

BURNOUT NO ENSINO SUPERIOR: UM ESTUDO NO CONTEXTO BRASILEIRO

BURNOUT IN HIGHER EDUCATION: A STUDY IN THE BRAZILIAN CONTEXT

BURNOUT EN EDUCACIÓN SUPERIOR: UN ESTUDIO EN EL CONTEXTO BRASILEÑO

Harrison Bachion Ceribeli, Dr.

Universidade Federal de Ouro Preto/Brazil

harrisonbceribeli@ufop.edu.br

Bruno de Carvalho Camêlo, BEL

Universidade Federal de Ouro Preto/Brazil

bruno.camelo@aluno.ufop.edu.br

Gustavo Nunes Maciel, MSC

Universidade Federal de Lavra/Brazil

gustavonunesmaciel@yahoo.com.br

RESUMO

Esta pesquisa teve como objetivo examinar a incidência da Síndrome de Burnout entre alunos de Administração de uma universidade federal mineira, bem como os possíveis fatores que contribuem para a manifestação da referida doença. Para coleta de dados, utilizou-se o método survey online, aplicando remotamente o instrumento MBI-SS, e entrevistas em profundidade. Os dados quantitativos foram tratados por meio do cálculo de estatísticas descritivas e os dados qualitativos foram analisados mediante análise de conteúdo. A partir dos resultados constatou-se um número significativo de alunos apresentando em seu dia a dia pelo menos uma das dimensões da síndrome de Burnout, especialmente a exaustão emocional e a baixa realização pessoal. Além disso, percebeu-se uma relação entre a exaustão emocional e a falta de realização pessoal, já que alguns estudantes apontaram que, devido ao elevado esgotamento que experimentam, sentem dificuldade para se dedicarem aos estudos como gostariam, tornando-se menos realizados em decorrência disso.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout entre estudantes; Esgotamento dos estudantes; Saúde mental dos estudantes.

ABSTRACT

This research aimed to examine the incidence of Burnout Syndrome among Administration students at a federal university in Minas Gerais, as well as the possible factors that contribute to the manifestation of that disease. For data collection, the online survey method was used, remotely applying the MBI-SS instrument, and in-depth interviews. Quantitative data were treated by calculating descriptive statistics and qualitative data were analyzed using content analysis. From the results, it was found a significant number of students presenting in their daily lives at least one of the dimensions of the Burnout syndrome, especially emotional exhaustion and low personal fulfilment. In addition, a relationship between emotional exhaustion and lack of personal fulfilment, considering that some students reported that they find it difficult to dedicate themselves to studies as they would like due to the high exhaustion they experience, becoming less accomplished.

Keywords: Burnout Syndrome among students; Exhaustion of students; Students' mental health.

RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivo examinar la incidencia del Síndrome de Burnout entre estudiantes de Administración de una universidad federal en Minas Gerais, así como los posibles factores que contribuyen a la manifestación de la enfermedad mencionada. Para la recogida de datos se utilizó el método survey online, aplicando de forma remota el instrumento MBI-SS, y entrevistas en profundidad. Los datos cuantitativos se trataron mediante el cálculo de estadísticas descriptivas y los datos cualitativos se analizaron mediante análisis de contenido. A partir de los resultados, se encontró un número significativo de estudiantes que presentan en su vida diaria al menos una de las dimensiones del síndrome de Burnout, especialmente el agotamiento emocional y la baja realización personal. Además, se percibió una relación entre el agotamiento emocional y la falta de



realización personal, ya que algunos estudiantes señalaron que, debido al alto agotamiento que experimentan, les resulta difícil dedicarse a los estudios como les gustaría, volviéndose menos logrados como resultado de esto.

Palabras clave: Síndrome de Burnout entre estudiantes; Agotamiento de los estudiantes; La salud mental de los estudiantes.

1 INTRODUÇÃO

No âmbito universitário, a manifestação de doenças como depressão, ansiedade e estresse crônico entre os estudantes tornou-se mais frequente (BAYRAM; BILGEL, 2008), o que se deve ao fato de que, ao ingressarem no ensino superior, os indivíduos experimentam mudanças significativas em suas rotinas, justamente em um momento no qual estão passando da fase da adolescência para a vida adulta (COMELLA et al., 2021).

Ademais, muitos discentes dependem de bolsas de estudo ou de algum tipo de auxílio para se manterem enquanto cursam o ensino superior, e/ou passam a necessitar, por fatores diversos, de suporte e acompanhamento psicológico ou psiquiátrico no decorrer do curso. Todavia, como esse tipo de assistência nem sempre está disponível e, quando está, não é capaz de atender a todos que precisam ou não tem a regularidade esperada, o nível de estresse experimentado pelos estudantes aumenta (VIEIRA; CASTRO, 2019).

Devido ao aumento do estresse, agravado em épocas de provas, elaboração do trabalho de conclusão de curso e acúmulo de trabalhos extraclasse (GUIDO et al., 2012), muitos discentes acabam acometidos por algum tipo de doença em determinado momento de sua trajetória acadêmica (VIEIRA; CASTRO, 2019), dentre as quais se destaca a Síndrome de Burnout, que acarreta uma série de consequências negativas para eles, incluindo a sensação de baixa realização profissional, desgaste emocional e elevada descrença (SORREL; MARTINEZ-HUERTAS; ARCONADA, 2020).

Refletindo a respeito desse panorama e, ao mesmo tempo, do importante papel que o ensino superior deve desempenhar na vida das pessoas, emergiu o seguinte questionamento: de que forma a síndrome de Burnout incide no contexto universitário brasileiro? Nesse sentido, definiu-se como objetivo de pesquisa examinar a incidência da Síndrome de Burnout entre alunos de uma universidade federal mineira, bem como os possíveis fatores que contribuem para a manifestação da referida doença.

A justificativa para a realização desta pesquisa reside, primeiramente, na possibilidade de contribuir para a gestão das universidades federais brasileiras, fornecendo subsídios para o aprimoramento das políticas de assistência estudantil, para que elas se tornem cada vez mais efetivas no atendimento das necessidades dos estudantes, auxiliando a mitigar o risco de adoecimento entre eles. Vale destacar que a realização de novos estudos nessa temática, com o enfoque em diferentes universidades e localidades, é sugerida por López-Alegría, Oyanedel e Rivera-López (2020), dado que a síndrome de Burnout no meio acadêmico é um fenômeno que requer maiores esclarecimentos para ser devidamente compreendido (COMELLA et al., 2021).

Complementarmente, visualiza-se também a possibilidade de estimular uma reflexão por parte do corpo docente das universidades federais, para que se estabeleça sempre uma relação sadia entre professores e alunos, criando um ambiente favorável ao aprendizado e crescimento de todos, de modo a colaborar para fortalecer a proposta dessas instituições de oferecer um ensino público gratuito e de qualidade.

Ademais, a realização desta pesquisa visa atender a uma lacuna na literatura apontada por alguns pesquisadores que indicam a escassez de trabalhos que discorrem a respeito da síndrome de Burnout em

estudantes de países em desenvolvimento (ILIC et al., 2021), especialmente em um período pandêmico, contexto em que muitos segmentos da população experimentaram um impacto negativo em seu estado de saúde mental (BOLATOV et al., 2021; KAGGWA et al., 2021). Ainda nessa mesma linha, e seguindo uma recomendação apontada por Comella e outros (2021) de que sejam investigadas populações amostrais diferentes da área de Ciências da Saúde, este trabalho direciona o olhar para estudantes do curso de Administração.

