



BACHARELADO DE ENFERMAGEM

**CARLA ADJANY SARAIVA DE SOUZA
EMANUELLA KASSIA PAIVA DAMASCENO
FABIANA NADJA ALVES FORTE
MYRNA KELLY DA SILVA**

**RISCO DA SÍNDROME DE *BURNOUT* ENTRE ACADÊMICOS
DA ÁREA DA SAÚDE**

FORTALEZA

2019

CARLA ADJANY SARAIVA DE SOUZA
EMANUELLA KASSIA PAIVA DAMASCENO
FABIANA NADJA ALVES FORTE
MYRNA KELLY DA SILVA

RISCO DA SÍNDROME DE *BURNOUT* ENTRE ACADÊMICOS
DA ÁREA DA SAÚDE

Trabalho de conclusão de Curso em Bacharelado em Enfermagem da Uniateneu, como requisito parcial para a obtenção do título de graduado em Enfermagem.

Orientadora: Prof.^aMs. Adriana Sousa Carvalho de Aguiar.

FORTALEZA

2019

CARLA ADJANY SARAIVA DE SOUZA
EMANUELLA KASSIA PAIVA DAMASCENO
FABIANA NADJA ALVES FORTE
MYRNA KELLY DA SILVA

RISCO DASÍNDROME DE *BURNOUT* ENTRE ACADÊMICOS
DA ÁREA DA SAÚDE

Trabalho de conclusão de Curso em Bacharelado em Enfermagem da Uniateneu, como requisito parcial para a obtenção do título de graduado em Enfermagem.

Aprovados em: 01/07/2019.

BANCA EXAMINADORA

Prof.^aMs. Adriana Sousa Carvalho de Aguiar
Centro Universitário – UNIATENEU

Prof.^a Especialista Karoliny Cosme Pimenta
Centro Universitário – UNIATENEU

Prof.^a Especialista Danielle Sampaio Teixeira
Centro Universitário – UNIATENEU

RESUMO

O tema *Burnout* ainda não tem uma definição universalmente aceita, descrevendo-se como uma síndrome psicológica composta por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal que apresentam em seres humanos que experimentam relações interpessoais no trabalho. A manifestação da síndrome de *Burnout* passou a ser examinada entre estudantes universitários, pois sua incidência crescente nos últimos anos e início de tais manifestações começa na vida acadêmica, por haver muita cobrança na faculdade (trabalhos, notas), no emprego (medo de perder, família para sustentar, a sociedade cada vez mais exigente no âmbito profissional), sem contar que deve ser um tema abordado para os mesmos ficarem cientes do assunto, alertando e prevenindo. O objetivo é analisar as manifestações da síndrome de *Burnout* entre os acadêmicos da área da saúde. Trata-se de um estudo do tipo descritivo com abordagem quantitativa. A população do estudo foi composta por acadêmicos da área da saúde, matriculados no centro universitário onde foi realizada a pesquisa, independente do sexo e idade superior a 18 anos. A coleta de dados foi por meio da aplicação de dois questionários um com variáveis relacionadas aos dados sociodemográficos e o outro comum instrumento, contendo questões fechadas, onde foi possível a identificação das manifestações da síndrome de *Burnout*. Os dados foram organizados em tabelas e analisados estatisticamente com o programa Microsoft Excel. Todos os aspectos éticos, segundo a Resolução 466/12, foram respeitados. Os resultados demonstraram que 83% dos acadêmicos eram do sexo feminina sendo a maioria de 20 a 40 anos de idade e que apresentaram índices elevados nos itens referentes à exaustão emocional e eficácia profissional. Concluindo assim destacando a importância de desenvolver novas investigações em acadêmicos da área da saúde com o objetivo de prevenir, neutralizar ou acabar com as manifestações de *Burnout* em sua fase mais inicial, para que as tarefas e as demandas de pesquisas sejam efetivadas com êxito e satisfação no decorrer da formação inicial.

Descritores: Esgotamento profissional. Saúde. Estudantes.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	05
2	OBJETIVOS.....	08
2.1	Objetivo geral.....	08
2.2	Objetivo específico.....	08
3	REVISÃO DE LITERATURA.....	09
3.1	O que é <i>Burnout</i>.....	10
3.2	Estudantes da área da saúde e sua relação com <i>Burnout</i>.....	12
3.3	Tratamento	12
4	METODOLOGIA.....	12
4.1	Tipo de estudo.....	12
4.2	Local e período de estudo.....	13
4.3	População e amostra.....	14
4.4	Coleta de dados.....	14
4.5	Análise dos dados.....	15
4.6	Aspectos éticos e legais.....	15
5	RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	16
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	22
7	REFERÊNCIAS.....	23
8	APÊNDICE A-INSTRUMENTO PARA COLETA DE DADOS.....	26
	ANEXO- A INSTRUMENTO <i>MASLCH BURNOUT INVENTORY</i> (MBI).....	27
	ANEXO B- INSTRUMENTO ADAPTADO PARA ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM.....	28

1 INTRODUÇÃO

O tema *Burnout* ainda não tem uma definição universalmente aceita, descrevendo como uma síndrome psicológica composta por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal que apresentam em seres humanos que experimentam relações interpessoais no trabalho. A palavra “*Burnout*” se traduz em estar queimado, ou esgotado e quando esse estresse passa a ser crônico e não é tratado adequadamente causa consequências à saúde. Esses efeitos se apresentam tanto na esfera psicológica e social, como na área biológica e bioquímica. Caracteriza-se por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal atingindo pessoas que tem contato direto com o público. A SB é reconhecida, mundialmente, como um dos grandes problemas psicossociais que afetam a qualidade de vida de diversas áreas, principalmente daquelas que envolvem cuidados com saúde, educação e serviços humanos, gerando uma importante questão ocupacional e social (CHAGAS, 2016); (SILVA, 2015).

A síndrome de *Burnout* é classificada como um transtorno mental e comportamental, pertencendo ao Grupo V do Código Internacional de Doenças (CID-10), e sua inclusão estabelecida no Decreto nº 3048-99 e, desta forma, com o diagnóstico formalizado, tendo direitos: os portadores estão assegurados de um aporte legal que permite a concessão de afastamentos, tratamentos na rede pública de saúde, compensações financeiras, dentre outros (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 1999).

