

## SÍNDROME DE *BURNOUT* EM UNIVERSITÁRIOS: UMA INVESTIGAÇÃO COM ALUNOS DO CURSO DE LICENCIATURA EM QUÍMICA DE INSTITUIÇÃO PÚBLICA DE ENSINO SUPERIOR

Jéssica Danielle da Silva Brito (1); Ana Lúcia Leal (2);

Universidade Federal de Pernambuco  
Centro Acadêmico do Agreste  
<sup>1</sup> jdanielle@gmail.com  
<sup>2</sup> analealchaves@yahoo.com.br

**Resumo:** A Síndrome de *Burnout* inicialmente estava relacionada ao exercício profissional, principalmente aos que exerciam funções assistenciais. Porém, estudos recentes mostraram que também pode estar relacionada com estudantes universitários, abrangendo três dimensões: Exaustão Emocional, Despersonalização e Ineficácia. O objetivo deste trabalho foi compreender a percepção dos alunos do Curso de Licenciatura em Química, de uma Instituição Pública de Ensino Superior do estado de Pernambuco, sobre a influência do ambiente acadêmico em sua saúde física, mental e emocional. Para isto, foi realizada uma entrevista estruturada com 176 discentes, utilizando um questionário como instrumento de coleta de dados, dividido em duas partes: a primeira, contendo informações sociodemográficas, com o objetivo de conhecer melhor nossa amostra; e a segunda abordando possíveis sintomas físicos e psicológicos da Síndrome de *Burnout* sentidos pelos discentes. Os resultados mostraram que os estudantes possuem altos índices de Exaustão Emocional, porém índices mais baixos de Ineficácia e Descrença. Ainda que os dados obtidos não demonstrem fortes indícios do desenvolvimento da Síndrome, é importante a implementação de ações de enfrentamento por parte da Universidade, pois, mesmo que em quantidades menores, alguns alunos mostraram estar em uma etapa de agravamento da Síndrome, o que se revela preocupante, se estivermos comprometidos com a formação humana e integral do aluno, que em muito deve transcender a dimensão puramente cognitiva.

**Palavras-chave:** Síndrome de *Burnout*, Licenciandos, Educação.

### Introdução

Os primeiros registros da utilização da expressão *Burnout* foram feitos por Hebert Freudenberger, médico psicanalista americano, na década de 1970, que descreveu a síndrome como um “sentimento de fracasso e exaustão causado por um excessivo desgaste de energia e recursos” (MENDES, 2015, p. 43). Segundo Levy, Nunes Sobrinho e Souza (2009), a Síndrome é considerada uma modalidade de *stress* ocupacional que atinge profissionais no desempenho de funções assistenciais.

Alonso (2014) explica que atualmente a Síndrome atinge cerca de 4% da população economicamente ativa no mundo. No Brasil ela acomete aproximadamente 30% dos mais de 100 milhões de trabalhadores e é classificada no grupo de “transtorno mental e do

comportamento relacionado com o trabalho” (Grupo V da CID-10<sup>1</sup>). Porém, apesar da sua ocorrência em números tão significativos, a Síndrome ainda é pouco conhecida.

Vários podem ser os sintomas e manifestações da Síndrome de *Burnout*. Benevides-Pereira (2002) classifica-os em físicos, psíquicos, comportamentais e defensivos. De forma detalhada, tem-se:

- *Físicos*: fadiga constante e progressiva, dores musculares ou osteomusculares, distúrbios de sono, cefaleias, enxaquecas, perturbações gastrointestinais, imunodeficiência, transtornos cardiovasculares, distúrbios do sistema respiratório, disfunções sexuais e alterações menstruais nas mulheres.
- *Psíquicos*: Falta de atenção, de concentração, alterações de memória, lentificação do pensamento, sentimento de alienação, sentimento de solidão, impaciência, sentimento de impotência, labilidade emocional, dificuldade de autoaceitação, baixa autoestima, astenia, desânimo, disforia, depressão, desconfiança e paranoia.
- *Comportamentais*: negligência ou escrúpulo excessivo, irritabilidade, incremento da agressividade, incapacidade para relaxar, dificuldade na aceitação de mudança, perda de iniciativa, aumento do consumo de substâncias, comportamento de alto risco e suicídio.
- *Defensivos*: tendência ao isolamento, sentimento de onipotência, perda do interesse pelo trabalho, absenteísmo, ímpetos de abandonar o trabalho, ironia e cinismo.