O presente artigo está estruturado em cinco seções após esta breve introdução. Na segunda seção, abordou-se o referencial teórico, dividido nas subseções “Síndrome de Burnout” e “Síndrome de Burnout entre estudantes”. A seguir, o método da pesquisa foi descrito. A seção subsequente do trabalho apresentou e discutiu os resultados alcançados. Na sequência, apresentaram-se as considerações finais do estudo. Por fim, as referências utilizadas na pesquisa são detalhadas.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Síndrome de Burnout

A síndrome de Burnout é uma doença que resulta da exposição prolongada dos trabalhadores ao estresse laboral, que se torna crônico, levando-os a apresentarem dificuldades para desempenharem tarefas que exijam um maior esforço psicológico (MASLACH; JACKSON, 1981; LOUREIRO et al., 2008; PANAGIOTI et al., 2018). Esse distúrbio se manifesta quando o indivíduo passa a experimentar uma sensação de esgotamento físico e emocional, sendo este estado decorrente especificamente de suas atividades profissionais (MASLACH; JACKSON, 1981; CHIAPETTI et al., 2012; KAGGWA et al., 2021).

A síndrome é composta por três dimensões, sendo elas a exaustão emocional, a despersonalização e a baixa realização no trabalho (FONTANA et al., 2020), as quais são independentes umas das outras, apesar de estarem relacionadas entre si. A exaustão emocional consiste na ausência de vigor e sensação de escassez de recursos emocionais para lidar com as demandas provenientes das atividades laborais, o que leva a sentimentos como tensão e frustração. A despersonalização, por sua vez, caracteriza-se pelo distanciamento do indivíduo e impessoalidade no trato com os colegas e clientes. Finalmente, a baixa realização no trabalho resulta da autoavaliação negativa do profissional, que o leva a se sentir incompetente e incapaz de realizar suas atividades com êxito, gerando insatisfação com o próprio desempenho (CARLOTTO; CÂMARA, 2008; MONTERO-MARIN et al., 2011).

Entre as causas que levam à manifestação da referida doença estão o excesso de trabalho, a elevada pressão por resultados e a busca por objetivos praticamente impossíveis de serem alcançados (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2019). Logo, quando o trabalhador é submetido à sobrecarga laboral, que extrapola sua capacidade tanto física quanto mental, bem como quando convive com um nível significativo de pressão social no ambiente de trabalho e/ou com o aumento do ritmo de suas atividades, tendo como foco o aumento da produtividade, sua qualidade de vida no trabalho tende a diminuir (SILVA, 2004), criando condições que propiciam o desenvolvimento da síndrome de Burnout (MASLACH; JACKSON, 1981).

Quando a doença se manifesta, diversas são as consequências, as quais permeiam os âmbitos organizacional, individual e sócio relacional. A nível organizacional, crescem o absenteísmo e a necessidade de horas extras, ao mesmo tempo em que diminui a produtividade, ocasionando uma ampliação expressiva dos

custos de produção e operação, enquanto do ponto de vista individual aumenta a tendência ao alcoolismo, bem como a ocorrência de transtornos de ansiedade e depressão (LOUREIRO et al., 2008; AHOLA, 2007). Por fim, no nível sócio relacional, o trabalhador passa a enfrentar problemas conjugais e familiares (MASLACH; JACKSON; LEITER, 1997).

Para aferir a incidência da síndrome de Burnout, Maslach, Jackson e Leiter (1996) desenvolveram um instrumento que foi originalmente denominado como Maslach Burnout Inventory (MBI) e que era voltado para trabalhadores pertencentes a grupos ocupacionais cujas atividades laborais estavam relacionadas à prestação de serviços, cuidados ou tratamento a outras pessoas.

Posteriormente, o MBI sofreu algumas adaptações, de modo a abranger outros grupos ocupacionais, o que deu origem ao MBI Educators Survey (MBI-ES), voltado para os educadores, e ao MBI General Survey (MBI-GS), que, mais amplo do que as versões anteriores, foi idealizado para ser aplicado junto a qualquer grupo ocupacional, incluindo aqueles cujas atividades não envolviam relações pessoais diretas com outras pessoas (MASLACH; JACKSON; LEITER, 1997).

A versão original, que para ser diferenciada das demais passou a ser designada como MBI Human Services Survey (MBI-HSS), é composta por 22 itens, relativos à exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização pessoal, enquanto a versão MBI-GS conta com 16 itens, que medem a exaustão, o cinismo e a eficácia profissional, sendo ambas estruturadas a partir de uma escala de sete pontos, variando de zero a seis, sendo zero equivalente a “nunca tive esses sentimentos” e seis, a “tenho esses sentimentos todos os dias” (MASLACH; JACKSON; LEITER, 1997).

Após a exposição dos principais conceitos relacionados à síndrome de Burnout, apresentou-se, na próxima subseção, um panorama a respeito da síndrome de Burnout entre os estudantes, objeto de investigação desta pesquisa.

2.2 Síndrome de Burnout entre estudantes

A partir da década de 1970, a síndrome de Burnout ganhou maior destaque, o que fez com que a atenção da comunidade acadêmica norte-americana e, subsequentemente, dos demais públicos se voltasse para a investigação da doença (MARQUES JUNIOR et al., 2018).

A princípio, esse distúrbio era vinculado exclusivamente ao trabalho, no entanto, as pesquisas foram evoluindo, o que permitiu que se verificasse que a síndrome também se manifesta em outros tipos de relações e ambientes, que não sejam de natureza laboral, atingindo, por exemplo, os estudantes (SOUZA et al., 2010).

Tendo em vista que o meio acadêmico é reconhecido por ser um ambiente competitivo, onde existe uma grande cobrança por cumprimento de prazos e entrega de resultados, bem como obrigações variadas a serem desempenhadas pelos estudantes, que permanecem em constante avaliação, os pesquisadores identificaram a necessidade de investigar a síndrome de Burnout no âmbito estudantil (SOUZA et al., 2010).

O elevado estresse que acomete os estudantes decorre, em geral, das pressões sociais e profissionais que eles sofrem em razão de uma série de diversos, tais como o financiamento de seus estudos; o fato de que terão que passar pelo processo – muitas vezes árduo – de inserção no mercado de trabalho após se formarem, podendo ou não ser bem-sucedidos; o acúmulo de novas responsabilidades, que incluem, por exemplo, morar sozinho ou com outras pessoas, até então desconhecidas, e longe da família; o excesso de atividades extraclasse; a cobrança

da qual são alvo e que também se auto impõem no que tange o aproveitamento escolar; etc. (CARLOTTO; CÂMARA, 2006; MAROCO; TECEDDEIRO, 2009; TOMASCHEWSKI-BARLEM et al., 2013; MOTA et al., 2017; COMELLA et al., 2021).

Nota-se, portanto, que as características do estresse crônico nos estudantes não são obrigatoriamente as mesmas apresentadas pelos trabalhadores, o que se torna compreensível considerando que os contextos nos quais ambos estão inseridos são distintos. Contudo, por se tratar de uma atividade pré-profissional, os sintomas e os sentimentos que acometem os estudantes se assemelham, relativamente, aos manifestados pelos indivíduos em decorrência de suas atividades laborais (CARLOTTO; CÂMARA, 2006; MAROCO; TECEDDEIRO, 2009; TOMASCHEWSKI-BARLEM et al., 2013; MOTA et al., 2017).

As dimensões da síndrome de Burnout que se desenvolve no contexto estudantil, apesar de manterem certa semelhança em relação àquelas associadas à doença decorrente das atividades profissionais do sujeito, possuem algumas particularidades. No que se refere à exaustão emocional, os estudantes passam a se queixar da rotina desgastante vivida diariamente (TOMASCHEWSKI-BARLEM et al., 2013) e tendem a apresentar sintomas de esgotamento ao fim da jornada diária de estudos, experimentando um nível de cansaço excessivo quando têm que se levantar para novamente encarar mais um dia letivo (PRADO et al., 2019). Em decorrência disso, é possível notar as seguintes alterações individuais: rotina de sono irregular, dores no corpo, cansaço físico e mental, estresse, aumento da irritabilidade, desânimo, etc. (TOMASCHEWSKI-BARLEM et al., 2013; COMELLA et al., 2021).

