

SÍNDROME DE *BURNOUT*: OS DESAFIOS E OS FATORES DESENCADEADORES EM ESTUDANTE UNIVERSITÁRIOS

VERONICA NOGUEIRA DO NASCIMENTO

Orientadora Mestra em Desenvolvimento Regional Sustentável pela Universidade Federal do Cariri - UFCA, veronykka@gmail.com;

ÉRIKA HELEN DE SOUSA

Graduanda do Curso de Ciências Biológicas da Universidade Regional do Cariri - URCA, hellen-sousa2016@outlook.com;

RESUMO

A síndrome de *Burnout* é considerada um transtorno multidimensional, um fenômeno psicossocial gradual e lento que se acarreta durante um longo período. O indivíduo que desempenha mais de uma função na sociedade, ou seja, trabalha e estuda, e ainda concilia os compromissos da vida social, está mais propenso a apresentar sintomas de estresse mental. Deste modo esta pesquisa teve como objetivo principal investigar a ocorrência de fatores que desencadeiam a Síndrome de *Burnout* em estudantes universitários. O presente estudo de campo, descritivo, com abordagem quantitativa e qualitativa foi realizado na Universidade Regional do Cariri, Unidade Descentralizada de Campos Sales – CE. Utilizou-se como instrumento de coleta de dados uma adaptação do MBI-SS (*Maslach Burnout Inventory – Student Survey*), modelo de referência acerca da Síndrome de *Burnout*. Responderam a pesquisa 62 estudantes universitários dos cursos de letras, matemática e ciências biológicas. Verificam-se resultados descritivos relevantes que descartam a incidência de Síndrome de *Burnout* na maioria da comunidade acadêmica, apenas uma discente do curso de Matemática caracterizou-se com a síndrome. Porém, evidencia-se a existência de fatores que caracterizam a exaustão emocional e o desânimo dos acadêmicos frente as dificuldades encontradas no ano letivo de 2020. Faz-se necessário traçar estratégias que auxiliem os educandos e forneçam apoio psicológico para que consigam ultrapassar este período de pandemia e se sintam aptos a conciliar as suas atividades acadêmicas desfrutando de uma boa saúde mental.

Palavras-chave: Síndrome de *Burnout*, universitários, saúde coletiva, educação.

INTRODUÇÃO

Atualmente o desgaste psicológico é um fator cada vez mais comum, relacionado ao estresse e a exaustão. O estresse tem sido o verdadeiro mal que pode atingir qualquer classe social em vários cenários provocando doenças e comprometendo a qualidade de vida de um indivíduo. O processo capitalista induz a necessidade de qualificação no mercado de trabalho, mas não é só isso, o envolvimento social e emocional do indivíduo também tem um valor inestimado. Por isso, no cenário atual muitos são os transtornos psicológicos desenvolvidos em diferentes realidades (BARBOSA *et al.*, 2010).

Um destes consideráveis transtornos é a Síndrome de *Burnout*, uma doença considerada multidimensional, um fenômeno psicossocial gradual e lento que se acarreta durante um longo período. O termo *Burnout* é a junção de *burn* (queima) e *out* (exterior), significando exaustão emocional, fadiga, frustração, desajustamento (INOCENTE, 2005; TAMAYO; TRÓCCOLI, 2009). A compreensão mais aceita acerca do *Burnout* foi elaborada referindo-se a qual a mesma baseia-se em reações de apreensão emocional e crônica ao conviver demasiadamente com outros seres humanos, sobretudo quando se encontram com problemas emocionais ou em momentos de estresse (BORGES *et al.*, 2002).

A Síndrome de *Burnout* está associada a um componente de elementos: condições de trabalho, altos índices de violência, acúmulo de empregos e pressão do público. Atinge profissionais da saúde, professores, assistentes sociais, bombeiros, policiais e mais recentemente tem sido realizadas muitas pesquisas da sua incidência em universitários. O *Burnout* também se caracteriza como um estresse ocupacional que é uma junção de perturbações que causam o desequilíbrio físico e psíquico e que ocorrem no ambiente de trabalho. Apresenta três pontos principais que são: a exaustão afetiva emocional; a despersonalização e a ausência de realização pessoal relacionada ao trabalho ou realização profissional (VIEIRA, 2010).

Inicialmente, tem-se sentimentos relacionados ao cansaço extremo, sentindo-se cada vez menos capaz de suportar a situação estressora. O segundo refere-se à perspicácia de deterioração da própria competência pessoal e em relação ao trabalho. O terceiro componente trata-se da falta de empatia, negativismo, indiferença, insensibilidade e omissão de sentimentos com respeito as outras pessoas. Essa série de acontecimentos podem

causar graves danos no próprio indivíduo acometido como naqueles que convivem diretamente com ele (LORENZ; BENATTI; SABINO, 2010; SOARES; DEL PRETTE, 2015).

