

# FATORES CORRELACIONADOS A SÍNDROME DE BURNOUT ENTRE ACADÊMICOS: ESTUDO TRANSVERSAL

FACTORS CORRELATED WITH BURNOUT  
SYNDROME AMONG ACADEMIC STUDENTS:  
CROSS-SECTIONAL STUDY

FACTORES CORRELACIONADOS CON EL  
SÍNDROME DE BURNOUT EN ESTUDIANTES  
ACADÉMICOS: ESTUDIO TRANSVERSAL

Mell Gomes Resende<sup>1</sup>  
Carlos Antonio Bueno dos Santos<sup>2</sup>  
Daniela Filgueira Lima<sup>2</sup>  
Luana Rodrigues Barbosa<sup>2</sup>  
Giovana Resende de Souza<sup>2</sup>  
Gustavo Carrijo Barbosa<sup>3</sup>

## RESUMO

Apesar de predominante no ambiente de trabalho, a Síndrome de Burnout (SB) torna-se cada vez mais frequente no ambiente universitário. Com objetivo de verificar a prevalência da SB entre acadêmicos e correlacionar essa variável com aspectos sociodemográficos e de saúde, esse estudo transversal foi conduzido com uma amostra composta por 72 participantes. O protocolo de avaliação foi composto por um questionário sociodemográfico, avaliação da Síndrome de Burnout, de sintomas depressivos, saúde geral, aspectos sociais e sintomas osteomusculares. A correlação de Spearman foi utilizada para análise estatística. Houve predomínio da SB entre a amostra (65,2%). Observou-se correlações significativas entre aspectos sociais e descrença ( $p=0.016$ ;  $r=-0.283$ ), eficácia estudantil ( $p<0.001$ ;  $r=-0.399$ ) e sintomas depressivos ( $p<0.001$ ;  $r=-0.547$ ), bem como entre a saúde geral e sintomas depressivos ( $p=0.012$ ;  $r=-0.295$ ). Estabelecer esse tipo de medida permite planejar ações voltadas à assistência estudantil, priorizando intervenções e práticas preventivas que colaborem com a promoção da saúde no ambiente universitário.

**Palavras-chave:** Estudantes. Burnout. Esgotamento Psicológico.

<sup>1</sup> (Acadêmica do curso de Fisioterapia da Faculdade Morgana Potrich. Bolsista PIBIC/FAMP. Mineiros, Goiás)

<sup>2</sup> (Acadêmico do curso de Fisioterapia da Faculdade Morgana Potrich. Bolsista PIVIC/FAMP. Mineiros, Goiás)

<sup>3</sup> (Mestre em Gerontologia. Docente do curso de Fisioterapia da Faculdade Morgana Potrich. Mineiros, Goiás)

**Autor de Correspondência:**

\*Gustavo Carrijo Barbosa E-mail: gustavocarrijo@live.com

## ABSTRACT

Despite being predominant in the workplace, Burnout Syndrome (BS) is becoming more and more frequent in the university environment. With the objective of verifying the prevalence of BS among students and correlating this variable with sociodemographic and health aspects, this cross-sectional study was conducted with a sample of 72 participants. The evaluation protocol consisted of a sociodemographic questionnaire, evaluation of Burnout Syndrome, depressive symptoms, general health, social aspects, and musculoskeletal symptoms. Spearman's correlation was used for statistical analysis. There was a predominance of BS among the sample (65.2%). Significant correlations were observed between social aspects and disbelief ( $p=0.016$ ;  $r=-0.283$ ), student efficacy ( $p<0.001$ ;  $r=-0.399$ ) and depressive symptoms ( $p<0.001$ ;  $r=-0.547$ ), as well as between general health and depressive symptoms ( $p=0.012$ ;  $r=-0.295$ ). Establishing this type of measure allows planning actions aimed at student assistance, prioritizing interventions and preventive practices that collaborate with health promotion in the university environment.

**Keywords:** Students. Burnout. Psychological Burnout.

## RESUMEN

A pesar de ser prevalente en el ámbito laboral, el Síndrome de Burnout (SB) es cada vez más frecuente en el ámbito universitario. Con el objetivo de verificar la prevalencia de SB entre los estudiantes y correlacionar esta variable con aspectos sociodemográficos y de salud, este estudio transversal se realizó con una muestra de 72 participantes. El protocolo de evaluación consistió en un cuestionario sociodemográfico, evaluación del Síndrome de Burnout, síntomas depresivos, salud general, aspectos sociales y síntomas musculoesqueléticos. Para el análisis estadístico se utilizó la correlación de Spearman. Hubo predominio de SB en la muestra (65,2%). Se observaron correlaciones significativas entre los aspectos sociales y la incredulidad ( $p=0.016$ ;  $r=-0.283$ ), la eficacia académica ( $p<0.001$ ;  $r=-0.399$ ) y síntomas depresivos ( $p<0.001$ ;  $r=-0.547$ ), así como entre la salud general y los síntomas depresivos ( $p=0.012$ ;  $r=-0.295$ ). Establecer este tipo de medidas permite planificar acciones dirigidas a la asistencia estudiantil, priorizar intervenciones y prácticas que colaboren con la promoción de la salud en el ámbito universitario.