Além da exaustão emocional, os estudantes ainda manifestam elevada descrença, que origina um comportamento defensivo caracterizado pelo distanciamento social dos colegas e professores, desejo de desistir do curso e vontade de faltar às aulas. Além disso, passam a alimentar um sentimento de baixa eficácia profissional, sentindo-se impotentes, inseguros e insuficientes, o que acaba gerando uma sensação de inferioridade e baixa autoestima que contribui para que a insatisfação pessoal com o curso seja ampliada (TOMASCHEWSKI-BARLEM et al., 2013).

Para analisar o Burnout entre estudantes, pode-se empregar o instrumento MBI-SS (Maslach Burnout Inventory – Student Survey). Contudo, deve-se ter em conta que ele serve unicamente para avaliar a manifestação da síndrome, não permitindo qualquer análise acerca dos elementos que precedem seu desenvolvimento ou das consequências que dela provêm (CARLOTTO; CÂMARA, 2006).

O MBI-SS possui três subescalas (exaustão emocional, descrença e eficácia profissional) e é respondido utilizando uma escala de frequência que varia em sete pontos, sendo o menor (0) equivalente a “nunca” e o maior (6) correspondente a “todos os dias” (TOMASCHEWSKI-BARLEM et al., 2014). Esse instrumento é constituído por um total de 15 itens, dos quais cinco abordam a exaustão emocional, quatro, a descrença, e seis, a eficácia profissional (MOTA et al., 2017).

Conforme supramencionado, a exaustão emocional remete ao esgotamento proveniente das altas exigências relacionadas aos estudos; a descrença consiste em uma atitude cínica e de distanciamento dos outros; e a baixa eficácia profissional é assinalada pelo sentimento pessoal de incompetência. Para que se constate o Burnout, o estudante deve manifestar as três dimensões de maneira combinada (CARLOTTO; NAKAMURA; CÂMARA, 2006).

Na literatura, estudos que abordam a síndrome de Burnout no contexto de estudantes da área da Ciência Médica são recorrentes em todo o mundo (ALJADANI et al., 2021). De acordo com os resultados de uma

revisão sistemática e meta-análise realizada por Kaggwa e outros (2021), dos 55 artigos analisados, somente três tiveram como população estudantes que não estavam inseridos em um curso de Medicina, sendo que 18 artigos da amostra examinada eram oriundos do Brasil.

Entre os estudantes de Medicina, que, conforme supramencionado, é a principal população estudada no âmbito dessa temática, a síndrome de Burnout é altamente prevalente e os efeitos da doença impactam a saúde mental e o desempenho acadêmico dos discentes, aumentando, inclusive, a ideação suicida, que é antecedida por sintomas depressivos (DIAS et al., 2021).

Vale acrescentar que, independentemente do curso, o surto de Covid-19 se apresentou como mais um fator contribuindo para o adoecimento mental dos estudantes no ensino superior, evidenciando-se a necessidade de disponibilizar àqueles que desenvolveram a síndrome de Burnout devido ao contexto pandêmico um suporte de saúde mental apropriado e não limitado ao período da pandemia (ZHU et al., 2021).

Finda a exposição acerca das particularidades da síndrome de Burnout quando manifestada no contexto estudantil, bem como das implicações desse distúrbio para os estudantes, na próxima seção do trabalho foram descritos os procedimentos metodológicos da pesquisa.

3 ASPECTOS METODOLÓGICOS

A presente pesquisa tem natureza descritiva, tendo em vista que seu objetivo foi evidenciar e descrever as particularidades e percepções de uma determinada amostra populacional (GIL, 2018). Ademais, possui caráter quantitativo, já que foram coletados dados numéricos que receberam, posteriormente, tratamento estatístico (FONTELLES et al., 2009), e também qualitativo, considerando que a pesquisa não se restringiu à análise de variáveis e suas relações, mantendo igualmente uma característica analítica mais aprofundada e ampla (GIL, 2018).

A população estudada incluiu alunos que, no momento da realização da pesquisa, encontravam-se regularmente matriculados no curso de Administração de uma universidade federal mineira. Cabe mencionar que, durante a coleta de dados, as atividades presenciais dessa instituição de ensino encontravam-se suspensas em decorrência do avanço da pandemia do COVID-19.

A técnica de amostragem utilizada foi a não probabilística por conveniência, ou seja, os discentes que compuseram a amostra do estudo foram selecionados com base na possibilidade de acesso do pesquisador.

A coleta de dados foi dividida em duas etapas. Na primeira, de cunho quantitativo, utilizou-se o método survey online, aplicando remotamente o instrumento MBI-SS. Tal escolha metodológica deveu-se à possibilidade de acessar uma amostra maior em um menor espaço de tempo e com menor custo (FREITAS et al., 2000), assim como à necessidade de distanciamento social imposta pela pandemia do COVID-19. Para contatar os alunos e aplicar o MBI-SS, utilizaram-se as redes sociais e o e-mail, por meio dos quais o link de acesso ao formato eletrônico do questionário foi disponibilizado.

Nesta primeira etapa, foram contatados 205 alunos que estavam matriculados em alguma disciplina ofertada pelo curso de Administração no período letivo especial, que durou de agosto a outubro de 2020 e ocorreu na modalidade de ensino remoto emergencial. No entanto, somente 119 alunos responderam ao questionário enviado, sendo este o tamanho da amostra da pesquisa.

Subsequentemente, na segunda etapa, de natureza qualitativa, conduziram-se entrevistas em profundidade, também de maneira remota (via *Google Meet*). Foram entrevistados os 10 alunos que apresentaram maior pontuação média no MBI-SS, dentre aqueles que se identificaram voluntariamente ao preencherem o questionário, já que a identificação do respondente não era obrigatória. Com isso, levantaram-se os sentimentos e percepções dos sujeitos da pesquisa acerca do tema abordado (OLABUÉNAGA, 2012; VEIGA; GONDIM, 2001).

Na etapa quantitativa da pesquisa, o instrumento de coleta de dados empregado foi a versão do MBI-SS traduzida para a língua portuguesa (do Brasil) por Carlotto e Câmara (2006). Já na etapa qualitativa, utilizou-se um roteiro semiestruturado de entrevista, elaborado com base no referencial teórico previamente consultado, que continha duas seções principais, uma voltada para levantar dados a respeito de como as dimensões da síndrome se manifestam no dia a dia dos estudantes (PRADO et al., 2019; TOMASCHEWSKI-BARLEM et al., 2013) e a outra focada nos possíveis fatores que levam ao esgotamento estudantil (MOTA et al., 2017; TOMASCHEWSKI-BARLEM et al., 2013; MAROCO; TECEDDEIRO, 2009; CARLOTTO; CÂMARA, 2006).

O roteiro de entrevista perpassou pelas três dimensões da síndrome e, para isso, contou com oito questões, entre elas “No final de seu dia, você se sente demasiadamente cansado? Caso afirmativo, considera que seus estudos contribuem para isso? De que forma? E como esse cansaço se manifesta ao longo de seu dia?”, “Você sente que não é compreendido ou até mesmo rejeitado pelos seus colegas de curso e/ou professores? Caso afirmativo, explique por que você acha isso. De que maneira você acredita que isso interfere em seus resultados acadêmicos?” e “Às vezes, você sente que suas habilidades são insuficientes para realizar as atividades propostas pelos seus professores? Caso afirmativo, explique por que você acha isso. Como você lida com esse tipo de sentimento? De que maneira você acredita que isso interfere em seus resultados acadêmicos?”.