Maslach, Schaufeli e Leiter (2001) afirmam que a Síndrome de *Burnout* possui três dimensões: *Exaustão*, que é a mais amplamente relatada e estudada; *Despersonalização*, que seria uma atitude de indiferença e cinismo em relação ao trabalho; e *Ineficácia*, que seria uma redução da realização profissional, e se desenvolve paralelamente às outras dimensões, ao invés de sequencialmente.

Apesar de inicialmente estar relacionada apenas ao ambiente de trabalho, estudos mais recentes apontam que a Síndrome também pode acometer estudantes do ensino superior. Segundo Ramos (2015), avaliando as altas demandas da Universidade e somando-as a algumas características individuais e sociais, os jovens podem desenvolver sintomas inicialmente de *stress* que, com sua cronificação, podem levar à Síndrome de *Burnout*.

Sobre isso, Carlotto, Nakamura e Câmara (2006, p. 58, grifo nosso), afirmam que,

no caso dos estudantes universitários, a sua atividade deve ser levada em conta como uma atividade pré-profissional. Neste caso, o conceito de *Burnout* em estudantes também se constitui de três dimensões: *Exaustão*

---

<sup>1</sup> Classificação Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (também conhecida como Classificação Internacional de Doenças – CID 10). Fonte: [www.medicinanet.com.br/cid10.htm](http://www.medicinanet.com.br/cid10.htm)

*Emocional*, caracterizada pelo sentimento de estar exausto em virtude das exigências do estudo; *Descrença*, entendida como o desenvolvimento de uma atitude de cinismo e distanciamento com relação ao estudo; e *Ineficácia Profissional*, caracterizada pela percepção de estarem sendo incompetentes como estudantes.

Para Dominguéz, Hederich e Sañudo (2009, tradução nossa), diversas são as variáveis que devem ser levadas em consideração no desenvolvimento de *Burnout* em universitários, como por exemplo, a ausência de relações humanizadas com os professores, não contar com a assistência estudantil, alta carga horária, sobrecarga de atividades e altas exigências, não ter informações suficientes para realizar atividades acadêmicas, dificuldades com os transportes para chegar à Universidade, professores exigentes, dentre outros.

Diante do exposto, o objetivo deste trabalho foi compreender a percepção dos alunos do Curso de Licenciatura em Química, de uma Instituição Pública de Ensino Superior, sobre a influência do ambiente acadêmico em sua saúde física, mental e emocional. Trata-se de um recorte do Trabalho de Conclusão de Curso da autora do trabalho.

### **Metodologia**

Foi realizada uma pesquisa de campo com estudantes do primeiro ao décimo período do Curso já mencionado. A coleta dos dados ocorreu através de uma entrevista estruturada, contendo questões de múltipla escolha e questões abertas. Segundo Aguiar e Medeiros (2009), neste tipo de entrevista utiliza-se um questionário como instrumento de coleta de dados, garantindo que seja feita, da mesma forma, a mesma pergunta a todos os entrevistados.

A primeira parte do questionário coletava informações sociodemográficas, algumas fechadas e outras abertas, adaptado de Tomaschewski-Barlem (2014), com o objetivo de conhecer melhor nossa amostra. A segunda parte abordava possíveis sintomas físicos e psicológicos sentidos pelos estudantes em decorrência das altas demandas da Universidade, e estava relacionado à investigação da Síndrome de *Burnout*. Os entrevistados tinham 24 questões, com quatro possibilidades de resposta: “*Nunca*”, “*Algumas vezes*”, “*Quase sempre*” e “*Sempre*”, devendo marcá-las de acordo com a frequência com que os sintomas eram sentidos.