“A educação é o processo pelo qual a sociedade forma seus membros à sua imagem e em função de seus interesses” (PINTO, 1997, p. 29). Por isto, essa era tem sido considerada a era do conhecimento, pois este é uma necessidade básica para sobrevivência. Assim, resultando em uma pressão psicológica cada vez maior por parte dos estudantes, desde o começo da sua vida estudantil até a acadêmica, que prepara de fato qualquer futuro profissional para o mercado de trabalho. Essa pressão acarreta uma série de problemas ainda mesmo no âmbito acadêmico, principalmente, nos períodos finais da graduação.

Em relação a realidade de pessoas com Síndrome de *Burnout*, a grande problemática está em muitos aspectos visto que, a ocorrência desta ocasiona problemas de saúde físicos e psicológicos e ainda interfere no convívio social. Em universitários pode prejudicar o seu rendimento, assim como as suas relações pessoais dentro e fora do ambiente acadêmico. Em alguns casos, a Síndrome de *Burnout* pode levar, posteriormente, a outros transtornos como depressão e ansiedade, pois o indivíduo que desenvolve a síndrome se sente incapaz de realizar suas atividades plenamente, levando a falta de concentração, alterações de memória e até pensamentos suicidas. Se um indivíduo adquire a síndrome ainda no período acadêmico é um fato dizer que a sua vida profissional e social pode ser prejudicada (TRIGO; TENG; HALLAK, 2007).

Segundo Peleias *et al.* (2008) o indivíduo que desempenha mais de uma função na sociedade, ou seja, trabalha e estuda, e ainda concilia os compromissos da vida social, está mais propenso a apresentar sintomas de estresse mental. Quando há a tendência crônica, esses momentos de sobrecarga podem incidir na Síndrome de *Burnout*. As principais dificuldades encontradas pelos universitários são relacionadas as exigências da vida acadêmica, períodos de estágio, realização de pesquisas e trabalhos e a conciliação com trabalho, família e vida social. Diante deste cenário, torna-se relevante interrogar: quais os fatores que podem desencadear a Síndrome de *Burnout* em universitários? Quais estratégias podem ser adotadas para a redução e prevenção destes casos?

Esta pesquisa tem como objetivo geral investigar a ocorrência de fatores que desencadeiam a síndrome de *Burnout* em estudantes universitários. Diante deste, buscou-se: verificar o conhecimento dos universitários sobre

a Síndrome de *Burnout*; identificar possíveis sinais e sintomas da Síndrome de *Burnout* nos graduandos utilizando o *Maslach Burnout Inventory* (MBI); e apresentar estratégias relacionadas as atividades universitárias que atuem na prevenção da Síndrome de *Burnout*.

METODOLOGIA

Esta é uma pesquisa de campo, descritiva, com abordagem quantitativa. A pesquisa classifica-se como quantitativa uma vez que a mesma se voltou para a compreensão de um determinado processo social, a partir das relações estabelecidas entre as variáveis (GODOI; BANDEIRA-DE-MELLO; SILVA, 2010). Esta, ainda, é qualitativa, pois buscou dialogar com os discentes sobre a Síndrome de *Burnout*. A pesquisa qualitativa aproxima pesquisadores e investigados possibilitando o diálogo e a percepção quanto as opiniões e os sentimentos destes diante do tema em questão.

O estudo foi realizado na Universidade Regional do Cariri - URCA, a mesma está localizada no município de Campos Sales – CE. A Universidade atua há 13 anos no município. Atualmente, oferta os cursos de Licenciatura Plena em Letras; Ciências Biológicas e Matemática. O grupo em estudo foi composto por acadêmicos dos últimos semestres dos cursos de Ciências Biológicas, Letras e Matemática, e teve como critérios de inclusão os educandos aceitarem participar voluntariamente da pesquisa, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido; se encontrarem regularmente matriculados no semestre letivo.

Para a constituição dos dados quantitativos da pesquisa foram abordados todos os educandos que se classificaram nos critérios citados. Para a composição dos dados quantitativos foi realizado cálculo amostral com estimativa proporcional de 30%. Dados do semestre 2019.1 apontaram 725 educandos matriculados nos três cursos ofertados. Tomando por base esta população, com nível de confiança de 90%, a amostra foi de 63 estudantes. Sendo que responderam ao formulário 62 destes. A amostragem ocorreu de forma não probabilística, pois o questionário foi enviado através do aplicativo google forms para os grupos de WhatsApp dos referidos cursos.