Da mesma forma, o roteiro de entrevista contou com oito questões abordando os possíveis fatores causadores do esgotamento dos estudantes, como, por exemplo, “Você costuma ficar preocupado e/ou ansioso em relação a sua futura inserção no mercado de trabalho e às possíveis dificuldades que enfrentará nessa etapa? Isso lhe afeta de alguma maneira? Em caso positivo, poderia explicar como? Isso afeta de alguma maneira seu desempenho acadêmico? Em caso positivo, poderia explicar como?”, “Você considera que seus professores lhe passam muitas atividades extraclasse? Em caso afirmativo, como você reage perante esse tipo de sobrecarga? Isso afeta de alguma maneira seu desempenho acadêmico? Em caso positivo, como?” e “Você tem dificuldade para compreender o conteúdo ensinado por seus professores? Em caso afirmativo, como isso lhe afeta do ponto de vista emocional? E como afeta seu desempenho acadêmico?”.

Antes de iniciar as entrevistas, foram prestados os devidos esclarecimentos acerca do contexto e objetivos da pesquisa aos discentes entrevistados, que também foram informados de que poderiam interromper sua participação a qualquer momento e que seus nomes seriam mantidos em sigilo. Na sequência, perguntou-se aos discentes se eles tinham alguma dúvida ou questionamento, se anuíam em participar do estudo e se estavam de acordo com a utilização, para fins estritamente acadêmicos, das informações que seriam coletadas. Somente depois de obter o consentimento livre e esclarecido dos participantes é que as entrevistas eram iniciadas.

Assim como a coleta de dados, a análise foi realizada em duas etapas. Os dados quantitativos obtidos a partir da aplicação do MBI-SS foram tratados por meio do cálculo de estatísticas descritivas, especificamente da frequência relativa de respostas computadas em cada ponto da escala utilizada, para cada questão.

Complementarmente, os dados qualitativos foram analisados mediante o emprego da técnica de análise de conteúdo (BARDIN, 2011).

Realizou-se uma análise de conteúdo semântica de grade mista, perpassando pelas três etapas delineadas por Bardin (2011): iniciou-se pela pré-análise, quando foi realizada uma leitura flutuante do material coletado e a constituição do corpus; em seguida, passou-se para a etapa de exploração do material, efetuando-se a codificação e categorização dos diversos trechos destacados das entrevistas; finalmente, na terceira e última etapa da análise, as categorias foram examinadas, o que permitiu que fossem feitas inferências, levando em consideração a base teórica utilizada como referencial.

4 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Conforme na seção anterior, o questionário aplicado foi respondido por 119 estudantes regularmente matriculados no curso de Administração, que estavam cursando alguma disciplina ofertada no período letivo especial. Desse grupo, 29,41% estavam cursando do 1º ao 4º período, ao passo que 70,59% estavam na segunda metade do curso (do 5º ao 8º período).

Do total de respondentes, 31,09% são do sexo masculino e 68,91%, do sexo feminino. No que se refere à faixa etária, 2,52% tinham idade inferior a 20 anos, a maioria possuía de 21 a 30 anos (81,51%), e 15,97% tinham mais de 30 anos.

A maioria dos discentes que participaram da pesquisa não tinha filhos (88,24%) e era solteira (83,19%). No que se refere à situação profissional, 19,33% afirmaram que estavam apenas estudando, 22,69% realizavam estágio, 7,56% possuíam o próprio negócio e a maioria estava trabalhando (50,42%).

Quanto ao perfil dos entrevistados na segunda etapa da pesquisa, no Quadro 1 podem ser visualizadas características como sexo, faixa etária e período do curso.

Quadro 1 – Perfil dos discentes entrevistados

ENTREVISTADO	SEXO	FAIXA ETÁRIA	CURSANDO (PERÍODO)
Entrevistado (E1)	Feminino	31 a 40 anos	Do 5º ao 8º período
Entrevistado (E2)	Masculino	21 a 30 anos	Do 5º ao 8º período
Entrevistado (E3)	Feminino	21 a 30 anos	Do 1º ao 4º Período
Entrevistado (E4)	Feminino	21 a 30 anos	Do 5º ao 8º período
Entrevistado (E5)	Feminino	31 a 40 anos	Do 1º ao 4º Período
Entrevistado (E6)	Feminino	21 a 30 anos	Do 5º ao 8º período
Entrevistado (E7)	Feminino	21 a 30 anos	Do 5º ao 8º período
Entrevistado (E8)	Masculino	21 a 30 anos	Do 5º ao 8º período
Entrevistado (E9)	Feminino	21 a 30 anos	Do 1º ao 4º Período
Entrevistado (E10)	Feminino	21 a 30 anos	Do 5º ao 8º período

Fonte: elaboração própria (2021).

Após a análise de frequência das respostas, calculada para cada item presente no questionário, e aplicação da técnica de análise de conteúdo para examinar os dados coletados nas entrevistas realizadas, foi possível entender melhor a presença de cada uma das dimensões da síndrome de Burnout entre os alunos que participaram da pesquisa. Os resultados da análise quanti-qualitativa efetuada foram apresentados ao longo das subseções seguintes do trabalho.

4.1 Exaustão Emocional

A primeira dimensão da síndrome de Burnout, exaustão emocional, foi mensurada por meio de cinco itens presentes no questionário. A frequência das respostas obtidas para cada um desses itens pode ser visualizada na Tabela 1.

Tabela 1 – Exaustão emocional

Exaustão Emocional	0	1	2	3	4	5	6
Sinto-me emocionalmente exausto em relação aos meus estudos	2,52%	2,52%	14,29%	18,49%	26,89%	21,00%	14,29%
Sinto-me esgotado ao fim de um dia letivo	1,68%	5,04%	10,92%	15,97%	22,69%	23,53%	20,17%
Ao me levantar pela manhã, sinto-me esgotado e penso sobre ter que enfrentar mais um dia de aula	6,72%	12,60%	15,97%	22,69%	17,65%	13,45%	10,92%
Sinto-me tenso ao ter que estudar ou assistir aulas	5,88%	12,60%	28,57%	14,29%	14,29%	14,29%	10,08%
Sinto-me completamente esgotado em relação aos meus estudos	5,88%	16,81%	21,01%	21,01%	10,92%	12,61%	11,76%

Fonte: elaboração própria (2021).

Ao analisar a Tabela 1, nota-se que a maior parte dos alunos (62,18%), quando indagados acerca do sentimento de esgotamento emocional em relação aos estudos, assinalou os pontos 4 a 6 na escala utilizada (que representam as opções “uma vez por semana”, “algumas vezes por semana” e “todos os dias”). O mesmo aconteceu quando eles foram questionados a respeito do esgotamento experimentado ao final de cada dia letivo (66,39% das respostas concentradas nos pontos 4 a 6).

No item relacionado à sensação de esgotamento no início do dia, as respostas (56,31%) concentraram-se no meio da escala (pontos 2 a 4), ao passo que no item relativo à sensação de esgotamento completo associada aos estudos as respostas concentraram-se na parte inferior da escala (pontos 1 a 3) (58,83%).

Por fim, no item relacionado à tensão experimentada durante as aulas ou sessão de estudos, as respostas estavam bem distribuídas antes e depois do ponto médio (3), apesar de estarem levemente concentradas na parte inferior da escala (47,05%).

Examinando conjuntamente a frequência de respostas para todos os itens relacionados à exaustão emocional, não se observa um nível severo de esgotamento entre a maioria dos alunos que participaram do estudo. Todavia, é importante salientar a existência de um grupo relativamente grande que apresenta elevados níveis de esgotamento (basta verificar o percentual de respostas concentrado entre os pontos 4 e 6, que foi

superior a 35% em todos os cinco itens), o que é preocupante, principalmente se se considerar que esta é a primeira dimensão do Burnout que se manifesta.

Durante a análise das respostas obtidas nas entrevistas, constatou-se que todos os dez entrevistados relataram cansaço excessivo em relação à rotina de estudos. Deste modo, a exaustão emocional, observada a partir da análise dos dados quantitativos, foi corroborada na análise qualitativa posteriormente efetuada. A seguir, podem ser visualizados alguns trechos das entrevistas que confirmam o esgotamento emocional de parte dos estudantes que participaram da pesquisa.