Os sintomas do *Burnout* são de cunho psicossomático, psicológico e comportamental e produzem consequências negativas individualmente, profissionalmente e socialmente. Apresentando exaustão física e irritação, ansiedade ou tristeza. Sendo capaz a desencadear úlceras, insônia, dores de cabeça e hipertensão, além de abuso no álcool e medicamentos, promovendo problemas familiares e conflitos sociais. Podendo envolver pessoas de qualquer faixa etária (CARDOSO *et al.*, 2017).

A manifestação da síndrome de *Burnout* passou a ser examinada entre estudantes universitários, pois sua incidência crescente, nos últimos anos e início de tais manifestações começa na vida acadêmica, por haver muita cobrança na faculdade (trabalhos, notas); no emprego (medo de perder, família para sustentar. A sociedade está cada vez mais exigente no âmbito profissional), sem contar que deve ser um tema abordado para os mesmos ficarem cientes do assunto, alertando e prevenindo. Assim, a síndrome de *Burnout* entre estudantes

entende-se: exaustão emocional, descrita pelo sentimento de estarem cansadas em resposta às intensas exigências do estudo, descrença percebida como o desenvolvimento de uma atitude cética e distanciada no âmbito dos estudos e baixa eficácia profissional, assinalada pela percepção de estarem sendo ineficazes como estudantes (TOMASCHEWSKI-BARLEM, 2014).

O *Burnout* mescla muitos componentes que se iniciam silenciosamente e aos poucos abala a vida dos estudantes, e que quando se tem o diagnóstico, muitos aspectos da vida pessoal e profissional já foram afetados. O mundo vem passando por várias mudanças tecnológicas, científicas, econômicas, políticas, culturais e sociais dando prejuízo à qualidade de vida, sendo o cansaço emocional mais predominante, este é o sintoma mais óbvio, situação em que os estudantes se percebem esgotados e os recursos emocionais próprios devido ao contato diário com os problemas e sentindo que não podem dar mais de si mesmos em nível de afeto. Há um acentuado aumento do estresse nos indivíduos, comprometendo sua saúde e bem-estar, além de efeitos importantes na vida acadêmica (BARBOSA, 2016 PINHEIRO *et al.*, 2018).

Vários fatores estão associados à SB. Dentre eles, os mais discutidos são sexo, idade, escolaridade, personalidade, tempo de serviço, sobrecarga de trabalho, papéis conflitantes, dificuldades no relacionamento interpessoal e satisfação laboral. Contudo, ainda existem muitas discussões sobre esses e outros fatores, não havendo um acordo sobre eles, além de muitos ainda não se diferenciarem como precursor, sintoma ou consequência, como o isolamento social, por exemplo (LIMA *et al.*, 2018).

Diante do manifestado, e da importância do tema para os estudantes da área da saúde e dos fatores associados no acometimento desta síndrome no contexto do ensino, é necessário o conhecimento da produção científica sobre a síndrome de *Burnout* entre os estudantes da área da saúde a fim de reduzir os efeitos e a dificuldade de tratamento e condução na qualidade de vida destes (PEREIRA *et al.*, 2018).

Equilibrar a interação trabalho-família e estudos tem sido alvo de estudos, principalmente, em mulheres, pois além de desenvolver as atividades da sua vida estudantil, elas ainda executam as tarefas familiares, com isso, verifica que a dupla jornada de trabalho pode ocasionar conflitos, e com isso a síndrome de *Burnout* (DALCIN *et al.*, 2018).

Foi observado que os participantes da pesquisa utilizam suas capacidades físicas e mentais para obter o progresso acadêmico requerido, assim como para a realização de

atividades e o desenvolvimento de competências e habilidades, entende-se que a exposição prolongada ao estresse crônico provoca o início de Burnout em estudantes universitários. Estudar e investigar esse fenômeno, na fase da formação inicial, é importante para identificar, amenizar e/ou evitar o avanço da síndrome nos estudantes (GUIMARÃES, 2014).

Reconhecendo-se a vivência da síndrome de *Burnout* entre estudantes da área da saúde, questiona-se: Quais manifestações da SB estão presentes entre os estudantes de graduação da área da saúde?

Justifica-se este estudo, devido a um número significativo da ocorrência da Síndrome de *Burnout* nos estudantes da área da saúde e o fato de ser pouco conhecida em nossa realidade, pois ela pode ser considerada um problema de saúde pública. Para que se possa entender a síndrome de *Burnout*, faz-se necessário interpretar a natureza e a progresso dos fatores estressores que os trabalhadores são submetidos; especialmente os acadêmicos da área da saúde, pois além de estudarem ainda precisam trabalhar, e também por ter que saber lidar com pacientes em estágio terminal (SILVA, 2014).

Por haver um grande aumento de Síndrome de *Burnout*, é fundamental aprofundar os estudos acerca desse tema para que possa identificar sinais de um possível acometimento por essa doença. A importância desse estudo na identificação das manifestações da síndrome de *Burnout*, desde sua formação acadêmica é importante, pois, profissionais da área da saúde, por prestarem cuidados de saúde diretos a outras pessoas, estão constantemente sujeitos a uma enorme variedade de estresse (DE OLIVEIRA, RF *et al.*, 2017).

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

- Identificar os riscos da síndrome de *Burnout* entre os acadêmicos da área da saúde.

2.2 Objetivos Específicos

- Descrever o perfil sociodemográfico e acadêmico dos participantes do estudo.
- Conhecer as manifestações e risco da síndrome de *Burnout* entre acadêmicos da área da saúde.

3 REVISÃO DE LITERATURA

3.1 O que é *Burnout*

Quando há uma ultrapassagem dos níveis adaptativos do estresse, sem um verdadeiro enfrentamento, e torna-se crônico, recebe o nome de *Burnout* ou síndrome de *Burnout*. É uma doença que se predomina nas áreas que lidam com pessoas e surge como efeito das relações interpessoais e organizacionais. O termo em inglês “*Burnout*” significa “consumir-se”. Este é um termo que denomina um indivíduo que chegou ao colapso da sua capacidade adaptativa (VASCONCELOS, 2018).

A *SB* estabelece dois perfis diferentes. O Perfil 1 é caracterizado por um conjunto de condutas e sentimentos ligadas ao estresse laboral, originando uma forma moderada de mal-estar, mas não impossibilitando de exercer suas atividades laborais. O Perfil 2 refere-se a casos mais afetados em decorrência da *SB*, incluindo os sentimentos já apresentados, acrescidos do sentimento de culpa (DIEHL, CARLOTTO, 2015).

A Síndrome de *Burnout* já está registrada no CID 10 (Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde) (CÂNDIDO, SOUZA, 2017).