**Palabras clave:** Estudiantes. Burnout. Agotamiento Psicológico.

## INTRODUÇÃO

O termo de origem inglesa “*Burnout*” designa algo que deixou de funcionar por esgotamento de energia. Pode-se dizer que este termo descreve uma síndrome com características que estão associadas a fatores de esgotamento e exaustão, que representam o resultado aos estressores laborais persistentes<sup>1</sup>. O cansaço ou esgotamento emocional, caracterizado pela fadiga ou perda de energia, é um componente primordial da Síndrome de Burnout (SB) e pode ter consequências físicas e psicológicas. Além disso, a falta de realização profissional, que pode causar sentimento de fracasso e baixa autoestima, associada à descrença, que desenvolve atitudes negativas, irritação e cinismo, formam estressores resultantes de uma discordância entre ideais individuais e realidade de vida laboral diária<sup>2</sup>.

Apesar de afetar predominantemente o meio trabalhista, a SB torna-se cada vez mais frequente no ambiente universitário, pois acadêmicos também se encontram suscetíveis a manifestarem esta condição devido à cobrança excessiva da função cognitiva e saúde emocional existente durante o processo de formação<sup>3</sup>. Entre as causas da manifestação da SB nesta população, destacam-se fatores como a excessiva quantidade de disciplinas a serem cursadas, a pressão pelos prazos curtos, o estresse exigido durante as provas, a incerteza financeira em perspectivas futuras, além do medo de falhar enquanto na universidade<sup>4</sup>.

A SB no ambiente universitário parte de um modelo sociológico e aponta fatores que influenciam em níveis micro, intermediário e macro. Influências micro são os fatores que situam dentro da vida pessoal e profissional do indivíduo (valores, comprometimento, papel desenvolvido, a carreira). Os fatores intermediários são institucionais como o tipo de instituição, aspectos éticos do local e aspectos socioculturais dos alunos e professores. Os fatores macro são as forças que advêm de tendências globais e das políticas governamentais<sup>5,6</sup>.

Tais fatores são responsáveis por desencadear principalmente sintomas psíquicos e comportamentais, apontados como foco da síndrome, que resultam em um desempenho afetado<sup>7</sup>. Por isso, torna-se importante o desenvolvimento de estudos que viabilizem o conhecimento de fatores que possam se correlacionar

com a manifestação da SB no ambiente universitário, para que assim possam servir como subsídio na elaboração de medidas educativas e de promoção em saúde, bem como ações preventivas, visando aspectos biopsicossociais dos acadêmicos.

Dito isso, o presente estudo surge com objetivo de verificar a prevalência da Síndrome de Burnout entre acadêmicos de uma instituição de ensino superior e correlacionar essa variável com aspectos sociodemográficos e de saúde.

## MÉTODO

Trata-se de um estudo quantitativo e transversal, conduzido junto a uma amostra composta por acadêmicos matriculados a partir do terceiro período de uma instituição de ensino superior privada do município de Mineiros (GO), que oferece cursos de graduação nas áreas de Direito, Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Nutrição, Odontologia e Psicologia.

No ano de 2023, a instituição contava com 1.547 acadêmicos matriculados em todos os cursos, segundo dados colhidos no departamento de Recursos Humanos. Inicialmente, foi realizado um cálculo amostral levando em conta o objeto principal da pesquisa, que resultou no recrutamento de 308 discentes, número proporcional por curso. Foram incluídos acadêmicos regularmente matriculados a partir do terceiro período; em qualquer um dos cursos da instituição; e que demonstraram interesse em participar da pesquisa, concordando com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram excluídos aqueles que não responderam completamente ao protocolo de avaliação; e aqueles que, por qualquer motivo, não entregaram o material após três tentativas de recolha.

