

V SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXIII Semana de Iniciação Científica

07 a 11 de Dezembro de 2020

Tema: “Os impactos e desafios da pandemia COVID no ensino, pesquisa e extensão”



SÍNDROME DE BURNOUT: OS DESAFIOS E OS FATORES DESENCADEADORES EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Érika Helen de Sousa¹, Veronica Nogueira do Nascimento²

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 tem 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 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 comunidade acadêmica, 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.

1. Introdução

Atualmente o desgaste psicológico relacionado ao estresse e a exaustão é um fator cada vez mais comum. Um destes consideráveis transtornos é a Síndrome de Burnout, considerada multidimensional. O termo Burnout é a junção de *burn* (queima) e *out* (exterior), significando exaustão emocional, fadiga, frustração, desajustamento. 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 ou em momentos de estresse (BORGES *et al.*, 2002).

¹Universidade Regional do Cariri – URCA, email: hellensousa2016@outlook.com

²Universidade Regional do Cariri – URCA, email: veronykka@gmail.com.

V SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXIII Semana de Iniciação Científica

07 a 11 de Dezembro de 2020

Tema: “Os impactos e desafios da pandemia COVID no ensino, pesquisa e extensão”



Segundo Peleias *et al.* (2017), 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. Investigar esse fenômeno, em sua fase inicial, torna-se importante para identificar, amenizar ou evitar o avanço da síndrome nos estudantes.

2. Objetivos

O estudo tem como objetivo geral investigar a ocorrência de fatores que desencadeiam a Síndrome de Burnout em estudantes universitários. Diante deste buscou-se identificar possíveis sinais e sintomas da Síndrome de Burnout nos graduandos utilizando uma adaptação do Maslach Burnout Inventory (MBI).

3. Metodologia

Esta é uma pesquisa de campo, descritiva, com abordagem quantitativa. A mesma foi realizada com 62 estudantes da Universidade Regional do Cariri – URCA, Unidade Descentralizada de Campos Sales. Foi utilizada uma adaptação do Maslach Burnout Inventory com 15 questões, subdividas em três áreas investigativas: exaustão emocional; descrença e eficácia profissional. O texto foi adaptado a partir do estudo de Maroco e Tecedero (2009), onde os autores trazem uma adaptação das afirmativas para as atividades acadêmicas. A escala varia de 0 a 6. Realizou-se análise descritiva com o auxílio do software SPSS 18.0. A coleta de dados se deu através do uso de formulário construído e divulgado com o auxílio do google forms. Participaram estudantes dos cursos de Letras, Matemática e Ciências Biológicas.

3. Resultados

Diante das análises descritivas realizadas até o momento na presente pesquisa, pôde-se verificar que não há evidências de Burnout no grupo investigado. A média (m) e o desvio padrão (dp) são medidas que apontam estes resultados.

V SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXIII Semana de Iniciação Científica

07 a 11 de Dezembro de 2020

Tema: “Os impactos e desafios da pandemia COVID no ensino, pesquisa e extensão”

ISSN 1983-8174



Quadro 01 – Médias e Desvio-padrão das dimensões de Burnout

Dimensões de Burnout	m	dp
Exaustão Emocional	2,75	1,90
Descrença	1,60	1,72
Eficácia Profissional	3,50	1,89

Fonte: dados da pesquisa, 2020. **Nota:** escala de 0 a 6.

A não evidência da síndrome não descarta a possibilidade de um futuro desenvolvimento desta. Em universitários, pode prejudicar o seu rendimento, assim como as suas relações pessoais dentro e fora do ambiente acadêmico. A evidência de fatores isolados que posteriormente possam a vir ocasionar problemas maiores deve ser examinado com precisão para que se possam traçar estratégias de prevenção para esta síndrome (TRIGO *et al.* 2007).