O questionário foi aplicado em sala, no horário da aula e estivemos presentes para dirimir possíveis dúvidas. Após a aplicação foram analisados minuciosamente e seus resultados serão apresentados a seguir.

## Resultados e Discussão

Obteve-se a adesão de 176 discentes do Curso de Licenciatura em Química, com idades variando entre 17 e 34 anos. 53% eram do sexo masculino e 47% do sexo feminino. A quantidade de participantes por período está indicada no Quadro 1.

QUADRO 1. INCIDÊNCIA DE PARTICIPANTES POR PERÍODO.

Período	Quantidade
1º	32
2º	22
3º	16
4º	17
5º	25
6º	19
7º	15
8º	19
9º	7
10º	4

Como é possível perceber, a maior adesão foi no primeiro período (32 participantes) e a menor no décimo período (apenas quatro participantes). Acreditamos que esta diferença se deu tanto pelo número de alunos matriculados, que é bem maior no primeiro período do que no último, como pela disponibilidade dos mesmos.

É importante esclarecer que, para as questões abertas, os entrevistados tinham total liberdade de resposta, podendo apontar mais de um aspecto em cada pergunta. Para facilitar a discussão, optamos por apresentar os resultados agrupando-os por proximidade temática. O número total das respostas não irá coincidir com o número total de participantes, pois tanto é possível que se forneça mais de uma resposta para cada pergunta, como outros podem ter desejado não respondê-las. Tudo estará explicitado nos quadros a seguir.

Os primeiros resultados expostos são referentes ao questionário sociodemográfico, que foi aplicado com o objetivo de conhecer melhor algumas características dos estudantes do Curso de Química. Constatamos que a maior parte dos estudantes (87,57%) é solteira, reside com pai/mãe (67,14%), não possui filhos (96,02%) e tem os auxílios da Instituição como sua principal fonte de renda (41,23%). Além disso, 76% ainda não atuam na área de ensino e, em relação à escolha pela Química, 75,41% dos estudantes optaram pelo Curso como primeira opção. Os demais resultados estão expostos no Quadro 2.

QUADRO 2. PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO DOS ESTUDANTES DE QUÍMICA DA INSTITUIÇÃO.

<b>Estado Civil</b>	Solteiro(a) 87,57%	Casado(a) 11,86%	Divorciado(a) 0,56%	Viúvo(a) 0	---	---
<b>Com quem reside</b>	Sozinho(a) 3,93%	Pai/Mãe 67,14%	Companheiro(a) 11,79%	Familiares 10,11%	Amigos 5,05%	Outros 1,68%
<b>Possui filhos</b>	Sim 3,97%	Não 96,02%	---	---	---	---
<b>Principal fonte de renda</b>	Família 30,92%	Auxílio 41,23%	Trabalho 26,28%	Outra 1,54%	---	---
<b>Atua no ensino</b>	Sim 24%	Não 76%	---	---	---	---
<b>Curso de 1ª opção</b>	Química 75,41%	Outros 24,58%	---	---	---	---

Os resultados apresentados a seguir são referentes às perguntas abertas do questionário. O item analisado questionava se os alunos já pensaram em desistir do curso e solicitava que eles explicassem o porquê deste pensamento. Obtivemos um total de 197 respostas, sendo 99 indicando que sim, 56 indicando não terem pensado nesta possibilidade e 42 pessoas que apenas marcaram “sim” ou “não”, mas sem justificar. Dessa forma, 103 respostas indicaram que “sim” e 94 indicaram que “não”. Os Quadros 3 e 4 detalham as respostas dadas para esta questão.

QUADRO 3. RESPOSTAS AFIRMATIVAS FORNECIDAS À PERGUNTA: “JÁ PENSOU OU PENSA EM DESISTIR DO CURSO? POR QUÊ?”