O instrumento de coleta de dados quantitativo teve como base o questionário *Maslach Burnout Inventory* (MBI), com adaptação para universitários, modelo de referência utilizado em investigações acerca da síndrome de *Burnout*. Christina Maslach e Susan Jackson criaram o *Maslach Burnout Inventory* (MBI), questionário aplicado aos indivíduos que busca avaliar em

três dimensões: cansaço ou esgotamento emocional, desumanização ou despersonalização e falta de realização profissional (MASLACH; JACKSON, 1981; LIMA *et al.*, 2018).

Devido as medidas de isolamento social impostas pelo governo do Estado mediante a pandemia do COVID-19, a coleta de dados foi realizada de forma remota com o auxílio da plataforma Google Forms e do aplicativo WhatsApp. Diante da coleta de dados qualitativa, optou-se pela roda de conversa. Esta ocorreu de forma virtual através do Aplicativo Google Meet, no dia 28 de setembro de 2021.

Inicialmente, foi realizada a estatística descritiva das variáveis quantitativas (valores mínimos e máximos, medidas de tendência central, dispersão e percentuais). Para analisar a sensibilidade psicométrica dos itens do MBI-SS foram estimadas medidas de tendência central, variabilidade e forma da distribuição, sendo considerados os valores absolutos de curtose ($Ku < 7$) e de assimetria ($Sk < 3$) com indicativos da ausência de desvios severos à distribuição normal das respostas, e, conseqüentemente, de sensibilidade psicométrica (MAROCO, TECEDUIRO, 2009). O Coeficiente alfa de Cronbach padronizado (α) foi utilizado para avaliar a consistência interna de cada fator do MBI-HSS, com valores $\alpha \geq 0,70$ sendo considerados como adequados (PEREIRA *et al.*, 2021). Por fim, a adequação da amostra foi verificada por meio do índice de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO).

Seguindo a proposta de modelo trifatorial para o MBI-SS (SCHAUFELI *et al.*, 2002) foi realizada análise fatorial confirmatória (AFC), com a utilização do método de Máxima verossimilhança (SCHAUFELI *et al.*, 2002; PEREIRA *et al.*, 2021). Dessa forma, dois modelos foram testados inicialmente: modelo ortogonal, não sendo considerada nenhuma correlação entre os fatores (Modelo 1), modelo trifatorial oblíquo, considerando correlações entre os três fatores (Modelo 2).

Para avaliar a qualidade de ajustamento do melhor modelo, foram consideradas a razão de qui-quadrado pelos graus de liberdade (χ^2/gl), *Comparative Fit Index* (CFI), *Tucker-Lewis Index* (TLI) e *Root Mean Square Error of Approximation* (RMSEA). O ajustamento dos modelos foi considerado adequado quando $\chi^2/gl \leq 5,0$, CFI $\geq 0,90$, TLI $\geq 0,90$ e RMSEA $< 0,10$. Por fim, a comparação entre os modelos foi realizada pelos índices baseados na Teoria da Informação (*Akaike Information Criterion* – AIC e *Bayes Information Criterion* – BIC), sendo considerado o melhor modelo aquele que apresentou os menores valores nesses índices (PEREIRA *et al.*, 2021). Todas as análises foram realizadas no software R (R Development Core Team 2019), com o

auxílio dos pacotes: “lavaan” - para realizar a análise fatorial confirmatória (CFA); “psych” - Para o cálculo do alfa de Cronbach padronizado (α). O valor de significância utilizado foi de 5% (ZAR, 2010).

O presente estudo atendeu todas as exigências éticas e científicas fundamentadas nas Resoluções N° 466/12 e N° 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (BRASIL, 2012; BRASIL, 2016). Fazem-se necessários os cuidados a saúde e o bem-estar dos participantes, minimizando os riscos, maximizando os benefícios e prezando o anonimato dos mesmos. O mesmo foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Regional do Cariri - URCA e aprovado segundo o parecer N° 4.637.676. Foi utilizado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE para o público abordado e a Carta de Anuência à Universidade.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Um total de 62 estudantes participaram do estudo, sendo representados os três cursos da URCA/UDCS, Ciências Biológicas, Letras e Matemática (Tabela 1), com a maioria dos estudantes cursando o 8° semestre em seus respectivos cursos (Tabela 1). A idade dos estudantes variou entre 20 e 49 anos (média = 25; sd = 5,64), sendo em sua maioria do sexo feminino (72,58%) (Tabela 1). Uma estudante do sexo feminino apresenta *Burnout* (1,59%).

