÊNCIAS

Assunção, H. & Marôco, J. (2020a). Utilização de medicamentos em estudantes universitários com Burnout. *Psicol Saúde Doenças*, 21(1): 15-21. Recuperado em 01 junho, 2021, de [https://www.researchgate.net/profile/Joao-Maroco-2/publication/340047595\\_Use\\_of\\_medication\\_in\\_university\\_students\\_with\\_Burnout/links/5ec52d57a6fdcc90d686412f/Use-of-medication-in-university-students-with-Burnout.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Joao-Maroco-2/publication/340047595_Use_of_medication_in_university_students_with_Burnout/links/5ec52d57a6fdcc90d686412f/Use-of-medication-in-university-students-with-Burnout.pdf). doi: <http://dx.doi.org/10.15309/20psd210104>.

Assunção, H. & Marôco, J. (2020b). Burnout e intenção de desistir do curso: o efeito moderador do envolvimento acadêmico. *Anais do 13º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde da Faculdade de Ciências da Saúde de Portugal*. Faculdade de Ciências da Saúde. Recuperado em 01 junho, 2021, de [https://www.academia.edu/45674504/BURNOUT\\_E\\_INTEN%C3%87%C3%83O\\_DE\\_DESISTIR\\_DO\\_CURSO\\_O\\_EFEITO\\_MODERADOR\\_DO\\_ENVOLVIMENTO\\_ACA](https://www.academia.edu/45674504/BURNOUT_E_INTEN%C3%87%C3%83O_DE_DESISTIR_DO_CURSO_O_EFEITO_MODERADOR_DO_ENVOLVIMENTO_ACA) D% C3% 89MICO?bulkDownload=thisPaper-topRelated-sameAuthor-citingThis-citedByThis-secondOrderCitations&from=cover\_page

Barbosa, M. L., Ferreira, B., Vargas, T. N., Ney da Silva, G. M., Nardi, A. E., Machado, S., & Caixeta, L. (2018). Burnout Prevalence and Associated Factors Among Brazilian Medical Students. *Clinical practice and epidemiology in mental health : CP & EMH*, 14, 188–195. <https://doi.org/10.2174/1745017901814010188>

Campos, J. A. D. B., Carlotto, M. S. & Marôco, J. (2013). Copenhagen Burnout Inventory – student version: adaptation and transcultural validation for Portugal and Brazil. *Psicol Reflex Crit*, 26(1): 87-97. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722013000100010>.

Castaldelli-Maia, J. M., Lewis, T., Santos, N. M., Picon, F., Kadhun, M., Farrell, S. M., Molodynski, A. & Ventriglio, A. (2019). Stressors, psychological distress, and mental health problems amongst Brazilian medical students. *Int Rev Psychiatry*, 31(7-8): 603-607. [10.1080/09540261.2019.1669335](https://doi.org/10.1080/09540261.2019.1669335).

David A. (2010). Examining the relationship of personality and Burnout in college students: the role of academic motivation. *EMEReview* , 1: 90-104. <https://ssrn.com/abstract=2509164>

Fares, J., Al Tabosh, H., Saadeddin, Z., El Mouhayyar, C., & Aridi, H. (2016). Stress, Burnout and coping strategies in preclinical medical students. *N Am J Med Sci*, 8(2), 75–81. <https://doi.org/10.4103/1947-2714.177299>

Hartog, C. S. (2019). I can no longer: Burnout - a riot. *Med Klin Intensivmed Notfmed*, 114: 693-98. <https://doi.org/10.1007/s00063-017-0362-1>.

Instituto SEMESP (2020). Mapa do Ensino Superior no Brasil. (10ª ed.). SEMEP. Recuperado em 01 junho, 2021, de <https://www.semesp.org.br/wp-content/uploads/2020/04/Mapa-do-Ensino-Superior-2020-Instituto-Semesp.pdf>.

Lopes, A. R. & Nihei, O. K. (2020). Burnout among nursing students: predictors and association with empathy and self-efficacy. *Rev Bras Enferm*, 73(1): e20180280. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0280>.

Madigan, D. J. & Curran, T. (2020). Does Burnout affect academic achievement? A meta-analysis of over 100,000 students. *Educ Psychol Rev*, 33: 387–405. [10.1007/s10648-020-09533-1](https://doi.org/10.1007/s10648-020-09533-1)

Majernikova, L. & Obrocnikova, A. (2017). Personality predictors and their impact on coping with burnout among students preparing for the nursing and midwifery profession. *Kontakt*, 19(2): e93–e98. [10.1016/j.kontakt.2017.02.002](https://doi.org/10.1016/j.kontakt.2017.02.002).

Moghadam, M. T., Abbasi, E. & Khoshnodifar, Z. (2020). Students' academic Burnout in iranian agricultural higher education system: the mediating role of achievement motivation. *Heliyon*, 6(9): e04960. [10.1016/j.heliyon.2020.e04960](https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04960)

Muzafar, Y., Khan, H. H., Ashraf, H., Hussain, W., Sajid, H., Tahir, M., Rehman, A., Sohail, A., Waqas, A., & Ahmad, W. (2015). Burnout and its associated factors in medical students of Lahore, Pakistan. *Cureus*, 7(11), e390. <https://doi.org/10.7759/cureus.390>

Nassar, L. M. & De Carvalho, J. P. (2021). Síndrome de Burnout em estudantes de graduação de Medicina no Brasil: uma revisão do panorama brasileiro. *Espac Saude*, 22:e721. <http://espacoparasaudefpp.edu.br/index.php/espacosauade/article/view/721/621>

Owen, M. S., Kavanagh, P. S. & Dollard, M. F. (2018). An integrated model of work–study conflict and work–study facilitation. *J Career Dev*, 45(5): 1-14. <https://doi.org/10.1177/0894845317720071>.

Schramer, K. M., Rauti, C. M., Kartolo, A. B. & Kwantes, C. T. (2020). Examining burnout in employed university students. *J Public Ment Health*, 19(1): 17-25. <https://doi.org/10.1108/JPMH-05-2019-0058>.

Tajeri Moghadam, M., Abbasi, E., & Khoshnodifar, Z. (2020). Students' academic burnout in Iranian agricultural higher education system: the mediating role of achievement motivation. *Heliyon*, 6(9), e04960. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04960>

Valero-Chillerón, M. J., González-Chordá, V. M., López-Peña, N., Cervera-Gasch, A., Suárez-Alcázar, M. P. & Mena-Tudela, D. (2019). Burnout syndrome in nursing students: an observational study. *Nurse Educ Today*, 76: 38–43. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2019.01.014>

Ye, Y., Huang, X. & Liu, Y. (2021). Social support and academic burnout among university students: a moderated mediation model. *Psychol Res Behav Manag*, 14: 335-44. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S300797>

Worly, B., Verbeck, N., Walker, C. & Clinchot, D. M. (2018). Burnout, perceived stress, and empathic concern: differences in female and male Millennial medical students. *Psychol Health Med*, 1–10. [10.1080/13548506.2018.1529329](https://doi.org/10.1080/13548506.2018.1529329).