<b>Resposta: SIM</b>		<b>Quantidade</b>	<b>Porcentagem (%)</b>
1.	Falta de identificação com o curso	23	23,23
2.	Reprovações	22	22,22
3.	Falta de motivação/Ansiedade/ Pressão	13	13,13
4.	Dificuldades financeiras	9	9,09
5.	Falta de tempo	9	9,09
6.	Dificuldades para conciliar com a vida pessoal	8	8,08
7.	Mercado de trabalho	6	6,06
8.	Por causa dos professores	5	5,05
9.	Dificuldades de adaptação	2	2,02
10.	Coordenação do curso	1	1,01
11.	Distância para chegar à Universidade	1	1,01
<b>Total</b>		<b>99</b>	<b>100</b>

Dentre as razões pelas quais os estudantes já pensaram em desistir do curso, a maior foi a falta de identificação, apontada por 23,23% das respostas, e as reprovações, com 22,22%. Em terceiro lugar, as razões indicadas foram sintomas psicológicos (Falta de motivação/ Ansiedade/ Sentimento de estar sendo pressionado), em 13,13% das respostas.

Carlotto, Nakamura e Câmara (2006) afirmam que pensar em desistir do curso é uma consequência do processo da Síndrome de *Burnout* em Universitários.

No Quadro 4 estão indicadas as razões pelas quais os entrevistados não pensaram em desistir do curso.

QUADRO 4. RESPOSTAS NEGATIVAS FORNECIDAS À PERGUNTA: “JÁ PENSOU OU PENSA EM DESISTIR DO CURSO? POR QUÊ?”

	<b>Resposta: NÃO</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Porcentagem (%)</b>
1.	Gosta do curso	46	82,14
2.	Possibilidades de trabalho	4	7,14
3.	Necessidade de uma formação superior	3	5,35
4.	Pelo tempo e custo investidos	2	3,56
5.	Não ter condições de se deslocar para outra faculdade	1	1,78
	<b>Total</b>	<b>56</b>	<b>100</b>

A segunda parte do questionário estava relacionada à Síndrome de *Burnout*. Ela continha um total de 24 questões, sendo 14 referentes a sintomas psicológicos causados pela síndrome e 10 referentes a sintomas físicos. Os entrevistados indicaram se os sentiam e com que frequência.

Os resultados para os sintomas psicológicos estão indicados nos Quadros 5, 6 e 7, que têm seus maiores valores em destaque. Na discussão dessa parte do questionário, utilizamos como base as três dimensões da Síndrome de *Burnout* em universitários<sup>2</sup>, que também serviram de base para o agrupamento das questões.

O Quadro 5 indica a frequência dos sintomas psicológicos relacionados à dimensão da *Exaustão Emocional*. Segundo Gasparino (2014), ela é a primeira consequência da sobrecarga de trabalho e *stress*, ocasionada pela exigência de bons resultados. Para Sousa e Mendonça (2009, p. 500), essa dimensão está relacionada “à sensação de que os problemas que causam o *stress* extrapolam a capacidade do indivíduo e estão exaurindo seus recursos emocionais e físicos”. Sobral (2015) afirma que, como consequência da *exaustão*, o indivíduo pode chegar a se tornar incapaz de realizar suas atividades.

<sup>2</sup> Como já mencionado, a *exaustão Emocional*, caracterizada pelo sentimento de estar exausto em virtude das exigências do estudo; *Descrença*, entendida como o desenvolvimento de uma atitude de cinismo e distanciamento com relação ao estudo; e *Ineficácia Profissional*, caracterizada pela percepção de estarem sendo incompetentes como estudantes (CARLOTTO; NAKAMURA; CÂMARA, 2006, p. 58, grifo nosso).

QUADRO 5. SINTOMAS PSICOLÓGICOS CAUSADOS PELA SÍNDROME DE *BURNOUT* RELACIONADOS À DIMENSÃO DA *EXAUSTÃO EMOCIONAL*.