Os sintomas do *Burnout* são divididos em quatro categorias ou níveis de manifestação:

- a) Os sintomas psicossomáticos, físicos que suas características principais são: sensação de fadiga constante e progressiva, transtornos cardiovasculares, alterações do sono e alterações menstruais, nas mulheres, cefaleias, dores musculares (no pescoço e no dorso), perturbações gastrointestinais, transtornos cardiovasculares, baixa resistência imunológica, perturbações do sistema respiratório, disfunções sexuais, b) Os sintomas psíquicos/conjunturais, nos quais se observa uma baixa tolerância à frustração, deterioração do relacionamento pessoal, desconfiança, diminuição da memória, falta de atenção e concentração, diminuição da capacidade decisional e ideias fantasiosas ou delírios de perseguição agressividade, impaciência, ceticismo, humor depressivo, falta de interesse, baixa autoestima, c) Os sintomas emocionais, em que se verifica um decréscimo na capacidade ocupacional e de concentração, ansiedade e perda de entusiasmo e alegria, um afastamento/isolamento afetivo, falta de realização pessoal, pessimismo, falta de confiança, sentimentos de vazio, de impotência e consequente baixa autoestima, d) Os sintomas comportamentais/defensivos, tais como: lentidão no desempenho das funções, a irritabilidade, o absentismo, o aumento do consumo de

bebidas alcoólicas, tabaco e até mesmo drogas e o incremento da agressividade tendência para o isolamento, a perda de interesse pelo lazer, a atenção seletiva, a hostilidade, inflexibilidade, perda de iniciativa. Neste tipo de etapa, o indivíduo usa a negação emocional como um mecanismo para aceitar seus sentimentos, negando as emoções anteriormente descritas (ironia, insensibilidade, desprezo de sentimentos face a outras situações, irritabilidade e distanciamento afetivo) (NOGUEIRA, 2017).

3.2 Estudantes da área da saúde e sua relação com *Burnout*

Já é bem estabelecido no meio acadêmico que em estudantes com síndrome de *Burnout*, tem uma diminuição do rendimento da aprendizagem nas tarefas do cotidiano, ocorrência de baixa autoestima e insegurança. Além de quê, é demonstrada uma reciprocidade negativa entre assertividade e nível de ansiedade, sugerindo que esta pode interferir no comportamento assertivo, tão importante durante a formação profissional, acarretando danos ao conhecimento profissional e ao aprendizado, e podendo resultar, inclusive, no abandono do curso, até em suicídio. A ocorrência de distúrbios de humor e ansiedade ainda na graduação, quando não detectada e adequadamente tratada, pode se perpetuar ou agravar durante a residência, pós-graduação e na atividade profissional (VASCONCELOS, 2015).

Foi revelada a incidência das três dimensões da Síndrome de *Burnout*, agregadas às especificidades das situações vivenciadas pelos estudantes universitários: grande carga horária das disciplinas; atividades extraclasse e extracurriculares; ideia de estarem permanentemente sendo avaliados pelos professores; separação entre teoria e prática; ausência de acolhimento por parte das diferentes equipes de saúde, durante as atividades práticas e os estágios; contato frequente com situações de sofrimento; ausência de reconhecimento e de valorização da área da saúde e de identificação com as atividades da profissão. Estes fatores estão associados, principalmente, à exaustão emocional, favorecendo ao afastamento dos estudos e o comprometimento do sentimento de eficácia profissional (DA MOTA, 2017).

3.3 Tratamento

O início para um tratamento adequado inicia-se por um diagnóstico aprofundado. É significativo não confundir Síndrome de *Burnout* com outro tipo de transtorno psicológico como a depressão, transtornos de humor ou de ansiedade. Há de se levar em conta ainda a

expansão do risco no uso de substâncias como álcool e drogas ilícitas. O uso de tabaco também foi observado em vários casos, assim como pensamento de morte e sintomas de depressão. É considerável iniciar um tratamento logo após o diagnóstico, pois o estresse pode ter consequências graves como o suicídio. O tratamento geralmente é feito através de medicações antidepressivas e terapia. Todavia, as atividades físicas e tratamentos alternativos vêm ganhando destaques em casos de estresse. A hipnoterapia vem crescendo no Brasil, seu tratamento “evolui o padrão de consciência, focando sua atenção por meio de uma indução ou de uma autoindução concentrando a mente e direcionando seus pensamentos e, com isso, intensificando a atividade cerebral” com isso, o indivíduo que procura a hipnoterapia tenta minimizar a influência das emoções e pensamento negativos que contribuem para o crescimento do estresse. A acupuntura também tem ganhado destaque. Apesar dos embates para provar sua eficácia e caráter científico, ela tem como objetivo a cura das enfermidades através de agulhas colocadas estrategicamente em pontos específicos do corpo. E finalizando, é importante falar sobre as atividades físicas. Já se sabe a importância que a mesma possui para a saúde, agora também a temos como aliada para qualidade de vida física e mental (CÂNDIDO, SOUZA, 2017).

Estudos interventivos são escassos e desenvolver um plano de ação da SB para sua prevenção parece ser um desafio. As pesquisas desse tipo se propuseram a realizar intervenções individuais, visando mudanças comportamentais e não modificações. Uma das abordagens mais aplicadas nesses casos é a cognitivo-comportamental acompanhada de técnicas de relaxamento. No entanto, a maior desvantagem dessas intervenções está em capacitar os participantes a enfrentar o estresse, e não para combatê-lo. Apesar da pequena quantidade de pesquisas interventivas, uma grande parte das publicações analisadas afirma a necessidade de realizar pesquisas em profundidade que permitam formular e implantar políticas de apoio à prevenção e intervenção no caso da síndrome no âmbito dos estudantes (MEDEIROS-COSTA, 2017)

4 METODOLOGIA

4.1 Tipo de Estudo

Trata-se de um estudo do tipo descritivo com abordagem quantitativa. De acordo com Gil (2017, p. 26) “as pesquisas descritivas têm como objetivo a descrição das características de determinada população ou fenômeno. Podem ser elaboradas também com a finalidade de identificar possíveis relações entre variáveis”.

A pesquisa quantitativa centra-se na objetividade e acredita que a veracidade só é capaz de ser entendida com conhecimento na análise de informações brutas, coletados utilizando instrumentos formais e objetivos (DE ARAUJO, 2018).