Tabela 1 – Perfil sociodemográfico dos estudantes da URCA/UDCS que participaram do estudo

| Variáveis | Categorias | n | (%) |
|-----------|---------------------|----|---------|
| Gênero | Feminino | 45 | (72,58) |
| | Masculino | 17 | (27,41) |
| Curso | Ciências Biológicas | 24 | (38,71) |
| | Letras | 18 | (29,03) |
| | Matemática | 20 | (32,26) |
| Semestre | 6° | 15 | (24,19) |
| | 7° | 17 | (27,42) |
| | 8° | 26 | (41,94) |
| | 9° | 4 | (6,45) |

Fonte: pesquisa direta, 2021.

Todos os itens relacionados a sensibilidade psicométrica do MBI-SS foram considerados adequados para o modelo, não comprometendo os dados (Tabela 2).

Tabela 2 – Medidas de tendência central e de distribuição por itens do MBI-SS

| Itens | Média | Desvio padrão | Mediana | Assimetria | Curtose |
|-------|-------|---------------|---------|------------|---------|
| EE1 | 3,31 | 1,78 | 4 | -0,06 | -1,25 |
| EE2 | 3,05 | 1,84 | 3 | 0,15 | -1,32 |
| EE3 | 2,40 | 1,96 | 1,5 | 0,46 | -1,25 |
| EE4 | 2,45 | 1,96 | 2 | 0,47 | -1,08 |
| EE5 | 2,58 | 1,99 | 2 | 0,37 | -1,19 |
| De1 | 1,48 | 1,76 | 1 | 1,27 | 0,51 |
| De2 | 1,42 | 1,63 | 1 | 1,06 | 0,16 |
| De3 | 1,37 | 1,56 | 1 | 1,17 | 0,82 |
| De4 | 2,16 | 1,95 | 2 | 0,71 | -0,64 |
| EP1 | 3,53 | 1,88 | 3,5 | -0,01 | -1,42 |
| EP2 | 3,18 | 1,89 | 3 | 0,17 | -1,26 |
| EP3 | 3,6 | 2,00 | 4 | -0,18 | -1,35 |
| EP4 | 3,55 | 1,90 | 3 | 0,03 | -1,41 |
| EP5 | 3,23 | 1,88 | 3 | 0,20 | -1,37 |
| EP6 | 3,95 | 1,83 | 4 | -0,23 | -1,41 |

Fonte: pesquisa direta, 2021.

A consistência interna do MBI-SS aplicado aos estudantes da URCA/UDCS foi considerada adequada, de acordo com os valores do α de Cronbach padronizado para cada fator: Exaustão emocional = 0,90; Descrença = 0,82; Eficácia Profissional = 0,92; bem como, para cada item analisado (Tabela 3). Além disso, o índice KMO indicou adequação da amostra (KMO = 0,81).

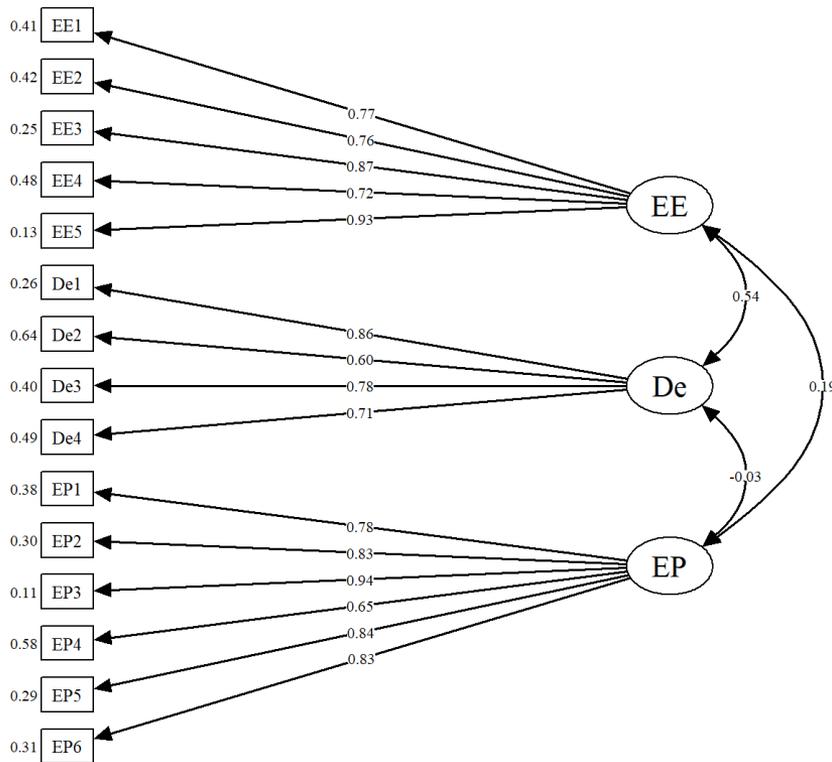
Tabela 3 – Pesos fatoriais obtidos com a análise fatorial confirmatória, consistência interna (α de Cronbach), variância média extraída (AVE) e correlações entre fatores da MBI-SS