Questões		Nunca	Algumas vezes	Quase sempre	Sempre	Não responderam
<b>01</b>	Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos.	17	<b>84</b>	51	24	0
%		9,66	<b>47,73</b>	28,98	13,64	0
<b>02</b>	Sinto-me esgotado ao fim de um dia em que tenho aula.	11	<b>90</b>	43	32	0
%		6,25	<b>51,14</b>	24,43	18,18	0
<b>03</b>	Sinto-me cansado quando necessito enfrentar outro dia de aula.	15	<b>103</b>	32	25	1
%		8,52	<b>58,52</b>	18,18	14,20	0,57
<b>04</b>	Estudar e frequentar as aulas são, para mim, um grande esforço.	50	<b>87</b>	19	19	1
%		28,41	<b>49,43</b>	10,80	10,80	0,57
<b>05</b>	Sinto-me consumido pelos meus estudos.	20	<b>93</b>	43	17	3
%		11,36	<b>52,84</b>	24,43	9,66	1,70

Como foi observado, em todos os itens os entrevistados referiram sentir tais sintomas em percentuais elevados, ainda que em frequências diferentes. Para todos, a alternativa mais assinalada foi “algumas vezes”, o que nos deixa otimistas pela possibilidade de ainda termos chances de revertermos essas dificuldades e queixas, quem sabe através de uma ação institucional ampla e assertiva. Nos itens 01, 02 e 03, a opção “nunca” foi a que teve menor quantidade de respostas, indicando que, nos três casos, mais de 90% dos entrevistados se sentiram esgotados/cansados em algum momento. Nos itens 04 e 05, apesar desse percentual ser um pouco menor, sua frequência ainda é alta: 71,59% e 88,64% dos entrevistados, respectivamente, já sentiram tais sintomas.

O Quadro 6 traz os resultados para as questões relacionadas à dimensão da *Descrença*.

QUADRO 6. SINTOMAS PSICOLÓGICOS CAUSADOS PELA SÍNDROME DE *BURNOUT* RELACIONADOS À DIMENSÃO DA *DESCRENÇA*.

Questões		Nunca	Algumas vezes	Quase sempre	Sempre	Não responderam
<b>06</b>	Eu questiono a importância e o sentido de meus estudos.	37	<b>69</b>	35	35	0
%		21,02	<b>39,20</b>	19,89	19,89	0
<b>07</b>	Tenho me tornado menos interessado nos estudos desde que entrei nesta universidade.	<b>109</b>	50	10	6	1
%		<b>61,93</b>	28,41	5,68	3,41	0,57
<b>08</b>	Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos.	62	<b>68</b>	32	13	1
%		35,23	<b>38,64</b>	18,18	7,39	0,57
<b>09</b>	Acredito que eu tenha contribuído para o bom andamento das aulas que assisto.	10	61	<b>65</b>	39	1
%		5,68	34,66	<b>36,93</b>	22,16	0,57

No Quadro 6, os resultados foram variados. Para a questão 06, a maior frequência indicada foi “algumas vezes” (39,20%), seguida da opção “nunca” (21,02%). As opções “quase sempre” e “sempre” tiveram o mesmo percentual (19,89%). Em outras palavras, 78,98% dos entrevistados questionaram a importância e o sentido dos estudos em algum momento. Ramos (2015) afirma que, conforme o estudante não se sinta eficaz para realizar as atividades provenientes da Universidade, ele começa a questionar o sentido e a importância dos estudos para a sua vida.

Para a questão 07, 61,93% afirmaram “nunca” terem se tornado menos interessado nos estudos desde que entraram na Universidade, enquanto 38,07% afirmaram terem sentido isto em algum momento. Este resultado pode ser considerado satisfatório, pois indica baixos índices de descrença, o que acarreta o desenvolvimento de uma postura cética e distanciada em relação aos estudos. (TOMASCHEWSKI-BARLEM et al, 2014).

A questão 08 mostra que a maior parte dos entrevistados, 38,64%, referiu “algumas vezes” terem se sentido mais descrente do potencial e da utilidade dos estudos, seguido de 35,23% que afirmaram “nunca” terem sentido. Quase sempre e sempre apareceram com 18,18% e 7,39% das respostas, respectivamente. Neste caso, somando-se as respostas afirmativas, tem-se que 64,77% já questionaram, em algum momento, o seu potencial e a utilidade de seus investimentos acadêmicos, apesar de a maioria não ter se desinteressado nos estudos (conforme já mencionado).