4.2 Local e Período do Estudo

O estudo ocorreu em uma instituição de ensino superior privada localizada na cidade de Fortaleza, Ceará. O período de realização do estudo foi de fevereiro a junho de 2019.

A referida instituição foi fundada em 2002 e oferece vários cursos como: pós-graduação, graduação, além de contar também com cursos de nível técnico, atende também parte escolar como fundamental e médio. O grupo mantém suas atividades de ensino fundamental e médio em três Estados, mas concentra suas atividades de nível superior no Estado do Ceará com unidades em Fortaleza e em São Gonçalo do Amarante.

4.3 População e Amostra

A população da pesquisa foi composta por graduandos nos cursos de Enfermagem, Fisioterapia e Nutrição do turno matutino e noturno com o total de 353 alunos. Como critérios de inclusão foram adotados: alunos de ambos os sexos, maiores de 18 anos matriculados no turno matutino e noturno dos cursos de Enfermagem, Fisioterapia e Nutrição. Destes, foram adotados como critério de exclusão aqueles que não estiverem presentes no período de coleta de dados.

O tamanho da amostra foi constituído por 353 acadêmicos. Para seleção da amostra foi realizado o cálculo amostral para população finita de acordo com a fórmula a seguir:

$$n = \frac{z^2 \times P \times Q \times N}{E^2 \times (N-1) + z^2 \times P \times Q}$$

Onde: **n**= tamanho da amostra;

X²= valor do Qui-quadrado para 1 grau de liberdade ao nível de confiança de 0,05 e que é igual a 3,89 (valor fixo pré-determinado);

N= o tamanho da população;

P= a proporção da população que se deseja estimar (pressupõe-se que seja 0,50 uma vez que esta proporção forneceria o tamanho máximo amostral).

4.4 Coleta de Dados

A coleta de dados foi por meio da aplicação de dois questionários. Um investigou variáveis relacionadas à idade, sexo, ano de ingresso no curso, semestre atual, estado civil, filhos, qual a principal de renda, se trabalha, quantas horas trabalham semanalmente, se possui alguma atividade de lazer (APÊNDICE A). O outro foi um instrumento para investigação das manifestações da síndrome de *Burnout*. (ANEXO B), em estudantes da área da saúde, composto de 21 questões, adaptado do instrumento *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* (MBI-SS) traduzido para língua portuguesa por Carlotto e Câmara (2006) (ANEXO A) (CARLOTTO, 2006).

O instrumento para a identificação das manifestações da síndrome *Burnout* em estudantes da área da saúde, adaptado de *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* contempla as particularidades do contexto dos estudantes de graduação na área da saúde, considerando as especificidades das situações por eles vivenciadas, especialmente, em suas aulas práticas e estágios. O instrumento apresenta três sub escalas: Exaustão Emocional, Descrença e Eficácia Profissional, onde foi respondido por meio de uma escala de frequência de seis pontos, utilizando-se 1 para “nunca”, 2 para “uma vez ao ano ou menos”, 3 para “uma vez ao mês ou menos”, 4 para “algumas vezes ao mês”, 5 para “algumas vezes por semana” e 6 para “todos os dias” (TOMASCHEWSKI-BARLEM, 2014).

Dentre as questões presentes no instrumento, estão: Q2 “Eu questiono o sentido e importância de meus estudos”; Q6 “Durante as aulas (sala de aula e laboratório) sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz”; Q8 “Sinto-me cansado quando me levanto para enfrentar outro dia de aula (sala de aula e laboratório)”; Q13 “Tenho me tornado menos nos

estudos desde que entrei nesta universidade”; Q15 “Considero-me um bom estudante”; Q19 “Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos (TOMASCHEWSKI-BARLEM, 2014).

4.5 Análise dos Dados

Os dados foram organizados em tabelas e analisados estatisticamente com o programa Microsoft Excel. Foi calculado a frequência absoluta, percentual e a média das variáveis quantitativas. Para maior precisão dos dados, no processo de digitação, aconteceram com dupla digitação a fim de minimizar os erros, no caso de haver discordância, o digitador responsável pelo instrumento realizará a correção utilizando como base o respectivo questionário.

4.6 Aspectos Éticos e Legais

Esse projeto atendeu às normativas para pesquisa com seres humanos presentes na Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde do Brasil (BRASIL, 2012), respeitando princípios de autonomia, beneficência, não-maleficência e justiça. Os participantes foram convidados a participar do estudo mediante explicação dos objetivos da pesquisa e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (APÊNDICE B) em duas vias. Foi garantido o anonimato, a liberdade de continuidade da pesquisa e o esclarecimento sobre a finalidade do estudo e a relevância de sua participação. Foi requerida também anuência do local em que ocorreu o estudo, com submissão ao Comitê de Ética da UniAteneu por meio da Plataforma Brasil com vistas à apreciação ética, declarando que não houve conflito de interesses.

Neste trabalho, não houve risco direto à saúde do participante. Não foi realizado nenhum procedimento invasivo, o que contribuiu para que não houvesse risco a qualidade de vida funcional, anatômica, social e econômica dos sujeitos que participaram da pesquisa. Os possíveis riscos foram ligados ao tempo despendidos para responder ao questionário da pesquisa e ao desconforto de responder algumas perguntas relativas aos riscos da síndrome de *Burnout*. Entretanto, foi garantido a privacidade e o anonimato das informações e respeitado a

decisão do participante se a qualquer momento optasse em não responder às perguntas ou até mesmo interromper a resolução dos instrumentos. Nenhum dos questionários ou testes incluídos na metodologia possibilitou a identificação nominal, garantindo o anonimato de todos estudantes avaliados.

7 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A tabela 1 mostra os dados sociodemográficos dos estudantes. Verifica-se que dos 353 sujeitos a maioria é do sexo feminino, totalizando 83%. A maior parte (69,7%) equivale a faixa etária de 20 a 40 anos, 70% são solteiros (78,2%) não possui filhos e a maioria trabalha e estuda (51%).

Observou-se predominância de estudantes do sexo feminino no estudo, possivelmente pelo fato de a maior parte ser do curso de enfermagem, categoria profissional historicamente desempenhada por mulheres, pelo caráter solidário, de ter em sua essência a caridade e o cuidado (LIMA, 2018).

Mesmo com poucos achados, ao relacionar a idade com o esgotamento profissional tem uma associação negativa, ou seja, quanto mais novo o indivíduo mais chances de desenvolver o esgotamento profissional e/ou estarem esgotados emocionalmente e que esse tema merece destaque (GARCIA, 2018).