| Itens | Fatores | | |
|-------------|---------|-------|------|
| | EE | De | EP |
| EE1 | 0,89 | | |
| EE2 | 0,89 | | |
| EE3 | 0,88 | | |
| EE4 | 0,90 | | |
| EE5 | 0,86 | | |
| De1 | | 0,75 | |
| De2 | | 0,82 | |
| De3 | | 0,78 | |
| De4 | | 0,78 | |
| EP1 | | | 0,91 |
| EP2 | | | 0,91 |
| EP3 | | | 0,89 |
| EP4 | | | 0,93 |
| EP5 | | | 0,90 |
| EP6 | | | 0,90 |
| A | 0,90 | 0,82 | 0,92 |
| AVE | 0,66 | 0,55 | 0,67 |
| Correlações | | | |
| EE | 1 | | |
| De | 0,54 | 1 | |
| EP | 0,19 | -0,03 | 1 |

Fonte: pesquisa direta, 2021.

Na análise fatorial, o modelo 2 (Modelo Trifatorial Oblíquo) foi considerado o melhor em relação ao modelo 1 (modelo ortogonal), de acordo com os índices da teoria da informação, sendo considerado o modelo mais parcimonioso para o estudo, tendo se adequado de forma razoável a estrutura original proposta ($\chi^2/\text{gl} \leq 1,85$; CFI = 0,88, TLI = 0,86; RMSEA = 0,11; $P(\text{rmsea} \leq 0.05) < 0.001$). O modelo 1 está representado na figura 1.

Figura 1 – Fluxograma do modelo 1 ($\chi^2/g.l \leq 1,85$; CFI = 0,88, TLI = 0,86; RMSEA = 0,11; $P(\text{rmsea} \leq 0,05) < 0,001$) da Análise Fatorial Confirmatória para o MBI-SS dos estudantes da URCA/UDCS



Fonte: dados da pesquisa, 2021.

De acordo com os índices obtidos, uma estudante apresenta a síndrome de *Burnout*, representando 1,58% da amostra. Embora o modelo 2 tenha sido o modelo de melhor adequação aos pressupostos iniciais, o mesmo não atingiu caráter adequado para o MBI-SS. Contudo, a adequação das variáveis a cada fator, bem como os fatores dentro de cada modelo se mostraram adequadas.

Ao identificar a síndrome em uma acadêmica de matemática da URCA/UDCS, faz-se necessário atentar para estratégias de prevenção e cuidados a saúde mental dos universitários. Dalcin e Carlotto (2018, 142) afirmam que equilibrar a interação trabalho-família, também, tem sido alvo de estudos, especialmente em mulheres, pois “além de desenvolver as atividades da sua vida laboral, elas ainda executam as tarefas familiares, portanto, observa-se que a dupla jornada de trabalho pode ocasionar conflitos”. Importante ofertar atenção, também, àquelas mulheres que além de trabalhar e manter uma

rotina de atividades domésticas, cursam uma graduação em licenciatura, acumulando, ainda, a rotina acadêmica de estudos e as práticas docentes através dos estágios curriculares.

A exaustão emocional se encontra presente na rotina dos estudantes da URCA/UDCS, portanto, as intervenções devem ser pensadas e elaboradas de acordo com os diferentes níveis em que a síndrome se manifesta e pelas variáveis que esta afeta. A unidade ainda não conta com um núcleo de atendimento psicossocial aos estudantes.

A partir do contexto analisado no presente estudo, é perceptível que a Síndrome de *Burnout* vai além do ambiente laboral, afetando, também, a comunidade acadêmica em processo de formação. O contexto atual de isolamento social decorrente da pandemia de COVID-19 contribui para o desgaste emocional dos estudantes. As transformações sociais aceleradas e as cobranças por uma boa qualificação profissional denotam atenção por parte da comunidade acadêmica.

O contexto vivenciado pelos estudantes universitários é diferente em várias situações, todavia os sentimentos e os sintomas são relativamente semelhantes aos dos profissionais no exercício de tarefas laborais. Situar as investigações com foco nos estudantes universitários torna-se, portanto, um desafio e exige o olhar tanto do profissional como dos gestores da universidade, possibilitando a construção de novos designers para a atuação e a intervenção profissionais (MOTA *et al.*, 2017).

Faz-se necessário aprofundar as discussões científicas sobre a Síndrome de *Burnout* em estudantes universitários, com ênfase nos cursos de licenciatura. Oliveira; Grangeiro e Barreto (2008) há mais de 10 anos evidenciam a relevância destes estudos. As referências com esta delimitação ainda hoje são escassas.