Oliveira, Grangeiro e Barreto (2008) afirmam que os conhecimentos adquiridos na Universidade são superficiais, não alcançando a complexidade da atividade prática relacionada aos conceitos estudados, fazendo com que muitos deles não se apliquem à realidade. Esse fato pode ser uma das explicações para a presença desta sensação nos estudantes que participaram da pesquisa.

Por fim, a questão 09 aponta que 36,93% dos estudantes acreditam “quase sempre” contribuir para o bom andamento das aulas que assistem seguidos de 34,66% que sentem isso “algumas vezes” e 22,16% que sentem que isto “sempre” ocorre. Ou seja, apenas 5,68% dos estudantes “nunca” experimentaram este sentimento, em detrimento de 94,32% que sentem isto em frequências diferentes. Assim como na questão 07, o resultado apresentado indica baixos índices de *Descrença*.

O Quadro 7 mostra os resultados para as questões relacionadas à dimensão da *Ineficácia*. Sobre essa dimensão, Ramos (2015) afirma que ela está diretamente interligada à *Descrença*, pois uma ocasiona a outra e a junção das duas pode contribuir para a evasão

estudantil. Quanto maior o índice de *Ineficácia*, maior o indicativo de Síndrome de *Burnout* em universitários.

QUADRO 7. SINTOMAS PSICOLÓGICOS CAUSADOS PELA SÍNDROME DE *BURNOUT* RELACIONADOS À DIMENSÃO DA *INEFICÁCIA*.

Questões		Nunca	Algumas vezes	Quase sempre	Sempre	Não responderam
10	Durante as aulas sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz.	6	70	<b>79</b>	20	1
%		3,41	39,77	<b>44,89</b>	11,36	0,57
11	Sinto-me estimulado quando concluo com êxito a minha meta de estudos.	2	21	31	<b>121</b>	1
%		1,14	11,93	17,61	<b>68,75</b>	0,57
12	Considero-me um bom estudante.	6	67	<b>74</b>	29	0
%		3,41	38,07	<b>42,05</b>	16,48	0
13	Posso resolver calmamente os problemas que surgem nos meus estudos.	14	<b>91</b>	61	10	0
%		7,95	<b>51,70</b>	34,66	5,68	0

Para as questões do Quadro 7 índices elevados da opção “nunca” indicariam alto sentimento de *Ineficácia*. Porém, ao analisar as respostas obtidas, observa-se que nas questões 10, 11 e 12 a opção “nunca” foi a menos assinalada, e na questão 13 só foi assinalada em terceiro lugar, resultados que indicam a prevalência do sentimento de eficácia. Porém, não podemos deixar de chamar a atenção para o fato de que, ainda que em percentuais menores, alguns estudantes indicaram alto sentimento de *Ineficácia*, mostrando indícios da Síndrome.

O Quadro 8 ainda trata dos sintomas relacionados à Síndrome de *Burnout*, porém agora se referem aos físicos. É importante ressaltar que o indivíduo portador da Síndrome não necessariamente apresenta todos os sintomas. A manifestação deles depende também de outros fatores, como a predisposição genética e a etapa evolutiva que o indivíduo se encontra no desenvolvimento da Síndrome. (BENEVIDES-PEREIRA, 2002).

O sintoma físico que mais apareceu foi a sensação de fadiga e apenas 7,95% indicaram “nunca” senti-la. Ou seja, 92,05% já se sentiram fatigados em algum momento durante o Curso. Detalhadamente, 52,84% afirmaram senti-lo “algumas vezes”, 25,57% sentem isso “quase sempre” e 13,07% “sempre”. Para Mendonça (2013) é possível citar como causas para o surgimento deste sintoma, a “intensidade e a duração do trabalho físico e mental, o ambiente, clima, causas psíquicas, responsabilidade, ansiedade, conflitos ou doenças” (p. 17). Os demais percentuais estão explicitados abaixo.