Estudo internacional mostrou resultado diferente, em que a variável sexo foi considerada como um fator preditor da síndrome. Admite-se que as características sociodemográfica são pessoais, por exemplo: idade, sexo, estado civil e filhos, sejam facilitadores ou inibitórios da ação dos agentes estressores. Todavia os considerados preditores do *Burnout* são apenas facilitadores ou não do desenvolvimento da síndrome, esta é desencadeada por vários fatores sociodemográficos, como idade, sexo, estado civil. (VASCONCELOS, 2017).

Estudos mencionam que a síndrome de *Burnout* é uma patologia social, pois vive-se em uma sociedade individualista e materialista, suscetível para que o estudante acaba focando demais nos estudos e chegue ao seu esgotamento por não ter apoio, somente cobranças e metas, com isso, tem um rendimento reduzido na vida pessoal e acadêmica (JANTSCH, 2018).

Tabela 1-Dados sociodemográficos dos estudantes. Fortaleza, Brasil, 2019

VARIÁVEIS	Nº	PORCENTAGEM
SEXO		
FEMININO	293	83,0
MASCULINO	60	17,0

FAIXA ETÁRIA		
Até 19	88	24,9
20-40	246	69,7
41-65	19	5,4
ESTADO CIVIL		
SOLTEIRO	247	70,0
CASADO	86	24,4
DIVORCIADO OU SEPARADO	19	5,4
VIÚVO	1	0,3
POSSUI FILHOS		
SIM	77	21,8
NÃO	276	78,2
TRABALHA		
Sim	180	51,0
Não	73	49,0

Fonte: Elaborada pelo os autores.

Quanto às características acadêmicas dos estudantes, a tabela 2 apresenta que, a maioria faz o primeiro semestre (28,3%), em sua maior parte não exercem atividades extracurriculares (61,8%) e 31,2% pensam em abandonar o curso. A maior parte tem bom relacionamento com os colegas (98%), e paga a universidade através de financiamento ou bolsa (55,8%).

Sobre o pensamento de abandono do curso, estudos relatam que o acadêmico entra na faculdade com muitas expectativas, muitas vezes até irreais do curso, e que ao longo do tempo tais expectativas dão lugar a incertezas e insatisfação. Também, o estudante inicia a graduação empolgado pela conquista do vestibular, contudo, ao passar do tempo as frustrações em relação ao curso, favorecem para que o aluno reflita sua escolha (LOPES, GUIMARÃES, 2016).

Tabela 2- Características acadêmicas dos estudantes. Fortaleza, Brasil, 2019

VARIÁVEIS	Nº	PORCENTAGEM
SEMESTRE ATUAL		
Primeiro	100	28,3
Segundo	47	13,3
Terceiro	38	10,8
Quarto	22	6,2
Quinto	54	15,3
Sexto	11	3,1
Sétimo	25	7,1
Oitavo	8	2,3
Nono	25	7,1
Decimo	23	6,5

ATIVIDADE		
EXTRACURRICULAR		
Sim	135	38,2
Não	218	61,8
PENSAMENTO DE		
ABANDONO DO CURSO		
Sim	110	31,2
Não	243	68,8
BOM RELACIONAMENTO		
COM OS COLEGAS		
Sim	346	98,0
Não	7	2,0
RECURSOS PARA		
PAGAMENTO DO CURSO		
Com recursos familiares	76	21,5
Com recursos próprios	80	22,7
Com financiamento ou bolsa	197	55,8

Fonte: Elaborada pelo os autores.

No que se refere aos resultados da avaliação das manifestações preditivas da síndrome de *Burnout* (Tabela 3), através da escala *Maslach Burnout Inventory – Student Survey*, a análise descritiva permitiu verificar que o fator exaustão emocional apresentou a média 3,2 do instrumento, assinalando a existência de exaustão nos estudantes, especialmente, no final do dia em que tiveram alguma aula, seja ela teórica ou prática ou em atividades de laboratório ou estágio (3,2), bem como quando se levantam para enfrentar outro dia de aula, em sala de aula ou laboratório (3,3) ou ainda sentem-se emocionalmente esgotados pelos estudos (3,3). Essas situações são enfrentadas com frequência média próxima a “uma vez por semana” ou “algumas vezes ao mês”.

No fator descrença, a média correspondente foi igual a 2,2 assinalando que os estudantes se sentem distantes e céticos em relação aos estudos, principalmente ao questionar o sentido e a importância dos estudos (2,9), bem como, descrença em relação ao seu potencial nos estudos (2,5). Essas situações são enfrentadas com frequência próxima a “uma vez ao mês ou menos” ou “algumas vezes ao mês”.

O fator eficácia profissional apresentou média 4,4, assinalando que os estudantes percebiam que estavam sendo eficazes nos estudos, especialmente por aprenderem muitas coisas interessantes no decorrer do curso (5,2) e se considerarem bons estudantes (4,2), com frequência próxima a “uma vez por semana”, ou “algumas vezes por semana”.

O desinteresse, falta de motivação e desânimo ainda são tratados por muitas pessoas como “preguiça” ou “encobrimento”. Fazendo com que o estudante lute contra o *Burnout*, pois o interpreta como algo de ordem pessoal, aumentando seu esgotamento e seu sentimento de desistir não só da faculdade como também da vida (NASCIMENTO, 2016).

Tabela 3- Resultados da avaliação dos fatores de *Burnout*. Fortaleza, Brasil, 2019

FATORES	N°	MÉDIA
EXAUSTÃO EMOCIONAL	353	3,2
Q-01 Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos	353	3,3
Q- 04 Sinto-me esgotado no fim de um dia em que tenho aula (sala de aula e laboratório)	353	3,2
Q-05 Sinto-me esgotado no fim de um dia em que tenho atividades práticas/estágios nas instituições de saúde	353	3,1
Q- 08 Sinto-me cansado quando me levanto para enfrentar outro dia de aula (sala de aula e laboratório)	353	3,3
Q-16 Sinto-me consumido pelos meus estudos	353	3,0
DESCRENÇA	353	2,2
Q-02 Eu questiono o sentido e a importância de meus estudos	353	2,9
Q- 13 Tenho me tornado menos interessado nos estudos desde que entrei nesta universidade	353	1,6
Q- 14 Tenho me tornado menos interessado nos meus estudos	353	1,8
Q- 19 Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos	353	2,5
EFICÁCIA PROFISSIONAL	353	4,4
Q-03 Tenho aprendido muitas coisas interessantes no decorrer dos meus estudos	353	5,2
Q-06 Durante as aulas (sala de aula e laboratório), sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz	353	4,2