Observa-se um quantitativo significativo de trabalhos científicos com acadêmicos dos cursos de saúde, porém, os acadêmicos de licenciatura, também, estão expostos aos fatores que podem desencadear esta síndrome. De forma contínua a esta investigação, novos estudos de abordagens qualitativas e quantitativas que elucidaram a percepção dos universitários frente aos sinais e sintomas do *Burnout*, foram realizados. Afim de despertar o senso crítico de toda a comunidade acadêmica, e deixar evidente a necessidade construção de um núcleo especializado na URCA/UDCS com ações efetivas de prevenção e promoção à saúde mental destes discente.

Percepção dos universitários sobre a Síndrome de Burnout

Diante da análise de dados realizada e como fonte complementar de pesquisa, verificou-se então a necessidade de obtenção da percepção destes universitários em relação a temática abordada. A realização de uma roda de conversa, demonstrou-se uma didática eficiente visto que, na mesma, temos a participação coletiva através de conversas e debates, intensificando o diálogo entre os mesmos, de modo que o sujeito principal da pesquisa possa expressar sua opinião de maneira crítica e reflexiva acerca do seu conhecimento sobre a proposta discutida.

A roda de conversa foi direcionada primeiramente por uma exposição dos dados coletados, a fim de proporcionar um ambiente mais dinâmico e acolhedor para alunos. Durante todo o processo constatou-se que estes universitários, em sua grande maioria, tinham pouco ou nenhum conhecimento acerca da Síndrome de *Burnout*.

“Acreditava que os alunos passavam por estresse durante o ensino superior, mas, não imaginava que isso pudesse desencadear uma possível síndrome ou outros tantos problemas psicológicos (E1).”

“A primeira vez que tive conhecimento desta síndrome já foi dentro da universidade através deste pré projeto, até então não tinha qualquer conhecimento (E2).”

Percebe-se, através das falas das participantes, a necessidade de uma maior divulgação sobre esta síndrome dentro da universidade. Estes anseiam por políticas pedagógicas que contemplem a preocupação da Instituição de ensino com a saúde mental dos seus discentes. Mediante a esta discussão, surgiu o diálogo em torno do relacionamento dos discentes com o atual núcleo gestor da Universidade. Estes, afirmaram que a nível de Unidade Descentralizada possuem uma boa relação, porém, sentem a necessidade de uma maior proximidade destes gestores através de mais ações que promovam temas necessários e de grande relevância como a Síndrome de *Burnout* e outros.

“Sempre que preciso de ajuda dos professores ou da direção da universidade consigo contato e resolver a maioria das minhas questões (E3).”

“Concordo que tenho um bom contato com todos, mas acho que mesmo com eventos que dão oportunidade dos alunos expressarem suas ideias, há pouco retorno da pró-reitoria em relação a nossas colocações pra melhorar a universidade (E4).”

Estudos cuja temática é a Síndrome de *Burnout* em estudantes universitários permitem a reflexão sobre a qualidade do ensino e seu incremento, auxiliando na orientação do currículo e de projetos pedagógicos, além de minimizar desconfortos ocasionados, no período da formação inicial, pela busca de melhor qualidade de vida e de melhor rendimento acadêmico (MOTA *et al.*, 2017). Deste modo, faz-se necessário, também, que o próprio docente seja capacitado para lidar com as diversas situações que possam surgir, cultivando um espaço seguro e harmônico para o processo de ensino aprendizagem (FREIRE, 2007).

Entretanto foi possível perceber a insatisfação dos mesmos em relação a conciliação dos últimos semestres que aparentemente são mais intensos devido aos estágios, com a vida pessoal.

Os alunos afirmam em sua totalidade que a Universidade, no município de Campos Sales, não dispõe do apoio psicológico necessário para os mesmos.

“Tenho colegas dentro da universidade que buscaram apoio psicológico pois trabalhava e estudava e chegando os semestres finais teve picos de ansiedade e estresse por achar que não ia conseguir realizar todas as atividades, me sinto estressada na maioria do tempo porém tenho trabalhado esta questão para tentar manter a calma (E1).”

“Acho que deveríamos ter um psicólogo a nossa disposição até mesmo pra falarmos de assuntos externos, uma forma de ter ajuda profissional, muitas vezes a maioria de nós não temos condições de pagar por este apoio, ou até mesmo mais palestras sobre essa temática (E5).”

“Tranquei algumas cadeiras pois não me via totalmente focado para ter bons resultados, eu acho que cadeira de férias deveriam ser colocadas para os alunos, seria uma grande contribuição para todos (E6).”