A coleta dos dados se desenvolveu na própria instituição de ensino, realizada entre os meses de outubro e dezembro de 2023, em que a equipe foi diretamente às salas de aula das respectivas turmas explicando o objetivo do estudo. O acadêmico que se interessasse em participar, mediante assinatura do TCLE, poderia responder ao protocolo em formato de entrevista, com algum membro da equipe previamente treinado, ou levar o protocolo consigo para casa, analisando-o de forma completa e posteriormente respondendo. O protocolo foi composto pelos seguintes itens:

- Caracterização sociodemográfica: questionário composto por informações como gênero, idade, estado civil, carga horária semanal dedicada aos estudos, carga horária semanal dedicada a realização de atividades domésticas, se trabalha e se realiza atividade física, para que assim pudéssemos caracterizar os participantes e correlacionar a Síndrome de Burnout ao perfil de cada indivíduo.

- Avaliação da Síndrome de Burnout: utilizado o instrumento Maslach Burnout Inventory - Students Survey, em que são identificadas as três dimensões sintomatológicas da síndrome (exaustão emocional [5 itens], eficácia estudantil [6 itens] e descrença [4 itens]). Cada item do instrumento possui uma escala Likert de sete pontos, sendo "0= nunca" e "6= todos os dias", para quantificar a frequência com que o indivíduo passa por sentimentos característicos da síndrome. Na versão validada para acadêmicos brasileiros<sup>8</sup>, as três dimensões do inventário demonstram consistência interna satisfatória, por apresentar um coeficiente de confiabilidade (alfa de Cronbach) que vai de 0,59 a 0,81. Altas médias de exaustão emocional (>14) e descrença (>6) e baixas médias em eficácia estudantil (<23) indicam manifestação da síndrome.

- Avaliação de sintomas depressivos: utilizado o Inventário de Depressão de Beck, constituído por 21 afirmações com escala Likert de quatro pontos de acordo com a severidade do sintoma. Os resultados obtidos correspondem ao somatório dos valores atribuídos a cada afirmação, no sentido de maior sintomatologia depressiva. O resultado compreende: 0 a 9 (ausência de sintomas); 10 a 15 (sintomas depressivos leves); 16 a 19 (sintomas depressivos moderados); 20 a 29 (sintomas depressivos moderados a grave); 30 a 63 (sintomas depressivos graves)<sup>9</sup>.

- Avaliação da saúde geral e de aspectos sociais: foram utilizados sete itens do Medical Outcomes Study<sup>36</sup> - Item Short - Form Health Survey (SF-36), versão validada para o Brasil<sup>10</sup>. A saber, foram calculados dois componentes correspondentes às dimensões "estado geral de saúde" (cinco itens) e "aspectos sociais"

(dois itens), sobre os quais foi atribuído um escore numa escala graduada de 0 a 100, enquanto o zero (0) representou o pior estado de saúde e cem (100) o melhor estado, possibilitando assim a análise individual de cada componente.

- Avaliação de sintomas osteomusculares: foi aplicado o Questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares, que objetiva mapear sintomas osteomusculares através das regiões corporais. O instrumento devidamente traduzido e validado para a população brasileira constitui-se da imagem do corpo humano dividido em nove partes, com questões referentes a sintomas e consultas na área da saúde no último ano e na última semana<sup>11</sup>.

Os dados foram implementados em um banco no aplicativo Excel, versão 2016, e, em seguida, importados para o aplicativo Statistical Package for the Social Science versão 21.0. A análise descritiva foi feita de acordo com a frequência absoluta e relativa dos dados, sua média e desvio padrão. Além disso, o teste de Shapiro-Wilk foi utilizado para verificar a normalidade dos dados e, de acordo com o resultado da distribuição, o cálculo de correlação de Spearman foi conduzido para verificar a correlação entre as variáveis contínuas da amostra como um todo. A magnitude das correlações foi classificada como fraca (< 0,3); moderada (0,3 a 0,59); forte (0,6 a 0,9) e perfeita (1,0)<sup>12</sup>. O nível de significância considerado foi de 5% ( $p \leq 0,05$ ).

O estudo está de acordo com as Resoluções 466/12 e 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde, as quais incorporam referenciais como não maleficência, beneficência, autonomia, justiça e equidade, visando assegurar direitos e deveres que dizem respeito aos participantes da pesquisa. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CAAE: 63406422.5.0000.5428).

## RESULTADOS

Dos 308 formulários entregues, 196 não foram recolhidos após três tentativas e 40 estavam preenchidos de forma incompleta ou em branco. Dessa forma, a amostra final do estudo foi composta por 72 participantes, com média de 22,3 anos de idade ( $\pm 4,6$ ), sendo 80,5% do sexo feminino. Observa-se maior participação de acadêmicos que estudam até 12 horas semanais (33,3%), com algum tipo de vínculo trabalhista (70,8%) por até 12 horas semanais (34,7%) e que não praticam atividade física (52,8%). Nota-se maior participação na pesquisa daqueles pertencentes ao curso de Fisioterapia (37,5%). A Tabela 1 mostra as características sociodemográficas da amostra.