Q-15 Considero-me um bom estudante	353	4,2
Q- 20 Acredito que eu seja eficaz na contribuição das aulas (sala de aula e laboratório) que frequento	353	4,2
Q- 21 Acredito que eu seja eficaz na contribuição das atividades práticas/estágios nas instituições de saúde que frequento	353	3,9

Fonte: *MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI) – STUDENT SURVEY*

Observa-se na tabela 3, que os valores das médias se apresentaram mais elevados nos itens referentes à exaustão emocional e eficácia profissional. Em relação às médias dos fatores do *Burnout* na amostra pesquisada, considerando-se a escala de frequência de 0 a 6, foi identificado um índice mediano em exaustão emocional, baixo em descrença e alto em eficácia profissional. Dessa forma, não foram constatados indicativos da síndrome de *Burnout* na amostra pesquisada, uma vez que os critérios para a presença do *Burnout* sugerem médias altas em exaustão emocional e descrença e baixas em eficácia profissional (CARLOTTO, 2006).

O modelo teórico de desenvolvimento do *Burnout* sugere que a exaustão emocional é a primeira dimensão a manifestar-se, seguida pela elevação da descrença e, por conseguinte, pelo sentimento de baixa eficácia profissional, o que permite considerar que o processo de *Burnout* pode estar em desenvolvimento nesses estudantes investigados, assim como constatado em pesquisa com estudantes da área da saúde (CARLOTTO, 2006).

Estes dados apresentam-se similares aos encontrados por (CHAGAS *et al.*, 2016) onde obtiveram como resultado que os acadêmicos se encontram exausto emocionalmente ao menos uma vez por semana e com sentimentos de descrença algumas vezes por mês. No entanto mostram-se competentes, apresentando eficácia quanto aos estudos algumas vezes por semana.

O conteúdo *Burnout* tem mais de 40 anos de busca científica. Inúmeros estudos já foram realizados, sendo reparado o dito fenômeno, tende a ser mais observado em grupos ligados à área da saúde, docência, esportes, bem como estudantes. Ao passar dos anos, investigações que realizaram revisão sobre *Burnout* passaram a ser foco de pesquisadores, tanto no âmbito internacional como nacional (CARDOSO, 2017).

Com a semelhança de sintomas, a *Burnout* pode ser confundida com outros transtornos mentais, como por exemplo: a depressão, ficando em destaque a importância em fazer um

adequado diagnóstico diferencial. Com isso, aponta-se a necessidade de esclarecer ao estudante sobre os sintomas e efeitos da síndrome de *Burnout*. Tal medida deve voltar-se para a prevenção e reabilitação evitando a associação de doenças. Cabe evidenciar que o diagnóstico deve ter entrevistas clínicas, contemplando todas as suas dimensões e outros métodos de avaliação psicológica (MARIA, 2016).

É muito importante que as instituições conheçam a Síndrome de *Burnout*, e avaliem quais fatores podem contribuir para o surgimento da mesma e de que forma interfere na saúde de seus alunos, com isso possam criar estratégias de intervenção, buscando a prevenção de problemas psicossociais (MOTA, 2014).

A fase da síndrome de *Burnout* é gradativa, cumulativa, com acréscimo progressivo em rigor, não sendo descoberto pelo sujeito, que geralmente se recusa a aceitar que estar acontecendo algo de errado com o mesmo (BARBOSA, 2016).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo evidenciou que os estudantes de graduação em enfermagem da amostra pesquisada não apresentam muitos fatores preditivos da síndrome de *Burnout*, no entanto, apresentaram médias importantes no fator exaustão emocional, o que pode se constituir em indicativo de início do desenvolvimento do processo de *Burnout*. Os elevados índices de exaustão emocional, vivenciados pelos acadêmicos, reforçam a necessidade de contínuas indagações, reflexões e discussões nas instituições de ensino, enfocando situações e experiências que podem favorecer o desgaste e a exaustão dos estudantes de graduação em enfermagem, considerando, especialmente, a especificidade dos seus ambientes de formação.

Os acadêmicos dos cursos da área da saúde, além da exaustiva carga horária também exige que os estudantes cumpram atividades práticas relacionadas às áreas de atuação. Diante dessa situação, os estudantes acabam se deparando com vários fatores estressantes, no decorrer da graduação o que pode ocasionar uma sobrecarga emocional e como consequência afetar negativamente na saúde mental desses acadêmicos, inclusive causando a síndrome de *Burnout*.

As características das situações vivenciadas pelos estudantes parecem desencadear a exaustão emocional visível, contribuindo para que se afastem dos estudos e com isso há um comprometimento de sua visão sobre a sua eficácia profissional. Manifestações mencionadas pelos acadêmicos precisam de atenção e valorização por parte das instituições de ensino, com a elaboração e realização de ações que pretendam minimizar o estresse provocado pelas situações, destacadas as quais parecem estar relacionadas ao desenvolvimento das dimensões do *Burnout* entre os acadêmicos.

Destaca-se a importância de desenvolver novas investigações em acadêmicos da área da saúde com o objetivo de prevenir, neutralizar ou acabar com as manifestações de *Burnout* em sua fase mais inicial, para que as tarefas e as demandas de pesquisas sejam efetivadas com êxito e satisfação no decorrer da formação inicial. Sugere-se a continuação de pesquisas sobre esse tema, pois a formação dos acadêmicos da área da saúde deve ser global, visando a melhoria da qualidade de vida dos estudantes.

O estudo trouxe como benefício a reflexão dessa temática pelos acadêmicos, uma melhor compreensão do fenômeno estudado e vivenciado por eles, como também contribuiu para que se tenha uma avaliação desse assunto. Além disso, objetivou-se também sensibilizar e despertar sobre a importância da discussão desse tema nas disciplinas.