QUADRO 8. SINTOMAS FÍSICOS CAUSADOS PELA SÍNDROME DE *BURNOUT*.

Questões		Nunca	Algumas vezes	Quase sempre	Sempre	Não responderam
<b>14</b>	Falto aulas por motivo de saúde.	66	<b>89</b>	13	8	0
%		37,50	<b>50,57</b>	7,39	4,55	0
<b>15</b>	Sensação de fadiga	14	<b>93</b>	45	23	1
%		7,95	<b>52,84</b>	25,57	13,07	0,57
<b>16</b>	Dor de cabeça por tensão ou dor muscular (pescoço e ombros)	31	<b>80</b>	38	27	0
%		17,61	<b>45,45</b>	21,59	15,34	0,00
<b>17</b>	Dificuldades para dormir ou sono entrecortado	53	<b>59</b>	45	19	0
%		30,11	<b>33,52</b>	25,57	10,80	0,00
<b>18</b>	Indisposição gástrica ou dores no estômago	<b>96</b>	48	20	11	1
%		<b>54,55</b>	27,27	11,36	6,25	0,57
<b>19</b>	Sensação de tremores musculares	<b>108</b>	50	10	6	2
%		<b>61,36</b>	28,41	5,68	3,41	1,14
<b>20</b>	Sensação de fôlego curto ou falta de ar	<b>126</b>	37	8	5	0
%		<b>71,59</b>	21,02	4,55	2,84	0,00
<b>21</b>	Redução do apetite	<b>100</b>	47	16	13	0
%		<b>56,82</b>	26,70	9,09	7,39	0,00
<b>22</b>	Sob pressão, sente taquicardia	<b>116</b>	41	12	6	1
%		<b>65,91</b>	23,30	6,82	3,41	0,57
<b>23</b>	Problemas com a memória	51	<b>79</b>	26	18	2
%		28,98	<b>44,89</b>	14,77	10,23	1,14
<b>24</b>	Enxaqueca	<b>78</b>	52	27	19	0
%		<b>44,32</b>	29,55	15,34	10,80	0,00

O sintoma físico que prevaleceu em segundo lugar foi “Dor de cabeça por tensão ou dor muscular (pescoço e ombros)”, em que 82,39% afirmaram ter sentido em algum momento. 45,45% sentiram “algumas vezes”, 21,59% “quase sempre” e 15,34% “sempre”, em detrimento de apenas 17,61% que afirmaram nunca terem sentido.

Em terceiro lugar, o sintoma mais sentido foi “problemas com a memória”, em que 44,89% sentiram “algumas vezes”, 14,77% sentiram “quase sempre” e 10,23% sentiram “sempre”. Ou seja, mais de 70% (71,02%) já sentiram este sintoma em algum momento, enquanto quase 30% (28,98%) “nunca” sentiram.

O sintoma físico que menos prevaleceu entre os entrevistados foi “Sob pressão sente taquicardia”, pois mais de 60% (65,91%) afirmaram “nunca” terem sentido, enquanto 34,09% afirmaram terem sentido em algum momento.

Como foi observado, apesar de aparecerem com frequência menor que os sintomas psicológicos, os sintomas físicos ainda foram evidenciados em alta porcentagem, em boa parte das questões.

## Conclusões

A ocorrência da Síndrome de *Burnout* em universitários está relacionada com altos índices de *Exaustão Emocional* e *Descrença* e baixos índices de *Eficácia*. A respeito da percepção dos alunos da Instituição pesquisada sobre como o ambiente acadêmico pode favorecer ou não possíveis adoecimentos de ordem emocional, nossos resultados mostram que os maiores índices encontrados foram na dimensão *Exaustão Emocional*.