**Tabela 1** - Distribuição sociodemográfica dos participantes. Mineiros-GO, Brasil, 2023.

Variável	Total (N=72) n (%)
<b>Sexo</b>	
Masculino	14 (19,5%)
Feminino	58 (80,5%)
<b>Estado civil</b>	
Com companheiro(a)	31 (43,6%)
Sem companheiro(a)	41 (56,4%)
<b>Curso</b>	
Direito	12 (16,5%)
<b>Enfermagem</b>	14 (19,4%)

Farmácia	8 (11,1%)
Fisioterapia	27 (37,5%)
Nutrição	4 (5,5%)
Odontologia	2 (2,7%)
Psicologia	5 (6,9%)
Carga horária de estudos	
Até 12 horas	24 (33,3%)
Até 20 horas	16 (22,2%)
Até 30 horas	23 (31,9%)
Até 40 horas	9 (12,5%)
Vínculo trabalhista	
Sim	51 (70,8%)
Não	21 (19,2%)
Carga horária de trabalho	
Até 12 horas	25 (34,7%)
Até 20 horas	1 (1,4%)
Até 30 horas	7 (9,8%)
Até 40 horas	18 (25,3%)
Prática de atividade física	
Sim	34 (47,2%)
Não	38 (52,8%)

**Fonte:** dados da pesquisa.

A Tabela 2 apresenta as características de saúde dos participantes. Ao observar as dimensões da Síndrome de Burnout, é possível identificar predomínio de altas taxas de exaustão emocional e descrença, somadas à baixa eficácia estudantil entre os participantes da amostra, o que resulta em uma prevalência de 65,2% da manifestação da SB entre os acadêmicos. Percebe-se ausência da sintomatologia depressiva para 43,6% dos participantes. Quanto aos sintomas osteomusculares vivenciados pela amostra no decorrer do último ano, houve prevalência na região superior das costas (48,6%), enquanto na última semana tais sintomas foram referenciados principalmente no pescoço (36,1%). As médias dos valores de saúde geral e aspectos sociais foram relativamente baixas, sendo 52,4 e 55,2, respectivamente.

**Tabela 2** - Características de saúde dos participantes. Mineiros-GO, Brasil, 2023.

Variáveis de saúde	Total (N=72) n (%) / Média (DP)
<b>Síndrome de Burnout</b>	
Alta exaustão emocional	64 (88,8%)
Alta descrença	72 (100%)
Baixa eficácia estudantil	51 (70,8%)
Manifestação da Síndrome	47 (65,2%)
Sintomas depressivos	
Ausência de sintomas	31 (43,6%)
Sintomas leves	20 (28,9%)
Sintomas moderados	4 (5,5%)
Sintomas moderados a grave	12 (16,5%)
Sintomas graves	4 (5,5%)
Sintomas osteomusculares no último ano	
Pescoço	29 (40,2%)
Ombros	31 (43,6%)
Região superior das costas	35 (48,6%)
Cotovelos	6 (8,3%)
Punhos e mãos	31 (43,6%)
Região inferior das costas	33 (45,8%)
Quadril e coxas	14 (19,5%)
Joelhos	27 (37,5%)
Tornozelos e pés	21 (19,2%)
Sintomas osteomusculares na última semana	
Pescoço	26 (36,1%)
Ombros	18 (25,3%)
Região superior das costas	13 (18%)

Cotovelos	1 (1,4%)
Punhos e mãos	7 (9,8%)
Região inferior das costas	22 (30,5%)
Quadril e coxas	4 (5,5%)
Joelhos	14 (19,5%)
Tornozelos e pés	7 (9,8%)
Saúde geral	52,4 (±12,3)
Aspectos sociais	55,2 (±26,3)

DP= Desvio Padrão. Fonte: dados da pesquisa.

A Tabela 3 apresenta a análise de correlação entre as variáveis sociodemográficas e de saúde dos participantes. Além das correlações encontradas entre os itens que fazem parte de um mesmo instrumento, como nas variáveis “exaustão emocional, descrença e eficácia estudantil” e “saúde geral e aspectos sociais”, foram observadas correlações negativas significativas entre aspectos sociais e as variáveis descrença ( $p=0.016$ ;  $r=-0.283$  / fraca), eficácia estudantil ( $p<0.001$ ;  $r=-0.399$  / moderada) e sintomas depressivos ( $p<0.001$ ;  $r=-0.547$  / moderada), bem como entre a saúde geral e sintomas depressivos ( $p=0.012$ ;  $r=-0.295$  / fraca).

**Tabela 3** - Análise de correlação entre as características sociodemográficas e de saúde da amostra. Mineiros-GO, Brasil, 2023.