Acredito que fico um pouco cansado sim. Eu acho que a rotina dos meus estudos seja um pouco maior do que a dos meus outros colegas, porque eu sou de outra cidade, meu campus fica em Mariana e eu sou de Ouro Preto, e acontece que tem dias em que eu tenho aula de uma e meia da tarde até às dez e meia da noite, é um horário bem puxada [...] suga muito do meu tempo, e como eu tenho que ficar só na universidade, então eu fico meio que preocupado só com a rotina da faculdade. [...] Depois da meia noite eu tomo banho, como alguma coisa e acabo dormindo uma hora da manhã. (E8)

Alguns professores passam uma carga excessiva de trabalho. Assim, é interessante até um certo nível, para a gente aprender melhor, mas chega um ponto que realmente fica desgastante. [...] atrapalha, porque fica todo mundo muito tenso. A impressão que dá é que eles não têm consideração e às vezes passam trabalho como se a gente só tivesse a matéria deles. [...] eu acho que, quando é em um nível excessivo acaba gerando uma frustração muito grande, e as pessoas que já tem algum problema mental, tipo depressão, ansiedade, algum outro transtorno, acho que isso pode agravar ou desencadear alguma crise. (E9)

Agora eu estou no final do curso, então [...], toda semana, às vezes final de semana, quando eu tenho uma folguinha, eu fico pesquisando: qual curso que eu vou fazer? O que que eu tenho que fazer? Que curso que eu tenho que fazer? O que que eu tenho que desenvolver mais de habilidade para eu conseguir me manter no mercado e para eu conseguir outras oportunidades? Então, assim, isso é uma coisa que me deixa extremamente ansiosa. A gente está no final de 2020, e aí, ano que vem eu pretendo iniciar minha pós. Então, isso tem me deixado extremamente ansiosa, assim, de ficar pesquisando, buscando quais os cursos que vão contribuir mais com a minha profissão, com a minha carreira, com o que eu quero atuar. (E7)

Durante as entrevistas, alguns aspectos destacaram-se como fatores desencadeadores do esgotamento emocional dos estudantes, tais como a preocupação com o futuro, que leva a uma busca incessante por melhorar o currículo, o excesso de trabalhos extraclasse e a elevada carga horária decorrente do excesso de disciplinas nas quais alguns alunos se matriculam.

Esses resultados estão alinhados aos achados de Carlotto e Câmara (2006), Maroco e Tecedeiro (2009), Tomaschewski-Barlem e outros (2013), Mota et al. (2017) e Comella e outros (2021) que indicam que o conjunto de atividades extraclasse, tanto as que são passadas pelos professores quanto aquelas assumidas pelos próprios estudantes com o objetivo de melhorarem seus currículos, aliado a uma carga horária de aulas elevada, contribuem para que os estudantes universitários experimentem maior desgaste físico e emocional.

4.2 Descrença

Na Tabela 2, são apresentados os quatro itens empregados para mensurar a descrença dos estudantes, que é a segunda dimensão da síndrome de Burnout, bem como a análise de frequências efetuada. Examinando esta tabela, observa-se que as respostas tiveram um comportamento oposto ao observado nos itens relativos à exaustão emocional, dado que se concentraram nos pontos inferiores da escala utilizada (0: nunca; 1: uma vez ao ano ou menos; e 2: uma vez ao mês ou menos).

Tabela 2 – Descrença

Descrença	0	1	2	3	4	5	6
Sinto-me desinteressado pelos meus estudos	11,76%	27,73%	14,29%	26,05%	13,45%	4,20%	2,52%
Sinto-me pouco motivado em relação aos meus estudos	7,56%	14,29%	18,49%	18,49%	24,37%	10,08%	6,72%
Sinto-me menos interessado no que se refere aos meus estudos desde que ingressei na universidade	14,29%	16,81%	21,00%	16,81%	14,28%	9,25%	7,56%
Tenho dúvidas quanto a importância dos meus estudos	38,66%	21,85%	7,56%	7,56%	5,88%	11,77%	6,72%

Fonte: elaboração própria (2021).

Entre os itens ligados a essa segunda dimensão da síndrome de Burnout, apenas aquele relacionado à baixa motivação apresentou um percentual elevado de respostas a partir do ponto médio da escala (59,66%). Apesar disso, aspectos como desinteresse e descrença em relação à importância dos estudos foram apontados por um percentual significativo de respondentes.

Ao longo das entrevistas, a desmotivação para com os estudos ficou evidente entre os entrevistados e uma das razões indicadas para isso foi a qualidade das relações interpessoais entre os próprios alunos.

Sim, me sinto deprimida. Acho que a disposição física é mais afetada que a emocional, apesar de ambas serem afetadas. Eles (os estudos) contribuem para isso, pois me sinto desmotivada, mais reclusa, menos relaxada. (E10)

Nessa turma que eu estou, tem hora que eu sinto (que sou rejeitada). Porque tem certas pessoas lá que eu cismo que não gostam de mim. Não sei porque, mas eu tenho essa impressão. Que as pessoas viram a cara quando a gente responde alguma coisa ou faz alguma observação, as pessoas torcem o nariz. (E4)

Olha, eu sinto um pouco isso. Eu já senti, não só nessa universidade que eu estou, na outra que eu já passei eu senti isso um pouco mais forte. Eu sinto um pouco de indiferença, às vezes eu sinto que a minha origem interfere na percepção das pessoas sobre mim. (E9)

Ao examinar os relatos dos entrevistados no que se refere à questão da descrença, constatou-se que aqueles que, em algum momento, não se sentem queridos pelos colegas de sala mostram-se menos motivados quanto aos estudos, o que vem ao encontro dos resultados obtidos por Tomaschewski-Barlem e outros (2013).

4.3 Realização Pessoal

A terceira e última dimensão da síndrome de Burnout, falta de realização pessoal, foi mensurada a partir de seis itens, para os quais foi efetuada uma análise de frequência de respostas que foi sintetizada e pode ser visualizada na Tabela 3.

Tabela 3 – Realização Pessoal

Realização Pessoal	0	1	2	3	4	5	6
Considero-me eficaz nas contribuições que dou para aulas em que compareço	8,40%	12,61%	24,37%	23,53%	18,49%	9,24%	3,36%
Consigo resolver, de maneira eficaz, os problemas propostos em meus estudos	5,04%	19,33%	32,77%	28,57%	10,93%	1,68%	1,68%
Sinto-me competente enquanto aluno	8,40%	24,37%	33,61%	17,65%	10,09%	4,20%	1,68%
Sinto-me entusiasmado ao alcançar meus objetivos e metas nos estudos	24,37%	31,09%	21,01%	18,49%	2,52%	1,68%	0,84%
Consigo acompanhar as matérias de maneira eficaz, no decorrer das aulas	8,40%	20,17%	31,93%	21,85%	10,93%	5,88%	0,84%
No decorrer do curso, venho aprendendo muitas disciplinas interessantes	16,81%	25,21%	27,73%	15,97%	12,60%	1,68%	0%

Fonte: elaboração própria (2021)

Examinando a tabela de frequências relativa a essa terceira dimensão do Burnout, constata-se que os alunos que participaram da pesquisa não se sentem eficazes durante as aulas e nem quando estão resolvendo as atividades extracurriculares propostas pelos docentes, bem como não se sentem competentes e nem entusiasmados quanto aos estudos. Tal conclusão baseia-se no fato de que, para os seis itens examinados, os percentuais relativos às respostas concentradas entre os pontos 0 e 3 (0: nunca; 1: uma vez ao ano ou menos; 2: uma vez ao mês ou menos; e 3: algumas vezes ao mês) foram, sem exceção, superiores a 65%.