O período dos estágios curriculares constitui uma etapa que pode desencadear os sintomas da síndrome, pois os estudantes deparam-se com situações reais em que problemas, dificuldades, limitações da prática profissional ficam evidentes. Deste modo, torna-se necessário intensificar as pesquisas no âmbito acadêmico de um modo que estas possam aprofundar as discussões e discutir caminhos em busca da melhoria da qualidade de vida dos discentes.

Diante desta pesquisa, verifica-se que os universitários da Universidade Regional do Cariri, Unidade Descentralizada de Campos Sales, estão

suscetíveis a Síndrome de *Burnout*, onde os fatores desencadeadores vão desde a sobrecarga que estes são expostos nos períodos finais do curso; aos problemas interpessoais que possam apresentar até a falta de apoio psicológico da Universidade. Todas as medidas possíveis devem ser implementadas, principalmente, em relação a ouvir as colocações destes alunos, buscando criar um ambiente confortável durante a sua vida acadêmica.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com a pesquisa, indicativos mostram que os períodos de estágios curriculares estabelecem uma etapa importante que pode desencadear a Síndrome de *Burnout*, os estudantes lidam com situações reais em que problemas, dificuldades, limitações da prática profissional ficam evidentes.

Em relação aos escores trabalhados na pesquisa e diante do modelo MBI-SS de questionário disponibilizado para os estudantes, tivemos como base as três dimensões conceituadas para avaliação do possível surgimento ou presença da síndrome (exaustão emocional; despersonalização e baixa realização profissional). Podemos perceber que os maiores escores encontrados estão relacionados à exaustão emocional, o que não caracteriza a presença da síndrome, mas que necessita de um olhar especial e específico para estes universitários de ambos os cursos que foram realizadas as pesquisas.

Apenas uma aluna do curso de matemática apresentou escores maiores caracterizando-se como Síndrome de *Burnout*. Isto demonstra a necessidade urgente de medidas preventivas e apoio a estes estudantes, não só a aluna que já se caracteriza com a síndrome, mas, também, aos demais com o propósito de neutralizar ou cessar as manifestações da mesma. Toda essa questão levanta a necessidade de uma reflexão em torno da qualidade de ensino, de maneira que possam incrementar currículos e projetos pedagógicos atualizados, mantendo estes alunos em uma situação tranquila e confortável, a fim de melhorar a qualidade de vida e o rendimento acadêmico satisfatório.

Sugere-se diante do estudo, a implantação de um núcleo de apoio psicossocial para os estudantes da Unidade Descentralizada de Campos Sales, afim de fazer com que estes alunos se sintam acolhidos dentro da própria Universidade. Este seria um local de apoio com rodas de conversas e profissionais qualificados para atuarem em todas as questões que venham a ser apresentadas por estes estudantes da melhor maneira possível. Bem como a preparação dos demais profissionais do núcleo universitário, com

qualificações para os mesmos, afim de que estes sejam capazes de identificar comportamentos que possam demonstrar qualquer tipo de alteração na saúde mental dos universitários.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, K. B. F. *et al.* Estresse oxidativo: conceito, implicações e fatores modulatórios. **Revista de nutrição**, Campinas, v. 23, n. 4, p. 629-643, 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732010000400013&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 01 jan. 2021.

BORGES, L. O. *et al.* A síndrome de *Burnout* e os valores organizacionais: um estudo comparativo em hospitais universitários. **Psicologia: reflexão e crítica**, v.15 n. 1, p.189-200, 2002. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/prc/a/kKNxb-MsGvwQH6FmnyRwD3Ps/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 17 fev. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução Nº 466 de 12 de dezembro de 2012**. Brasília, 2012. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html. Acesso em: 05 abr. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução Nº 510 de 07 de abril de 2016**. Brasília, 2016. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html. Acesso em: 05 abr. 2021.

DALCIN, L.; CARLOTTO, M. S. Avaliação de efeito de uma intervenção para a Síndrome de *Burnout* em professores. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 22, n. 1, p. 141-150, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/6HQTYCVGd-FkfnK4Yz94qBcR/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 30 abr. 2021.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia**: saberes necessários à prática educativa. 35. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2007.

GODOI, C. K.; BANDEIRA-DE-MELLO, R.; SILVA, A. B. **Pesquisa Qualitativa em Estudos Organizacionais**: paradigmas, estratégias e métodos. 2. ed. São Paulo: Saraiva, 2010.

INOCENTE, N. J. *et al.* **Síndrome de *Burnout* em professores universitários do Vale do Paraíba (SP)**. 219 fl. 2005. Tese (Doutorado em Ciências Médicas). Pós-Graduação Ciências Médicas da UNICAMP. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005. Disponível em: <http://repositorio.unicamp.br/handle/REPOSIP/311898>. Acesso em: 10 nov. 2020.