Em relação à percepção dos alunos sobre como o ambiente acadêmico poderia favorecer ou não possíveis adoecimentos de ordem física, constatamos que a ocorrência da dimensão *Exaustão Emocional* entre os alunos da Universidade analisada é baixa, pois a maior parte dos entrevistados apontou “nunca” senti-lo ou senti-lo “algumas vezes”. Este achado, somado ao apresentado nos sintomas psicológicos, revela que, de forma geral, felizmente os alunos da Instituição pesquisada não apresentam indícios do desenvolvimento da Síndrome em estágio avançado.

Porém, é importante ressaltar que, mesmo em quantidades pequenas, alguns alunos sinalizaram altos índices de *Exaustão Emocional* e *Descrença* e baixos índices de *Eficácia*, indicando maior propensão ao desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*. Além disso, fatores como Falta de motivação/Ansiedade/Sentimento de estarem sendo pressionados foram apontados em terceiro lugar, sinalizando que já pensaram em desistir do Curso. Isto significa que ações de fortalecimento da resiliência e de enfrentamento à Síndrome de *Burnout* precisam ser iniciadas o mais rápido possível na Universidade e só neste momento teremos a certeza de que há, por parte dos gestores, um efetivo compromisso com a qualidade de vida dos estudantes, aprendizes que tanto ensinam.

## Referências

- AGUIAR, V. R. L. MEDEIROS, C. M. *Entrevistas na pesquisa social: O relato de um grupo de foco nas licenciaturas*. IX Congresso Nacional de Educação – EDUCERE. PUCPR. 2009.
- ALONSO, F. G. *Síndrome de Burnout: Manual de medidas preventivas e identificativas para aplicação pelo engenheiro de segurança do trabalho*. 36 f. 2014. Monografia (Pós Graduação em Engenharia de Segurança do Trabalho) - Universidade Tecnológica Federal do Paraná – UTFPR. Curitiba, 2015.
- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. (2002). *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador*. São Paulo: *Casa do Psicólogo*.

- CARLOTTO, M. S., NAKAMURA, A. P., CÂMARA, S. G. Síndrome de Burnout em estudantes universitários da área de saúde. *Revista PSICO*, Porto Alegre, PUCRS, v. 37, n. 1, pp. 57-62, jan./abr. 2006.
- GASPARINO, R. C. Síndrome de *Burnout* na equipe de enfermagem de um hospital universitário. *Cogitare Enferm.* 2014 Abr/Jun; 19(2):232-8
- LEVY, G. C. T. M.; NUNES SOBRINHO, F. P.; SOUZA, C. A. A. Síndrome de *Burnout* em professores da rede pública. *Produção*, v. 19, n. 3, p. 458- 465, 2009.
- MASLACH, C.; SCHAUFELI, W.B. & LEITER, M. P. (2001). *Job Burnout. Annual Review Psychology*, 52, 397-422.
- MENDES, M. L. M. *A tradução do fracasso: Burnout em professores do Recife*. 138f. 2015. Tese (Doutorado em Educação) - Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2015.
- OLIVEIRA, G. F., GRANGEIRO, M. V. T., BARRETO, J. O. P. Síndrome de burnout em estudantes universitários. *Revista de Psicologia*. Ano 2, No. 6, Novembro de 2008-ISSN 1981-1179.
- RAMOS, D. A. S. M. *Burnout, percepção de suporte social e autoeficácia em estudantes do ensino Superior*. 2015. 102 f. Dissertação (Pós graduação em Psicologia) - Universidade Federal de Uberlândia. Uberlândia. 2015.
- SOBRAL, R. C. *Fatores psicossociais de risco no trabalho e a síndrome de Burnout*. 2015. Tese (Doutorado em Saúde Coletiva) - Faculdade de Ciências Médicas. Universidade Estadual de Campinas, Campinas. 2015.
- SOUSA, I. F. MENDONÇA, H. *Burnout em professores universitários: impacto de percepções de justiça e comprometimento afetivo*. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. Vol. 25, n. 4, pp. 499-508, Out-Dez 2009.
- TOMASCHEWSKI-BARLEM, J. G. et al. Síndrome de *Burnout* entre estudantes de graduação em enfermagem de uma universidade pública. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. nov.-dez. 2014;22(6):934-41