O Estudo apresentou limitações em sua população e amostra, sua definição pode ser considerada um fator limitante, pois ela não é aleatória. Outra limitação é o tamanho da amostra, pois os resultados encontrados foram feitos apenas com a população em questão, também foi fator limitante o preenchimento dos questionários que foram dentro de sala de aula, houve questionários em brancos, ou não estavam bem preenchidos, e alguns alunos recusaram-se a preencher. Também por serem questionários grandes o que se tornou cansativo.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Comissão Nacional de Ética em Saúde. **Resolução CNS nº 466/12. Normas para pesquisa envolvendo seres humanos.** Diário Oficial da União, Poder Executivo, Brasília (DF), 2012.
- BARBOSA, Andrea Loly Kraft Horta. **A Síndrome de *Burnout* em professores Universitários.** 2016. Tese de Doutorado.
- CARDOSO, Hugo Ferrari *et al.* Síndrome de *burnout*: Análise da literatura nacional entre 2006 e 2015. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 17, n. 2, p. 121-128, 2017.
- CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Características psicométricas do Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários brasileiros. **Psico-USF**, v. 11, n. 2, p. 167-73, 2006.
- CHAGAS, Maria Karoline Souza *et al.* Ocorrência da Síndrome de *Burnout* em acadêmicos de medicina de instituição de ensino no interior de Minas Gerais. **Revista de Medicina e Saúde de Brasília**, v. 5, n. 2, 234-45, 2016.
- CÂNDIDO, Jéssica; SOUZA, L. R. Síndrome de *Burnout*: as novas formas de trabalho que adoecem. **Psicologia. pt**, 2017.
- DA MOTA, Íris Dantas *et al.* Síndrome de *Burnout* em estudantes universitários: um olhar sobre as investigações. **Motrivência**, v. 29, p. 243-256, 2017.
- DALCIN, Larissa; CARLOTTO, Mary Sandra. *Evaluation of the effect of an intervention for Burnout Syndrome in teachers.* **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 22, n. 1, p. 141-150, 2018.
- DE OLIVEIRA, Raquel Fátima; DE LIMA, Gilberto Gonçalves; DE SOUSA VILELA, Gláucia. Incidência da Síndrome de *Burnout* nos profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 7, 2017.
- DE ARAÚJO, Elaine Conceição *et al.* Desvendando a violência contra mulher numa instituição de ensino superior da baixada cuiabana. **TCC-Enfermagem**, 2018.
- DIEHL, Liciane; CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de *Burnout*: indicadores para a construção de um diagnóstico. **Psicologia Clínica**, v. 27, n. 2, 2015.
- GARCIA, Gracielle Pereira Aires; MARZIALE, Maria Helena Palucci. Indicators of burnout in Primary Health Care workers. **Revistabrasileira de enfermagem**, v. 71, p. 2334-2342, 2018.
- GIL, Antonio C. **Como elaborar projetos de pesquisa:** como elaborar projetos de pesquisa. 6ed São Paulo, Atlas. 2017. 27 p.

GUIMARÃES, E.R. A Síndrome de Burnout em estudantes de ciências contábeis: pesquisa na cidade de São Paulo. 2014. 103 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Contábeis) – Centro de Ciências Contábeis, Fundação Escola de Comércio Álvares Penteado, São Paulo, 2014..

JANTSCH, Noeli. Síndrome de *Burnout* em profissionais de enfermagem: revisão integrativa. 2018.

LIMA, Amanda de Souza; FARAH, Beatriz Francisco; BUSTAMANTE-TEIXEIRA, Maria Teresa. *Analysis of the prevalence of burnout syndrome in professionals of primary health care*. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 16, n. 1, p. 283-304, 2018.

LOPES, Fernanda Luzia; GUIMARÃES, Gisele Soares. Estudo da Síndrome de *Burnout* em Estudantes de Psicologia. **Psicologia Ensino & Formação**, v. 7, n. 1, p. 40-58, 2016.

MARIA, Anderson Leandro. Síndrome de *Burnout* em diferentes áreas profissionais e seus efeitos. **Acta Brasileira do Movimento Humano**, v. 6, n. 3, p. 1-12, 2016.

MEDEIROS-COSTA, Mateus Estevam *et al.* Occupational Burnout Syndrome in the nursing context: an integrative literature review. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 51, 2017.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (1999). Portaria nº 1.339/GM, de 18 de novembro de 1999: dispõe sobre lista de doenças relacionadas ao trabalho. **Diário Oficial da União**, Brasília.

MOTA, Caroline Mascarenhas; DOSEA, Giselle Santana; NUNES, Paula Santos. Avaliação da presença da Síndrome de *Burnout* em Agentes Comunitários de Saúde no município de Aracaju, Sergipe, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, p. 4719-4726, 2014.

NASCIMENTO SILVA, Arelly Barbosa. SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM NA UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA. **Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança**, v. 14, n. 1, p. 79-86, 2016.

NOGUEIRA, Carlos Manuel Esteves. ***Burnout nos enfermeiros do serviço de urgência***. 2017. Dissertação de Mestrado.

PEREIRA, Erica Bianchessi; ANTONIASSI, Raquel Pinheiro Niehues. Síndrome de *Burnout* entre profissionais da área da saúde: revisão integrativa. **Revista Uningá**, v. 41, n. 1, 2018.

PINHEIRO, Sâmia Jucá *et al.* *Burnout syndrome and stress factors in nephrologist nurses*. **Journal of Nursing UFPE on line**, v. 12, n. 4, p. 865-871, 2018.

SILVA, Guadalupe de Moraes Santos *et al.* Síndrome de *Burnout* em professores de educação física da rede pública estadual de Sergipe. 2014.

SILVA, Salvyana Carla Palmeira Sarmiento *et al.* A síndrome de *burnout* em profissionais da Rede de Atenção Primária à Saúde de Aracaju, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p. 3011-3020, 2015.

TOMASCHEWSKI-BARLEM, Jamila Geri *et al.* 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.

VASCONCELOS, Eduardo Motta de; MARTINO, Milva Maria Figueiredo De. *Predictors of burnout syndrome in intensive care nurses*. **Revista gaucha de enfermagem**, v. 38, n. 4, 2017.

VASCONCELOS, Eduardo Motta de; MARTINO, Milva Maria Figueiredo De; FRANÇA, Salomão Patrício de Souza. *Burnout and depressive symptoms in intensive care nurses: relationship analysis*. **Revista brasileira de enfermagem**, v. 71, n. 1, p. 135-141, 2018. VASCONCELOS, Tatheane Couto de *et al.*

VASCONCELOS, Tatheane Couto de *et al.* *Prevalence of Anxiety and Depression Symptoms among Medicine Students*. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 39, n. 1, p. 135-142, 2015.

APÊNDICE A – INSTRUMENTO PARA COLETA DE DADOS QUESTIONÁRIO DE INFORMAÇÕES SOCIODEMOGRÁFICAS E ACADÊMICAS

Sexo: Feminino Masculino Idade: _____

Ano de ingresso no curso: _____

Série atual: 1º semestre 2º semestre 3º semestre 4º semestre 5º semestre
6º semestre 7º semestre 8º semestre 9º semestre 10º semestre

Estado civil: Solteiro Casado Separado ou Divorciado Viúvo

Possui filhos? Sim Não

Qual a principal fonte de renda para o custeio de seus estudos?