Variáveis	r (p valor)						
	Atividades domésticas	Exaustão emocional	Descrença	Eficácia estudantil	Sintomas depressivos	Saúde geral	Aspectos sociais
Idade	-0.018 (0.882)	0.161 (0.187)	0.020 (0.870)	0.073 (0.550)	0.063 (0.604)	0.096 (0.432)	0.046 (0.709)
Atividades domésticas		0.036 (0.763)	-0.021 (0.864)	-0.111 (0.352)	0.069 (0.566)	0.023 (0.848)	0.034 (0.775)
Exaustão emocional			0.599 (<0.001)*	0.515 (<0.001)*	0.150 (0.209)	0.129 (0.279)	-0.189 (0.112)
Descrença				0.454 (<0.001)*	0.171 (0.152)	-0.002 (0.990)	-0.283 (0.016)*
Eficácia estudantil					0.187 (0.117)	0.090 (0.454)	-0.399 (<0.001)*
Sintomas depressivos						-0.295 (0.012)*	-0.547 (<0.001)*
Saúde geral							0.336 (0.004)*

r=Coefficiente de correlação. \*Correlação significativa entre as variáveis ( $p \leq 0,05$ ).  
 Fonte: dados da pesquisa.

## DISCUSSÃO

A SB não se instala de forma aguda, decorre da interação de várias situações, tornando-se crônica ao ponto de afetar o desempenho nos estudos e a qualidade da tarefa executada<sup>13</sup>. O sofrimento do acadêmico reflete diretamente sobre sua qualidade de vida, pois alterações passam a existir, trazendo repercussões sociais e econômicas. Por isso, a necessidade de pesquisas sobre a SB em acadêmicos brasileiros vai de encontro ao contexto socioeconômico a que nosso país está sujeito, pois a literatura se concentra principalmente em países desenvolvidos e o Brasil ocupa o segundo lugar em taxas de diagnóstico da condição<sup>14</sup>.

A educação pode ser associada ao Burnout tendo como hipótese o alto nível de expectativa dos acadêmicos, o qual pode não ser totalmente preenchido durante a graduação<sup>15</sup>. Neste estudo, houve predomínio da manifestação da SB entre os acadêmicos. A literatura mostra que universitários podem se sentir física e emocionalmente exaustos, além de estarem frequentemente ansiosos, irritados, tristes ou com raiva. As frustrações emocionais podem levar a sintomas psicossomáticos como dores de cabeça, insônia, hipertensão, além de abuso no uso do álcool e de medicamentos, acarretando problemas familiares e conflitos sociais<sup>16</sup>. Por isso, parte-se do pressuposto de que as causas da SB são uma combinação de fatores individuais, organizacionais e sociais, sendo que esta interação pode produzir uma percepção de baixa valorização<sup>17</sup>.

Neste estudo, a amostra é caracterizada principalmente por acadêmicos jovens com uma rotina que concilia estudos e trabalho, além da dedicação aos estudos extraclasse. A ocorrência da SB em uma população com tal perfil não surpreende, especialmente pelo caráter privado da instituição de ensino, pois, geralmente, esses acadêmicos buscam emprego para ajudar ou custear completamente seus estudos, o que aumenta o risco do sofrimento psíquico<sup>18</sup>. Essa dupla responsabilidade, trabalhar e estudar, é um fator estressante adicional que pode ameaçar a saúde mental, o desempenho acadêmico e a qualidade de vida do universitário<sup>19</sup>.

A maior parte da amostra declarou não praticar atividade física, fator este que vem despertando o interesse da comunidade científica, que demonstra em praticantes de atividade física uma influência positiva na redução dos sentimentos de exaustão e descrença e aumento da eficácia pessoal, em contrapartida, para aqueles insuficientemente ativos, há duas vezes mais chances da manifestação da SB<sup>20</sup>. O estilo de vida saudável está vinculado a fatores relacionados à saúde geral, ao aumento do bem-estar psicológico e à diminuição do desenvolvimento de diversas doenças<sup>21</sup>.

Apesar de uma maior taxa para a ausência de sintomas depressivos, 28,9% da amostra apresentou tal sintomatologia de forma leve. Outros estudos corroboram com taxas significativas de depressão entre acadêmicos, independente do período do curso<sup>22,23</sup>. Tais estimativas evidenciam e demonstram uma necessidade emergente para implantação de medidas e políticas para esse problema, tendo em vista que os acadêmicos estão no auge da vida produtiva e lidam cotidianamente com sofrimento psicológico, altos níveis de sobrecarga e ansiedade que permeiam a vida universitária<sup>23</sup>.