Diante dos itens da escala de Maslach foram atribuídas notas de 0 a 6, sendo estas: 0 (Nunca. Nenhuma vez); 1 (Quase nunca. Poucas vezes por ano); 2 (Algumas vezes. Uma vez por mês); 3 (Regularmente. Poucas vezes por mês); 4 (Bastante vezes. Uma vez por semana); 5 (Quase sempre. Poucas vezes por semana); e 6 (Sempre. Todos os dias).

Exaustão Emocional

EEM 01. Os meus estudos deixam-me emocionalmente exausto

EEM 02. Sinto-me exausto no final de um dia na universidade.

EEM 03. Sinto-me cansado quando me levanto de manhã e penso que tenho que enfrentar mais um dia na universidade.

EEM 04. Estudar ou assistir a uma aula deixam-me tenso.

EEM 05. Os meus estudos deixam-me completamente esgotado.

TABELA 01 – Frequências itens sobre exaustão emocional

ITEM	0	1	2	3	4	5	6	Mediana	Moda
EEM 01	2 (3,2%)	11 (17,7%)	11 (17,7%)	6 (9,7%)	14 (22,6%)	10 (16,2%)	8 (12,9%)	4,00	4
EEM 02	3 (4,8%)	13 (21,0%)	13 (21,0%)	7 (11,3%)	8 (12,9%)	11 (17,7%)	7 (11,3%)	3,00	1
EEM 03	9 (14,5%)	22 (35,5%)	3 (4,8%)	11 (17,7%)	1 (1,6%)	12 (19,4%)	4 (6,5%)	1,50	1
EEM 04	10 (16,2%)	16 (25,8%)	9 (14,5%)	10 (16,1%)	3 (4,8%)	8 (12,9%)	6 (9,7%)	2,00	1
EEM 05	10 (16,1%)	12 (19,4%)	15 (24,2%)	3 (4,8%)	8 (12,9%)	7 (11,3%)	7 (11,3%)	2,00	2

Fonte: dados da pesquisa, 2020.

Pode-se verificar a partir da tabela 01 que 22,6% dos participantes afirmaram que os estudos os deixam emocionalmente exaustos pelo menos uma vez por semana. Apesar da média das respostas correspondentes a exaustão emocional ter sido de 2,75, um número significativo de educandos atribuíram nota 4 a exaustão emocional diante dos estudos. O cotidiano dos educandos muda ao

V SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXIII Semana de Iniciação Científica

07 a 11 de Dezembro de 2020

Tema: "Os impactos e desafios da pandemia COVID no ensino, pesquisa e extensão"

ISSN 1983-8174



iniciarem os estágios curriculares. Estes têm que assimilar a sua vida pessoal e profissional com a vida acadêmica e com as práticas da futura profissão docente proporcionadas pelos estágios (PIMENTA; LIMA, 2017).

Descrença

DES 01. Passei a demonstrar menor interesse pelos meus estudos desde que ingressei na universidade.

DES 02. Sinto-me pouco entusiasmado com os meus estudos.

DES 03. Sinto-me cada vez mais cínico relativamente à utilidade potencial dos meus estudos.

DES 04. Tenho dúvidas sobre o significado dos meus estudos.

TABELA 02 – Frequências itens sobre Descrença

ITEM	0	1	2	3	4	5	6	Mediana	Moda
DES 01	25 (40,3%)	13 (21,0%)	11 (17,7%)	5 (8,1%)	3 (4,8%)	4 (6,5%)	1 (1,6%)	1,00	0
DES 02	15 (24,2%)	11 (17,7%)	17 (27,4%)	4 (6,5%)	5 (8,1%)	3 (4,8%)	7 (11,3%)	2,00	2
DES 03	25 (40,3%)	12 (19,4%)	14 (22,6%)	4 (6,5%)	4 (6,5%)	1 (1,5%)	2 (3,2%)	1,00	0
DES 04	22 (35,5%)	20 (32,3%)	8 (12,9%)	2 (3,2%)	3 (4,8%)	4 (6,5%)	3 (4,8%)	1,00	0

Fonte: dados da pesquisa, 2020.