Confrontando esses resultados aos relatos obtidos nas entrevistas, foi possível confirmar que muitos alunos têm a sensação de não estarem executando satisfatoriamente os problemas propostos pelos professores e nem estarem se empenhando o suficiente, o que, em alguns casos, deve-se ao esgotamento mental que experimentam no momento. Além disso, notou-se que alguns estão frustrados por se sentirem menos competentes do que os colegas ou sentem que não correspondem ao nível da instituição.

Percebo uma diferença na rapidez de assimilação e entrega entre mim e outros alunos, claro, de algumas disciplinas. Me sinto frustrada, mas, ao mesmo passo, tento me lembrar que tenho outras habilidades que outros não possuem. Isso interfere nos meus resultados, porque me sinto abaixo do nível proposto pela instituição como um todo e também abaixo de alguns colegas. (E10)

Bem, eu penso isso quase sempre (em não estar realizando as atividades propostas pelos professores com o máximo empenho). A causa é esse cansaço psicológico. Talvez eu possa até estar me empenhando bem, talvez os professores achem que eu

estou tendo um empenho bom, só que isso vai do meu pensamento: nossa, eu poderia estar fazendo mais. (E3)

Eu sinto. Eu sempre acho, na verdade, que não estou dando o máximo de mim, mas também não dá para dar o máximo de si fazendo outras coisas, trabalhando, não dá. Você tem que respeitar a si mesmo, tem que ter seu tempo, seu limite, às vezes eu acho que estou fazendo pouco, mas é o que dá para fazer. Acho que eu me cobro muito, eu vivo me cobrando muito. Eu sou aquela pessoa que se não tirar tal nota eu fico muito brava, muito brava mesmo, comigo mesma, eu me cobro demais. (E6)

Eu acho que eu estou conseguindo dar uns 70 a 80% de mim. O que eu não consigo geralmente é por conta desse cansaço mental ou físico. E aí, se eu estiver em período de muita tensão e preocupação, quanto maior a tensão e a preocupação, aí menos eu consigo me dedicar, para mim está diretamente relacionado. (E9)

Esses achados encontram respaldo na pesquisa de Tomaschewski-Barlem e outros (2013), que indicou que muitos alunos não experimentam uma sensação de realização pessoal nos estudos, o que se deve à avaliação que eles mesmos fazem de que apresentam rendimento inferior ao dos colegas, de que não são capazes de resolver adequadamente as atividades propostas pelos docentes ou ainda de que poderiam entregar mais de si mesmos.

4.4 O impacto do COVID-19 na rotina dos estudantes

Depois de apresentar aos entrevistados as questões relativas às dimensões do Burnout, foram feitas algumas perguntas para entender melhor como a pandemia do COVID-19 e a adoção do modelo de ensino remoto emergencial na instituição em que estavam matriculados afetaram sua rotina de estudos e seu estado emocional.

Diante disso, os estudantes indicaram, de modo geral, que a suspensão temporária das atividades de ensino afetou o planejamento profissional que fizeram, enquanto a adoção do modelo de ensino remoto emergencial potencialmente comprometeu seu desempenho nos estudos e seu aprendizado.

Bom, se não fosse o coronavírus era para eu estar formado desde julho (de 2020), então, assim, eu já podia estar como administrador, disponível ao mercado de trabalho. Então, assim, (essa interrupção prolongada das atividades acadêmicas em virtude do COVID-19) impactou muito. Olha, eu me preocupo, porque eu já tinha planos a respeito de quando eu me formasse, mas eu sei que é uma situação necessária, uma coisa que é imprevisível, não tem o que fazer. E, assim, graças a Deus eu tenho meu emprego, não é um emprego como administrador, mas que me supre nas minhas necessidades, e desamparado eu não fico. Mas eu já gostaria de estar formado e estar nesse momento marcando outras coisas, outras formações para estar bem colocado no mercado, eu já gostaria. Então, com certeza, o coronavírus atrapalhou. (E2)

Na minha inserção no mercado de trabalho, não, porque eu já trabalho. Mas em poder buscar melhores oportunidades, isso é um ponto que gera bastante incômodo, preocupação. Esse período vai atrasar minha formação, era para eu ter me formado em julho (de 2020) e, devido a todas essas condições que foram estabelecidas, as aulas estão suspensas, então, atrasar a formação vai, mas não vai, mas não vai atrapalhar de inserir no mercado, porque eu já estou trabalhando. Mas vai atrapalhar, assim, talvez a médio prazo, de conseguir outras oportunidades melhores por não ter concluído o curso em julho, que era o momento que iria concluir. Mas, pensando nisso, eu tinha estabelecido para mim anteriormente que, concluindo o curso em

julho eu iria ficar, digamos que de férias até o final do ano, e no próximo ano iria voltar já a estudar, fazendo algum outro curso, ou uma especialização, ou uma pós, enfim. Então, eu mudei o meu planejamento de forma que não tenha impacto muito alto na minha vida profissional, e, infelizmente, não é uma coisa que está ao nosso alcance, infelizmente, é lidar com isso e aceitar. (E7)

Então, (a mudança temporária do modelo de ensino presencial para um modelo de ensino remoto emergencial) vai interferir porque vai atrasar um pouco mais de tempo na faculdade. Ainda mais que eu pretendo começar a trabalhar, então, assim, trabalhar e estudar não é fácil, aí trabalhar, estudando e com uma criança, é mais complicado. Eu prefiro o modelo presencial, porque desse jeito é difícil de concentrar, porque em casa eu não tenho um ambiente tranquilo para estudar. Eu prefiro aquele ambiente da sala de aula, eu não consigo me concentrar tão bem como em sala de aula. (E9)

Eu acredito que (a mudança temporária do modelo de ensino presencial para um modelo de ensino remoto emergencial irá interferir em minha formação) sim. Porque algumas matérias, por exemplo, a gente viu muito corrido, dois meses de aula para poder ver uma matéria que você vê em quatro ou cinco meses, e querendo ou não, quando o professor está lá na sua frente e você tem uma dúvida, na hora você já tira, você já está mais engajado do que quando o professor grava uma videoaula, e às vezes você está “viajando”. Eu acho que impacta sim na formação, no seu aprendizado, com certeza. Mas não tem sido preocupação, eu já passei do tempo da preocupação, agora eu não estou pensando em mais nada. (E6)

Eu acho que (a mudança temporária do modelo de ensino presencial para um modelo de ensino remoto emergencial) interfere, sim. [...] você tem que aprender forçado em um curto espaço de tempo o que você aprende em seis meses. Às vezes você não consegue absorver tudo que o professor está passando. Me preocupo um pouco, porque eu queria estar aprendendo mais do que eu estou aprendendo. Porque querendo ou não, você aprende menos, porque você não está acostumado com essa modalidade, e até você se adaptar é um processo longo. Afeta demais do ponto de vista emocional. Você fica sobrecarregada, e fica assim: gente, eu não vou dar conta. Eu acho que eu poderia ter um rendimento melhor. (E3)

Ao analisar as respostas dos entrevistados, é possível notar que existe um certo incômodo devido à mudança temporária do modelo de ensino presencial para um modelo de ensino remoto. Tal incômodo se deve, possivelmente, ao fato de que os estudantes terão que se adaptar e aprender, repentinamente, a estudar de uma nova forma, em uma modalidade distinta da que estavam acostumados.

Outro aspecto que merece atenção diz respeito ao fato de que, devido à suspensão das atividades acadêmicas, seguida da adoção do modelo de ensino remoto emergencial, os estudantes passaram a ter uma carga adicional de preocupação, que pode contribuir para ampliar o esgotamento emocional que experimentam em decorrência de sua rotina de estudos, sua descrença quanto ao aprendizado obtido com as aulas e a sensação de que poderiam apresentar um rendimento melhor. Nesse contexto, a incidência da síndrome de Burnout entre os discentes matriculados no ensino superior pode crescer significativamente (ZHU et al., 2021), demandando ações planejadas por parte das instituições de ensino e uma postura de maior suporte por parte dos docentes.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Examinando os resultados obtidos após a análise dos dados coletados, constatou-se que, no grupo que compôs a amostra da pesquisa, existia um número relevante de alunos apresentando em seu dia a dia pelo menos

uma das dimensões da síndrome de Burnout, especialmente a exaustão emocional e a baixa realização pessoal. Esse dado, apesar de não indicar que os alunos desenvolveram o referido distúrbio, sinaliza que o risco de isso ocorrer em um futuro próximo não pode ser subestimado.