Quanto aos sintomas osteomusculares nos acadêmicos, houve prevalência desses problemas no pescoço e na região superior das costas. Alguns fatores que podem influenciar nessa sintomatologia são: execução de diversas atividades curriculares, permanência por longos períodos em posição sentada, especialmente em mobiliários inadequados, e transporte de materiais pesados, que pode acarretar sobrecarga osteomuscular. Além disso, a utilização de Smartphones e notebooks para estudos e momentos de lazer pode fazer com que adotem posturas inadequadas, que resultam em dor e alteração osteomuscular<sup>24</sup>.

A análise estatística identificou algumas correlações significativas, como entre aspectos sociais e as dimensões de descrença e eficácia estudantil da SB. Essa relação é evidenciada em outros estudos que pautaram estressores de natureza psicossocial como prováveis preditores para manifestação da síndrome. Tais achados revelam os conflitos de papel, conflitos interpessoais, apoio social e autonomia como variáveis preditoras da SB<sup>25,26</sup>. Habilidades sociais são aprendidas no decorrer da vida e moldadas pela cultura e por circunstâncias. No ambiente universitário, deter habilidades sociais sólidas é de fundamental importância para criar relações eficazes com outros acadêmicos e facilitar no processo de aprendizado<sup>27</sup>.

A variável “aspectos sociais” também se correlacionou de forma significativa com a sintomatologia depressiva. As habilidades sociais podem ser consideradas fatores de proteção para a depressão. Dessa forma, meios de cuidado e proteção que desenvolvem habilidades sociais, tais como autocontrole, empatia, assertividade e civilidade, colaboram para o não acometimento da depressão entre os indivíduos. Assim, os déficits em tais habilidades podem causar fatores adicionais de risco para o surgimento da sintomatologia depressiva<sup>28,29</sup>.

Outro achado significativo foi a correlação entre saúde geral e sintomas depressivos entre os participantes da amostra. É sabido que a depressão se trata de um transtorno mental de causa multifatorial, envolvendo fatores genéticos, psicológicos, bioquímicos e sociais que podem até levar à morte<sup>22,30</sup>. Essa condição afeta o indivíduo em todas as dimensões de sua saúde e pode se agravar pela falta de conhecimento e/ou por não procurar ajuda profissional. Além de causar sofrimento psicológico, a depressão leva a prejuízos no desempenho acadêmico e em relacionamentos sociais<sup>30</sup>. É importante que instituições de ensino ofereçam serviços de apoio psicológico a acadêmicos e avaliem de perto aqueles que além de enfrentar dificuldades adaptativas, se encontram fora de casa e longe de familiares, pois estes possuem ainda mais probabilidade de apresentarem sintomas depressivos<sup>7</sup>.

Ao identificar a prevalência da SB e fatores que podem estar correlacionados a sua manifestação, há possibilidade de contribuir com a instituição de ensino por meio de dados para elaboração de estratégias de prevenção de doenças e promoção da saúde, como métodos e orientações direcionados ao corpo institucional, tanto na busca de contribuir em aspectos biopsicossociais dos acadêmicos, quanto buscar seu melhor desempenho individual, visando qualidade de vida através de uma rotina universitária agradável.

## CONCLUSÕES

Os resultados revelam uma amostra composta por acadêmicos com predominante manifestação da Síndrome de Burnout, especificamente com taxas exacerbadas de exaustão emocional e descrença, somadas à baixa eficácia estudantil. Foi possível observar correlações significativas de fraca a moderada magnitude entre aspectos sociais e as variáveis descrença, eficácia estudantil e sintomas depressivos, bem como entre a saúde geral dos participantes e a sintomatologia depressiva.

No que se refere às limitações do estudo, apesar do tamanho amostral não deter capacidade para generalizar os achados, a análise estatística identificou correlações importantes entre as dimensões da Síndrome de Burnout e diferentes variáveis. Estabelecer esse tipo de medida permite o planejamento e aperfeiçoamento de ações voltadas à assistência estudantil, possibilitando inclusive a organização de estratégias para controle de condições que se correlacionam à Síndrome de Burnout e priorização de intervenções específicas e práticas preventivas que colaborem com a promoção da saúde no ambiente universitário.

## AGRADECIMENTOS

O presente trabalho foi realizado com apoio do Programa PIBIC/PIVIC da (*Faculdade Morgana Potrich*) – Brasil.