LIMA, D. I. *et al.* Síndrome de *Burnout*: um estudo a partir de uma Instituição de Ensino Público. **Gestão e Desenvolvimento em Revista**, v. 4, n. 1, p. 128-139., 2018. Disponível em: <http://saber.unioeste.br/index.php/gestaoedesenvolvimento/article/view/19789/13032>. Acesso em: 26 jun. 2021.

LORENZ, V. R.; BENATTI, M. C. C.; SABINO, M. O. *Burnout* e estresse entre enfermeiros terciário de um hospital universitário. **Rev. Latino-Am. Enfermagem de Ribeirão Preto**, v. 18, n. 6, dezembro 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692010000600007&lng=en&nrm=iso. Acesso em 15 ago. 2021.

MAROCO, J; TECEDEIRO, M. Inventário de *Burnout* de Maslach para estudantes portugueses. **Psicologia, saúde e Doenças**, v. 10, n. 2, p. 227-236, 2009. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/362/36218589007.pdf>. Acesso em: 01 de fev. 2021.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. ***The measurement of experienced Burnout. Journal of Occupational Behaviour***, v. 2, p. 99-113, 1981. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/job.4030020205>. Acesso em: 10 dez. 2020.

MASLACH, C; JACKSON, S. E.; LEITER, M. P. *Maslach Burnout Inventory Manual* (3rd edition). Palo Alto, CA: **Consulting Psychology Press**, 1996.

MOTA, I. D. da *et al.* Síndrome de *Burnout* em estudantes universitários: um olhar sobre as investigações. **Motrivivência**, v. 29, p. 243-256, 2017. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/2175-8042.2017v29nespp243/35497>. Acesso em: 27 abr. 2021.

OLIVEIRA, G. F.; GRANGEIRO, M. V. T.; BARRETO, J. de O. P. Síndrome de *Burnout* em estudantes universitários. **Id on line Revista de Psicologia**, v. 2, n. 6, p. 54-61, 2008. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/142/142>. Acesso em: 10 jan. 2021.

PELEIAS, I. R. *et al.* Pesquisa sobre a percepção dos alunos do 1º. Ano de ciências contábeis na cidade de São Paulo em relação às dificuldades por eles percebidas no período noturno. **Revista Universo Contábil**, v. 4, n. 1, p. 81-94, 2008. Disponível em: <https://proxy.furb.br/ojs/index.php/universocontabil/article/view/874/668>. Acesso em: 09 dez. 2020.

PEREIRA, S. de S. *et al.* *Análisis factorial confirmatorio del Maslach Burnout Inventory– Human Services Survey en profesionales de la salud de los servicios de emergencia.* **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 29, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/v9BRMzXSRVhsDKWXP3szbrf/?lang=pt&-format=pdf>. Acesso em: 10 mar. 2021.

PIMENTA, S. Ga.; LIMA, M. S. L. **Estágio e docência**. 8. ed. São Paulo: Cortez, 2017.

PINTO, A. V. **Sete lições sobre educação de adultos**. 9. ed. São Paulo: Cortez, 1997.

SCHAUFELI, W. B. *et al.* *Burnout and engagement in university students: A cross-national study.* **Journal of cross-cultural psychology**, v. 33, n. 5, p. 464-481, 2002. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0022022102033005003>. Acesso em: 15 maio 2021.

SOARES, A. B.; DEL PRETTE, Z. A. P. Habilidades sociais e adaptação à universidade: Convergências e divergências dos construtos. **Análise Psicológica**, v. 33, n. 2, p. 139-151, 2015. Disponível em: http://publicacoes.ispa.pt/index.php/ap/article/view/911/pdf_1. Acesso em: 10 maio 2021.

TAMAYO, M. R.; TRÓCCOLI, B. T. Construção e validação fatorial da Escala de Caracterização do *Burnout* (ECB). **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 14, n. 3, p. 213-221, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/epsic/a/nyL8q9DYDVV-v9LycBpCJgXf/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 10 nov. 2020.

TRIGO, T. R.; TENG, C. T.; HALLAK, J. E. C. Síndrome de *Burnout* ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Archives of Clinical Psychiatry**, São Paulo, v. 34, n. 5, p. 223-233, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpc/a/6CTppS-Z6X5ZZLY5bXPPFB7S/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 10 nov. 2020.

VIEIRA, I. Conceito (s) de *Burnout*: questões atuais da pesquisa e a contribuição da clínica. **Revista brasileira de Saúde ocupacional**, v. 35, n.

122, p. 269-276, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/KTtx79ktPdtVSxwrVrkkNyD/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 30 abr. 2021.

ZAR, J. H. *Biostatistical Analysis*. 5. ed. Pearson Prentice-Hall, Upper Saddle River, NJ., 2010.