Entre os aspectos apontados pelos discentes entrevistados como fatores causadores da exaustão emocional, destacaram-se a preocupação com o futuro, o excesso de atividades extraclasse e a elevada carga horária decorrente da decisão individual de cursar muitas disciplinas no mesmo período letivo. No caso da descrença, o principal fator desencadeador foi a ausência de um bom relacionamento com os demais alunos. Finalmente, como antecedentes da baixa realização pessoal, os alunos elencaram a sensação de não conseguirem resolver satisfatoriamente as atividades propostas pelos professores e de que poderiam estar se esforçando mais.

Um achado que merece atenção é a possível relação entre a exaustão emocional e a falta de realização pessoal, já que alguns estudantes apontaram que, devido ao elevado esgotamento que experimentam, sentem maior dificuldade para se dedicarem aos estudos da maneira como gostariam, tornando-se menos realizados em decorrência disso.

Além dos reflexos negativos em razão das dimensões da síndrome de Burnout, alguns alunos entrevistados também relataram que a pandemia do COVID-19, que afetou significativamente sua rotina e levou à alteração do modelo de ensino, de presencial para remoto, está comprometendo seu aprendizado e desempenho nos estudos, o que é preocupante, dado que essa situação perdura há mais de um ano.

Para mitigar os efeitos do Burnout entre os discentes, seria interessante que, no âmbito do ensino superior, os coordenadores de curso procurassem conversar com os estudantes periodicamente, para orientá-los e alertá-los quanto a uma possível sobrecarga, que pode levar à queda de seu rendimento e comprometer sua saúde mental, caso optem por cursar um número grande de disciplinas simultaneamente.

Outra medida que pode ser implantada para prevenir o Burnout no ensino superior é realizar eventos esporádicos voltados para o público estudantil, com o intuito de estimular a confraternização entre os discentes e promover relações interpessoais mais saudáveis entre eles, evitando que alguns sejam excluídos ou se sintam malquistos pelos colegas.

Sugere-se ainda que sejam organizadas palestras abordando o tema saúde mental, com o intuito de orientar os estudantes a respeito de cuidados a serem tomados para prevenir distúrbios psicológicos, bem como sobre indícios de que é necessário procurar ajuda especializada. Outra sugestão é a realização de rodas de conversa nas quais os discentes poderão compartilhar suas experiências e receios depois que ingressaram na universidade, o que pode favorecer a redução da sensação individual de que não se está fazendo o bastante.

Vislumbra-se que a presente pesquisa, ao identificar diversos fatores que podem levar à manifestação de uma ou mais dimensões da síndrome de Burnout entre os estudantes, pode contribuir para o aperfeiçoamento das políticas de assistência estudantil nas universidades públicas brasileiras, bem como para o trabalho dos coordenadores de curso junto ao público universitário. Além disso, esta pesquisa também contribui para o avanço da teoria ao desvelar os fatores que podem levar à manifestação de cada dimensão da síndrome de Burnout separadamente.

Acrescenta-se ainda que esta pesquisa, em comparação com estudos anteriores sobre a mesma temática, trouxe duas contribuições que merecem destaque: primeiramente, ampliou-se a população estudada, dado que o foco desse tipo de investigação tem sido estudantes da área da Ciência Médica; em segundo lugar, analisou-se a síndrome de Burnout no meio estudantil durante a pandemia do Covid-19, o que permitiu que fossem levantadas

informações acerca de como os desafios decorrentes do contexto pandêmico afetaram o esgotamento dos estudantes, distinguindo este trabalho dos que o precederam.

Mesmo tendo alcançado seu objetivo, o presente estudo apresenta algumas limitações, dentre elas o fato de que os alunos participantes eram provenientes de um único curso e universidade, assim como o fato de que a coleta de dados foi realizada em um período atípico, no qual os estudantes podem ter experimentado um esgotamento ainda maior.

Para estudos futuros, recomenda-se que essa investigação seja ampliada, contemplando mais cursos e universidades. Ademais, sugere-se que novas pesquisas procurem identificar as consequências da pandemia do Covid-19 para os estudantes, abarcando tanto a perspectiva da saúde mental quanto a do aprendizado. Além disso, sugere-se que se faça uma investigação acerca da incidência da Síndrome de Burnout entre estudantes universitários que fazem parte das minorias sociopolíticas (p. e. negros, pessoas com deficiência e mulheres).

Artigo submetido para avaliação em 09/09/2021 e aceito para publicação em 04/05/2022

REFERÊNCIAS

AHOLA, K. **Occupational Burnout and health**. Helsinki: Finnish Institute of Occupational Health, 2007.

ALJADANI, A. H.; ALSOLAMI, A.; ALMEHMADI, S.; ALHUWAYDI, A.; FATHULDEEN, A. Epidemiology of Burnout and its association with academic performance among medical students at Hail University, Saudi Arabia. **Sultan Qaboos University Medical Journal**, v. 21, n. 2, p. e231, 2021.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

BAYRAM, N.; BILGEL, N. The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students. **Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology**, v. 43, n. 8, p. 667-672, 2008.

BOLATOV, A. K.; SEISEMBEKOV, T. Z.; ASKAROVA, A. Z.; BAIKANOVA, R. K.; SMAILOVA, D. S.; FABBRO, E. Online-learning due to COVID-19 improved mental health among medical students. **Medical Science Educator**, v. 31, n. 1, p. 183-192, 2021.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Análise fatorial do Maslach Burnout Inventory (MBI) em uma amostra de professores de instituições particulares. **Psicologia em Estudo**, v. 9, n. 3, p. 499-505, 2004.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil. **Psico**, v. 39, n. 2, p. 152-158, 2008.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Características psicométricas do Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários brasileiros. **Psico**, v. 11, n. 2, p. 167-173, 2006.

CARLOTTO, M. S.; NAKAMURA, A. P.; CÂMARA, S. G. Síndrome de Burnout em estudantes universitários da área da saúde. **Psico**, v. 37, n. 1, p. 57-62, 2006.

CHIAPETTI, N.; SERBENA, C. A.; LETÍCIA, F. B.; CAMPOS, A. S.; PROENÇA, M. D. C. Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem. **Boletim Academia Paulista de Psicologia**, v. 32, n. 83, p. 353-383, 2012.

COMELLA, A.; CASAS-BAROY, J. C.; GALBANY-ESTRAGUÉS, P.; PUJOL, R.; MARC-AMENGUAL, J. M. Burnout y rendimiento académico: efecto de la combinación de la actividad laboral remunerada e iniciar los estudios de grado universitario. **Retos**, v. 41, p. 844-853, 2021.

DIAS, A. R.; FERNANDES, S. M.; FIALHO-SILVA, I.; CERQUEIRA-SILVA, T.; MIRANDA-SCIPPA, Â.; GALVÃO-DE ALMEIDA, A. Burnout syndrome and resilience in medical students from a Brazilian public college in Salvador, Brazil. **Trends in Psychiatry and Psychotherapy**, 2021.

FONTANA, M. C. P.; GENEROSO, I. P.; SIZILIO, A.; BIVANCO-LIMA, D. Burnout syndrome, extracurricular activities and social support among Brazilian internship medical students: A cross-sectional analysis. **BMC Medical Education**, v. 20, n. 1, p. 1–9, 2020.