## REFERÊNCIAS

1. Marques HB, Machado EDG, Souza EP, Cavalcante TCF, Silva AAM. Association between professional burnout and cortisol changes in health professionals: A systematic review. *Research, Society and Development* [Internet]. 2023 [citado 10 de abr 2024];12(8):e7712842864. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/42864>
2. Tomaz HC, Tajra FS, Lima ACG, Santos MM. Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação* [Internet]. 2020 [citado 10 de abr 2024];24:e190634. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/dphvYH39MprDY7LmfCP886J/?lang=pt>
3. Moura RS, Cruz LTS, Rodrigues IM, Silva CMA, Ferreira VL, Siqueira BR et al. Síndrome de Burnout em acadêmicos de medicina: uma revisão de literatura. *REAS* [Internet]. 2021 [citado 10 de abr 2024];13(11):e9205. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/9205>
4. Nassar LM, Carvalho JP. Síndrome de Burnout em estudantes de graduação de medicina no Brasil: uma revisão do panorama brasileiro. *Espac. Saúde* [Internet]. 2021 [citado 10 de abr 2024];22(72):1-12. Disponível em: <https://espacoparasaude.fpp.edu.br/index.php/espacosaude/article/view/721/621>
5. Carlotto MS. A síndrome de Burnout e o trabalho docente. *Revista Psicologia em Estudo* [Internet]. 2002 [citado 10 de abr 2024];7(1):21-9. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/hfg8JKJTYFpgCNgqLHS3ppm/?lang=pt>
6. Uribe JCG, Espinal LAE, Montoya ICC, Villegas SH, Duque MOG. Tensiones éticas, causas y consecuencias del síndrome de burnout en el personal de salud en tiempos de la Covid-19: una revisión y análisis desde la bioética. *Rev. latinoam. Bioet* [Internet]. 2023 [citado 10 de abr 2024];23(1):61-84. Disponível em: <https://doi.org/10.18359/r/bi.5816>
7. Ottero CLS, Iost ARJ, Gonçalves SJC. A saúde mental dos estudantes de medicina: uma revisão de literatura. *Revista Eletrônica Acervo Saúde* [Internet]. 2022 [citado 10 de abr 2024];15(3):e9751. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/9751>
8. Carlotto MS, Câmara SG. Características psicométricas do Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários Brasileiros. *Psico-USF* [Internet]. 2006 [citado 10 de abr 2024];11(2):167-73. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-82712006000200005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712006000200005&lng=pt&nrm=iso)
9. Gorenstein C, Andrade L. Inventário de depressão de Beck - propriedades psicométricas da versão em português. In: Gorenstein C, Andrade L, HSG, Zuardi AW. *Escala de avaliação clínica em psiquiatria e psicofarmacologia*. São Paulo: Lemos; 2000. Disponível em: <https://repositorio.usp.br/item/001008509>
10. Ciconelli RM, Ferraz MB, Santos W, Meinão I, Quaresma MR. Tradução para língua portuguesa e validação do questionário genérico de avaliação de qualidade de vida SF-36 (Brasil SF-36). *Rev. Bras. Reumatol* [Internet]. 1999 [citado 10 de abr 2024];39(3):143-50. Disponível em: <https://tosaudefuncional.com/wp-content/uploads/2013/03/questionc3a1rio-de-qualidade-de-vida-sf36-traduc3a7c3a3o-e-validac3a7c3a3o.pdf>
11. Barros ENC, Alexandre NMC. Cross-cultural adaptation of the Nordic musculoskeletal questionnaire. *International Nursing Review* [Internet]. 2003 [citado 10 de abr 2024];50(2):101-8. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1046/j.1466-7657.2003.00188.x>
12. Levin J, Fox JA. *Estatística para ciências humanas*. 9ª ed. São Paulo: Pearson; 2004. Disponível em: <https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/6353499/course/section/6176512/Levin%20-%20Estatistica%20Aplicada%20a%20Ciencias%20Humanas%20%28OCR%29.pdf>