Familiar Auxílio da Instituição Trabalho Outra
Qual? _____

Você trabalha? Sim Não

Você atua na área da saúde? Sim Não

Qual a sua carga horária semanal de trabalho? 20 hs 30 hs 40 hs Outro.

Qual? _____

Você participou ou participa de alguma atividade extracurricular? Sim Não

Já pensou ou pensa em desistir do curso? Sim Não

Possui atividade de lazer? Sim Não

Apresenta bom relacionamento com os colegas Sim Não

ANEXO –A INSTRUMENTOMASLACH BURNOUT INVENTORY(MBI)

Cargo:.....Setor:.....
 Sexo: () Masculino () Feminino Data De Nascimento:___/___/___ Estado Civil:.....

Por favor, leia atentamente cada um dos itens a seguir e responda se já experimentou o que é relatado, em relação a seu trabalho. Caso nunca tenha tido tal sentimento, responda “0” (zero) na coluna ao lado. Em caso afirmativo, indique a frequência (de 1 a 6) que descreveria melhor seus sentimentos, conforme a descrição abaixo:

- | | |
|-----------------------------------|------------------------------------|
| 0. Nunca | 4. Uma vez por semana |
| 1. Uma vez ao ano ou menos | 5. Algumas vezes por semana |
| 2. Uma vez ao mês ou menos | 6. Todos os dias |
| 3. Algumas vezes ao mês | |

1	Sinto-me esgotado/a ao final de um dia de trabalho	
2	Sinto-me como se estivesse no meu limite	
3	Sinto-me emocionalmente exausto/a com o meu trabalho	
4	Sinto-me frustrado/a com o meu trabalho	
5	Sinto-me esgotado/a com o meu trabalho	
6	Sinto que estou trabalhando demais nesse emprego	
7	Trabalhar diariamente com pessoas me deixa muito estressado (a)	
8	Trabalhar com pessoas o dia todo me exige um grande esforço	
9	Sinto-me cansado/a quando levanto de manhã e tenho que encarar outro dia de trabalho	
10	Sinto-me cheio (a) de energia	
11	Sinto-me estimulado/a de trabalhar em contato com os pacientes	
12	Sinto-me que posso criar um ambiente tranquilo para os pacientes	
13	Sinto que influencio positivamente a vida dos outros através do meu trabalho	
14	Lido de forma adequada com os problemas dos pacientes	
15	Posso entender com facilidade o que sentem os pacientes	
16	Sinto que sei tratar de forma tranquila os problemas emocionais do meu trabalho	
17	Tenho que conseguir muitas realizações em minha profissão	
18	Sinto que os pacientes me culpam por alguns dos seus problemas	
19	Sinto que trato alguns pacientes como se fossem objetos	
20	Tenho me tornado mais insensível com as pessoas desde que exerço esse trabalho	
21	Não me preocupo realmente com o que ocorre com alguns dos meus pacientes	
22	Preocupo-me o fato de que este trabalho esteja me endurecendo emocionalmente	

ANEXO B - INSTRUMENTO ADAPTADO PARA ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI) – STUDENT SURVEY

ESCALA DE *BURNOUT*

A seguir, apresenta-se uma escala com quesitos para avaliar o *Burnout* em estudantes.

A síndrome de *burnout* é um processo que leva à exaustão física, mental e emocional, em decorrência de um período prolongado de exposição a altos níveis de estresse emocional e interpessoal no trabalho (MASLACH, JACKSON, 1981).

Por favor, leia atentamente cada um dos itens a seguir, e responda se já experimentou o que é relatado, em relação aos seus estudos.

Para responder as questões abaixo, lembre-se:

- Quanto maior o número que você escolher, maior a frequência ou concordância com a afirmação, sendo 6 a máxima;
- Quanto menor o número que você escolher, menor frequência ou concordância com a afirmação, sendo 0 a negação total.

Ou seja, caso nunca tenha experimentado tal sentimento, responda "0" (zero) na coluna ao lado. Em caso afirmativo, indique a frequência (de 1 a 6) que descreveria melhor seus sentimentos, conforme a descrição abaixo:

1	NUNCA
2	UMA VEZ AO ANO OU MENOS
3	UMA VEZ AO MÊS OU MENOS
4	ALGUMAS VEZES AO MÊS
5	ALGUMAS VEZES POR SEMANA
6	TODOS OS DIAS

INSTRUMENTO ADAPTADO PARA ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI) – STUDENT SURVEY

	QUESTÕES	0	1	2	3	4	5	6
1	Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos							
2	Eu questiono o sentido e a importância de meus estudos							
3	Tenho aprendido muitas coisas interessantes no decorrer dos meus estudos							
4	Sinto-me esgotado no fim de um dia em que tenho aula (sala de aula e laboratório)							
5	Sinto-me esgotado no fim de um dia em que tenho atividades práticas/estágios nas instituições de saúde							
6	Durante as aulas (sala de aula e laboratório), sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz							
7	Durante as atividades práticas/estágios nas instituições de saúde, sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz							
8	Sinto-me cansado quando me levanto para enfrentar outro dia de aula (sala de aula e laboratório)							
9	Sinto-me cansado quando me levanto para enfrentar outro dia de atividades práticas/estágios nas instituições de saúde							
10	Sinto-me estimulado quando concluo com êxito a minha meta de estudos							
11	Estudar e frequentar as aulas (sala de aula e laboratório) são, para mim, um grande esforço							
12	Estudar e frequentar as atividades práticas/estágios nas instituições de saúde são, para mim, um grande esforço							
13	Tenho-me tornado menos interessado nos estudos desde que entrei nesta universidade							
14	Tenho-me tornado menos interessado nos meus estudos							
15	Considero-me um bom estudante							
16	Sinto-me consumido pelos meus estudos							
17	Posso resolver calmamente os problemas que surgem nos meus estudos							
18	Posso resolver calmamente os problemas que surgem nas atividades práticas/estágios nas instituições de saúde							
19	Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos							
20	Acredito que eu seja eficaz na contribuição das aulas (sala de aula e laboratório) que frequento							
21	Acredito que eu seja eficaz na contribuição das atividades práticas/estágios nas instituições de saúde que frequento							