FONTELLES, M. J.; SIMÕES M. G.; ALMEIDA J. C.; FONTELLES, R. G. Metodologia da pesquisa: diretrizes para o cálculo do tamanho da amostra. **Revista Paraense de Medicina**, v. 24, n. 2, p. 57-64, 2009.

FREITAS, H.; OLIVEIRA, M.; SACCOL, A. Z.; MOSCAROLA, J. O método de pesquisa survey. **Revista de Administração**, v. 35, n. 3, p. 105-112, 2000.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Editora Atlas Ltda, 2018.

GUIDO, L. A.; SILVA, R. M.; GOULART, C.T.; BOLZAN, M. E. O.; LOPES, L. F. D. Síndrome de Burnout em residentes multiprofissionais de uma universidade pública. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 46, n. 6, p. 1447-1483, 2012.

HAIR JUNIOR, J. F.; BABIN, B.; MONEY, A. H.; SAMUEL, P. **Fundamentos de métodos de pesquisa em Administração**. Porto Alegre: Bookman, 2005.

ILIC I.; ZIVANOVIC MACUZIC I.; KOCIC S.; ILIC M. High risk of burnout in medical students in Serbia, by gender: A cross-sectional study. **PLoS ONE**, v. 16, n. 8, p. 1–15, 2021.

KAGGWA, M. M.; KAJJIMU, J.; SSERUNKUMA, J.; NAJJUKA, S. M.; ATIM, L. M.; OLUM, R.; TAGG, A.; BONGOMIN, F. Prevalence of burnout among university students in low-and middle-income countries: A systematic review and meta-analysis. **Plos One**, v. 16, n. 8, p. e0256402, 2021.

LÓPEZ-ALEGRÍA, F.; OYANEDEL, J. C.; RIVERA-LÓPEZ, G. Burnout Syndrome in Chilean Midwifery Students. **SAGE Open**, v. 10, n. 1, 2020.

LOUREIRO, H.; PEREIRA, A. N.; OLIVEIRA, A. P. O.; PESSOA, A. R. Burnout no trabalho. **Referência – Revista de Enfermagem**, v. 2, n. 7, p. 33-41, 2008.

MAROCO, J.; TECEDDEIRO, M. Inventário de burnout de Maslach para estudantes portuguesas. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 10, n. 2, p. 227-235, 2009.

MARQUES JUNIOR, N. R. D. P. C.; SIQUEIRA, T. D. A.; SOUZA, B. G. V. D.; FERNANDES, C. V. M.; DUARTE, C. D. O.; REUSE, J. A.; ARAÚJO, L. C. N. D.; MENEZES, R. R. D. Estudo sobre Burnout em alunos do curso de Educação Física da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia - FEF da Universidade Federal do Amazonas - UFAM. **Boletim Informativo Unimotrisaúde em Sociogerontologia**, v. 10, n. 2, p. 1-92, 2018.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. The measurement of experienced burnout. **Journal of Occupational Behaviour**, v. 2, n. 2, p. 99-113, 1981.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E.; LEITER, M. P. Maslach Burnout Inventory: third edition. In: ZALAUQUETT, C. P.; WOOD, R. J. (Ed.). **Evaluating stress: a book of resources**. Lanham: Scarecrow Education. p. 191-218, 1997.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E.; LEITER, M. P. **The Maslach Burnout Inventory - test manual**. 3. ed. Palo Alto: Consulting Psychologist Press, 1996.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Síndrome de Burnout: o que é, quais as causas, sintomas e como tratar**. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/saude-mental/sindrome-de-burnout>. Acesso em: 13 fev. 2020.

MONTERO-MARIN, J.; MONTICELLI, F.; CASAS, M., ROMAN, A.; TOMAS, I.; GILI, M.; GARCIA-CAMPAYO, J. Burnout syndrome among dental students: A short version of the “burnout Clinical Subtype Questionnaire” adapted for students (BCSQ-12-SS). **BMC Medical Education**, v. 11, n. 1, 2011.

MOTA, I. D.; FARIAS, G. O.; SILVA, R. D.; FOLLE, A. Síndrome de Burnout em estudantes universitários: um olhar sobre as investigações. **Motrivência: Revista de Educação Física, Esporte e Lazer**, v. 29, n. esp., p. 243-256, 2017.

OLABUÉNAGA, J. I. R. **Metodología de la investigación cualitativa**. 5. ed. Bilbao: Universidad de Deusto, 2012.

PANAGIOTI, M.; GERAGHTY K.; JOHNSON, J.; ZHOU, A.; PANAGOPOULOU, E.; CHEW-GRAHAM, C.; PETERS, D. HODKINSON, A.; RILEY, R.; ESMAIL, A. Association between physician burnout and patient safety, professionalism, and patient satisfaction: a systematic review and meta-analysis. **JAMA Internal Medicine**, v. 178, n. 10, p. 1317-1331, 2018.

PINSONNEAULT, A; KRAEMER, K. L. Survey research methodology in management information systems: an assessment. **Journal of Management Information System**, v. 10, n. 2, p. 75-105, 1993.

PRADO, M. S. F. M.; NORTE, N. M.; CARVALHO, I. G. M. D.; SOUSA, I. F. D.; ALMEIDA, R. J. D. Avaliação da síndrome de Burnout entre estudantes do último ano de um curso de Medicina do Brasil. **Archives of Health Sciences**, v. 26, n. 1, p. 41-46, 2019.

SILVA, I. B. D. A motivação dos juízes e servidores como técnica de eficiência. **Revista CEJ**, v. 8, n. 24, p. 43-48, 2004.

SILVESTRE, R.; DA CRUZ, M. S.; CARVALHO, M. J.; MELLO, T. H. T.; CESCO, Y. P.; GUERRA, P. H. Metanálise das prevalências da Síndrome de Burnout em discentes de escolas médicas brasileiras. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 10, n. 3, p. 522-531, 2021.

SORREL, M. A.; MARTINEZ-HUERTAS, J. A.; ARCONADA, M. It Must have been Burnout: Prevalence and Related Factors among Spanish PhD Students. **Spanish Journal of Psychology**, v. 23, n. 2020, p. 1–13, 2020.

SOUZA, R. S. D.; TRIGUEIRO, R. P. C.; ALMEIDA, T. N. V. D.; OLIVEIRA, J. A. D. A pós-graduação e a síndrome de Burnout: estudo com alunos de mestrado em Administração. **Revista Pensamento Contemporâneo em Administração**, v. 4, n. 3, p. 12-21, 2010.

TOMASCHEWSKI-BARLEM, J. G.; LUNARDI, V. L.; RAMOS, A. M.; SILVEIRA, R. S. D.; BARLEM, E. L. D.; ERNANDES, C. M. Manifestações da síndrome de Burnout entre estudantes de graduação em Enfermagem. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 22, n. 3, p. 754-762, 2013.

TOMASCHEWSKI-BARLEM, J. G.; LUNARDI, V. L.; LUNARDI, G. L.; BARLEM, E. L. D.; SILVEIRA, R. S. D.; VIDAL, D. A. S. Síndrome de Burnout entre estudantes de graduação em Enfermagem de uma universidade pública. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 22, n. 6, p. 934-941, 2014.

VEIGA, L.; GONDIM, S. M. G. A utilização de métodos qualitativos na ciência política e no marketing político. **Opinião Pública**, v. 7, n. 1, p. 1-15, 2001.

VIEIRA, P. L.; CASTRO, R. C. A. M. Permanência e êxito acadêmico: contribuição da Política de assistência estudantil na UFPA, Campus de Altamira. **Revista Exitus**, v. 9, n. 3, p. 87-115, 2019.

ZHU, J.; RACINE, N.; XIE, E. B.; PARK, J.; WATT, J.; EIRICH, R.; DOBSON, K.; MADIGAN, S. Post-secondary Student Mental Health During COVID-19: A Meta-Analysis. **Frontiers in Psychiatry**, v. 12, 2021.