13. Assunção H, Marôco J. Utilização de medicamentos em estudantes universitários com Burnout. *Psicologia, Saúde & Doenças* [Internet]. 2020 [citado 10 de abr 2024];21(1):15-21. DOI: <https://doi.org/10.15309/20psd210104>
14. Campos IFS, Camara GF, Carneiro AG, Kubrusly M, Peixoto RAC, Peixoto Junior AA. Impostor Syndrome and its association with depression and burnout among medical students. *Rev Bras Educ Med* [Internet]. 2022 [citado 10 de abr 2024];46(2):e068. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/4XDwkTgTyPCsjTV6FSQbz3k/?lang=en#>
15. Teixeira GM, Xavier GMV, Nascimento ARS. Prevalence of Burnout Syndrome in the university professors in health area in a capital of northeast Brazil. *Research, Society and Development* [Internet]. 2023 [citado 10 de abr 2024];12(8):e19712843060. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/43060>
16. Hungulo AC. Desenvolvimento do estresse ocupacional e sua incidência nos professores universitários do Huambo. *SAPIENTIAE* [Internet]. 2019 [citado 10 de abr 2024];4(2):196-209. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/5727/572761148007/html/>
17. Santos FB, Lourenção LG, Vieira E, Ximenes Neto FRG, Oliveira AMN, Oliveira JF et al. Estresse ocupacional e engajamento no trabalho entre policiais militares. *Ciência & Saúde Coletiva* [Internet]. 2021 [citado 10 de abr 2024];26(12):5987–96. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/H96LNxsR5T6TpspRQGnc8gN/?lang=pt>
18. Schramer KM, Rauti CM, Kartolo AB, Kwantes CT. Examining burnout in employed university students. *Journal of Public Mental Health* [Internet]. 2020 [citado 10 de abr 2024];19(1):17-25. Disponível em: <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/JPMH-05-2019-0058/full/html>
19. Carlotto MS, Gonçalves-Câmara S. Síndrome de Burnout em estudantes universitários trabalhadores e não trabalhadores. *Revista Estudos Psicológicos* [Internet]. 2023 [citado 10 de abr 2024];3(3):21-34. Disponível em: <https://estudiospsicologicos.com/index.php/rep/article/view/118>
20. Vilar LHS, Damaceno VO, Costa AS. Síndrome de Burnout e atividade física em adolescentes no contexto da pandemia da Covid-19. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR* [Internet]. 2022 [citado 10 de abr 2024];26(3):1453-66. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1414678>
21. Mota ID, Marinho APR, Both J, Veiga MB, Farias GO. Relação entre atividade física e Síndrome de Burnout em estudantes universitários: revisão sistemática. *Pensar a Prática* [Internet]. 2019 [citado 10 de abr 2024];22(52184):1-15. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/52184>
22. Barbosa-Medeiros MR, Caldeira AP. Saúde mental de acadêmicos de medicina: estudo longitudinal. *Rev Bras Educ Med* [Internet]. 2021 [citado 10 de abr 2024];45(3):e187. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/99sZVvgXvfSZppgPWKGnzqS/?lang=pt>
23. Santos NM, Santana MS, Faustino MVS, Fernandes FECV, Santos RLP. Prevalência de depressão em acadêmicos de saúde e fatores associados. *Braz. J. Develop* [Internet]. 2021 [citado 10 de abr 2024];7(1):7644-57. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/23493/18866>
24. Moraes BX, Dalmolin GL, Andolhe R. Dor musculoesquelética em estudantes de graduação da área da saúde: prevalência e fatores associados. *Rev. Esc. Enferm. USP* [Internet]. 2019 [citado 10 de abr 2024];53:e03444. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/DxzKWpCRHhZ48sfVppq5fbh/?format=pdf&lang=pt>
25. Carlotto MS, Câmara SG. Riscos psicossociais associados à síndrome de Burnout em professores universitários. *Avances en Psicología Latinoamericana* [Internet]. 2017 [citado 10 de abr 2024];35(3):447-57. Disponível em: <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/4036>

26. Aquino LB, Monte F. Síndrome de Burnout e habilidades sociais em professores universitários de uma universidade pública no sertão de Pernambuco. *Revista Cocar* [Internet]. 2023 [citado 10 de abr 2024];19(37):1-20. Disponível em: <https://periodicos.uepa.br/index.php/cocar/article/view/7880>
27. Vieira-Santos J, Del Prette A, Del Prette ZAP. Habilidades sociais de docentes universitários: uma revisão sistemática da literatura. *Acta Scientiarum. Education* [Internet]. 2018 [citado 10 de abr 2024];40(3):e35253. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/ActaSciEduc/article/view/35253>
28. Bortolini E, Kirchner RM, Hildebrandt LM, Leite MT, Costa MC da. Sintomas preditivos de depressão em escolares em diferentes cenários sociodemográficos. *Rev. enferm UERJ* [Internet]. 2016 [citado 10 de abr 2024];24(1):e6680. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/6680>
29. Silva JS, Azevedo CA. O impacto da depressão entre adolescentes no contexto escolar: uma revisão integrativa. *Revista Psicologia em Foco* [Internet]. 2022 [citado 10 de abr 2024];14(20):187-200. Disponível em: <https://revistas.fw.uri.br/index.php/psicologiaemfoco/article/view/3953>
30. Neri JVD, Teston APM, Araújo DCM. Uso de ansiolíticos e antidepressivos por acadêmicos da área da saúde: uma revisão bibliográfica. *Braz. J. Develop* [Internet]. 2020 [citado 10 de abr 2024];6(10):75673-86. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/17868/14470>



DATA DE SUBMISSÃO: 10/01/2024 | DATA DE ACEITE: 15/04/2024