Ressalta-se que 07 participantes atribuíram nota 6 ao pouco entusiasmo em seus estudos. A redução no índice de interesse se torna preocupante não apenas pelos fatores psicológicos, mas, leva-se a questionar a eficácia e a qualidade destes estudos. É necessário investigar os fatores que estão interferindo neste nível de entusiasmo, estes podem está relacionados a motivação do educando ou mesmo a qualidade do ensino ofertado pela Instituição (MOURA, 2019).

Eficácia Profissional

EFP 01. Consigo resolver, de forma eficaz, os problemas que resultam dos meus estudos.

EFP 02. Acredito que participo, de forma positiva, nas aulas a que assisto.

EFP 03. Sinto que sou um(a) bom(oa) aluno(a).

EFP 04. Sinto-me estimulado(a) quando alcanço os meus objetivos escolares.

EFP 05. Tenho aprendido muitas matérias interessantes durante o meu curso.

EFP 06. Durante a aula, sinto que consigo acompanhar as matérias de forma eficaz.

TABELA 03 – Frequências itens sobre eficácia profissional

ITEM	0	1	2	3	4	5	6	Mediana	Moda
EFP 01	3 (4,8%)	11 (17,7%)	12 (19,4%)	12 (19,4%)	5 (8,1%)	8 (12,9%)	11 (17,7%)	3,00	2
EFP 02	4 (6,5%)	6 (9,7%)	13 (21,0%)	7 (11,3%)	7 (11,3%)	8 (12,9%)	17 (27,4%)	4,00	6
EFP 03	1 (1,6%)	10 (16,1%)	12 (19,4%)	8 (12,9%)	9 (14,5%)	7 (11,3%)	15 (24,2%)	3,50	6
EFP 04	1 (1,6%)	4 (6,5%)	13 (21,0%)	11 (17,7%)	3 (4,8%)	10 (16,1%)	20 (32,3%)	4,00	6

V SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXIII Semana de Iniciação Científica

07 a 11 de Dezembro de 2020

Tema: “Os impactos e desafios da pandemia COVID no ensino, pesquisa e extensão”



EFP 05	2 (3,2%)	6 (9,7%)	16 (25,8%)	10 (16,1%)	4 (6,5%)	8 (12,9%)	16 (25,8%)	3,00	2
EFP 06	2 (3,2%)	10 (16,1%)	17 (27,4%)	8 (12,9%)	4 (6,5%)	10 (16,1%)	11 (17,7%)	3,00	2

Fonte: dados da pesquisa, 2020.

Quanto a eficácia profissional, os estudantes afirmam que participam de forma efetiva das aulas e que se julgam estimulados quando alcançam os seus objetivos escolares. Porém, vale ressaltar que 17 participantes (27,4%) afirmaram não conseguir acompanhar as matérias de forma eficaz algumas vezes. Torna-se relevante investigar se o curso está ofertando aulas com metodologias dinâmicas e conteúdos interessantes que possam estimular cada vez mais estes estudantes diante da sua rotina acadêmica.

4. Conclusão

A pesquisa encontra-se em andamento e apresenta neste momento dados descritivos que apontam para a não evidência da Síndrome de Burnout na Instituição. Faz-se necessário ouvir estes educandos diante das suas necessidades acadêmicas específicas e traçar estratégias que os auxiliem a conduzir as suas atividades usufruindo de uma boa saúde mental. Identificar possíveis fatores que venham a desencadear a síndrome é de extrema importância para a elaboração de estratégias de prevenção à saúde.

5. Agradecimentos

Agradecemos a Universidade Regional do Cariri – URCA e ao Fundo Estadual de Combate à Pobreza (FECOP).

6. Referências

MOURA, G. *et al.* Prevalência e fatores associados à síndrome de burnout entre universitários: revisão de literatura. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 20, n. 2, p. 300-318, 2019.

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.

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.