

Avaliação da Síndrome de *Burnout* em discentes de graduação de Tecnologia em Radiologia de uma faculdade de São Paulo

Evaluation of Burnout Syndrome in undergraduate students of Radiology Technology at a college in São Paulo

Recebido: 21/10/2022 | Revisado: 25/10/2022 | Aceitado: 26/10/2022 | Publicado: 28/10/2022

Gustavo Evangelista Sunhiga

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9039-9999>

Faculdade Santa Marcelina, Brasil

E-mail: evangelista.gustavo03@gmail.com.br

Denis Honorato Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9365-465X>

Faculdade Santa Marcelina, Brasil

Universidade Brasil, Brasil

E-mail: d_hto@hotmail.com

Resumo

Os cursos universitários, que possuem o objetivo de preparar profissionais para o amparo e cuidados em saúde, contam com os discentes mais psicologicamente abatidos. Pesquisas evidenciam que a Síndrome de Burnout (SB) pode ter origem já no período de graduação, provavelmente em razão da falta de conscientização e intercessão das instituições estudantis e autoridades de saúde. Por tanto, entender a situação é fundamental para abordar novas tentativas de reduzir a incidência nos alunos. Objetivo: O presente estudo busca apresentar um comparativo entre a literatura e os dados colhidos entre alunos do curso Superior de Tecnologia em Radiologia e apresentar a problemática em torno da SB, evoluindo as formas de entender e conscientizar, com o propósito de aprimorar o cotidiano dos alunos e profissionais. Metodologia: Este trabalho constitui-se em um estudo observacional, descritivo-analítico, delineamento transversal e perspectiva quantitativa, utilizando revisão de literatura e pesquisa apresentada aos participantes por meio de formulário eletrônico. O projeto foi estruturado com base no *Maslach Burnout Inventory* (MBI-General Survey) e o *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* (MBI-SS). Resultados: Após a análise dos dados, foi percebido que os alunos possuem preditivos de fatores referentes à SB. Conclusão: É preciso identificar precocemente esta condição para limitar a progressão ao desenvolvimento de depressão e afins. Simples atitudes como implementação de programas de prevenção servem como grande apoio aos alunos, tendo em mente a preparação de profissionais para o mercado de trabalho com uma saúde mental preservada.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout; Estudantes; Radiologia; Educação; Saúde mental.

Abstract

The university courses, which aim to prepare professionals for support and health care, have the most psychologically depressed students. Research shows that Burnout Syndrome (BS) may have its origins in the undergraduate period, probably due to the lack of awareness and intercession of student institutions and health authorities. Therefore, understanding the situation is fundamental to address new attempts to reduce the incidence in students. Objective: The present study seeks to present a comparison between the literature and the data collected among students of the Superior Course of Technology in Radiology and to present the problem around the BS, evolving the ways of understanding and raising awareness, with the purpose of improving the daily lives of students and professionals. Methodology: This work is an observational, descriptive-analytical study, cross-sectional design, and quantitative perspective, using literature review and research presented to participants through an electronic form. The project was structured based on the *Maslach Burnout Inventory* (MBI-General Survey) and the *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* (MBI-SS). Results: After analyzing the data, it was noticed that students have predictors of factors related to BS. Conclusion: It is necessary to identify this condition early to limit the progression to the development of depression and the like. Simple attitudes such as the implementation of prevention programs serve as great support for students, bearing in mind the preparation of professionals for the job market with preserved mental health.

Keywords: Burnout Syndrome; Students; Radiology; Education; Mental health.

1. Introdução

Cientificamente, a Síndrome de Burnout (SB) foi relatada pela primeira vez em 1974, por Freudenberger (Prata, 2021). Trata-se de uma síndrome, isto é, um agrupamento de reações relacionados ao estresse no ambiente de trabalho (Jantsch, 2018). É caracterizada como uma condição de exaustão emocional, despersonalização ou cinismo e uma baixa sensação de realização profissional (Farias, 2019). Tendo em vista que a rentabilidade de uma organização é o reflexo do desempenho de cada colaborador, o índice de profissionais afetados pela SB vem se expandindo no transcorrer dos anos, e tem se tornado um tema vastamente discutido, trazendo inúmeras preocupações para as instituições (Santos, 2022). A investigação acerca da SB não se limita em saúde emocional e ocupacional, mas igualmente monetária, com instituições bancando despesas relativas à diminuição de horas de trabalho e ampliação de rotatividade de colaboradores, como demonstrado em uma pesquisa recente, onde se avaliou que o gasto referente a SB entre médicos é de cerca de US\$ 4,6 bilhões anuais (Ayyala, 2020).

No contexto relativo às principais dimensões observadas no indivíduo com SB, podemos definir: Exaustão emocional – Revela-se na condição de estar exausto pelo empenho psicológico promovido no ambiente de trabalho. O sujeito que expressa esse tipo de sentimento demonstra relutância em se adequar à função; Despersonalização ou cinismo – Esse aspecto se evidencia como uma reação de desprendimento e despreocupação com a responsabilidade trabalhista e/ou com as pessoas. Consiste em comportamentos indevidos, irritabilidade e evasão interpessoal normalmente com colegas de trabalho e pacientes; Baixa realização profissional – Reflete uma negativa sensação de dúvida sobre a competência de realizar o ofício de forma eficiente, assim como avaliar de forma desfavorável os resultados obtidos no âmbito trabalhista (Valsania, 2020).

Quando pensamos no cenário universitário, os discentes não são colaboradores em um aspecto contratual com vínculo empregatício, já que não existe um provento monetário por seu empenho, ou seja, estágio não remunerado, ao menos para os cursos de imagiologia. Entretanto, no prisma psicológico e social, diversas tarefas são semelhantes às de um colaborador contratado. Acadêmicos compõem uma instituição onde exercem um papel definido, desempenham tarefas que demandam dedicação, detêm metas a executar e sua performance é regularmente avaliada por seus docentes e/ou supervisores, os quais exibem uma atribuição muito similar à de um dirigente em um cenário de trabalho. Nesse contexto, podemos avaliar a SB nos alunos em três dimensões: exaustão emocional, baixa eficiência acadêmica e descrença. (Carlotto, 2020).

Os estudantes são constantemente envolvidos em atividades e eventos acadêmicos que produzem ansiedade e estresse, como apresentações obrigatórias, excesso de afazeres e insuficiência de tempo (Calderón, 2021). Assim, a exaustão condiz com a impressão de sentir-se exausto e não se capaz de realizar suas tarefas como discente; a descrença contempla uma atitude afastamento em relação aos estudos; a baixa eficiência acadêmica abrange uma análise pessimista como estudante, ou seja, de que a educação não propicia aprendizado adequado para o desenvolvimento profissional (Carlotto, 2020).

O presente estudo busca apresentar um comparativo entre a literatura e os dados colhidos entre alunos do curso superior de Tecnologia em Radiologia e expor a problemática em torno da SB, evoluindo as formas de entender e conscientizar, com o propósito de aprimorar o cotidiano dos alunos e profissionais.

2. Metodologia

Com uma metodologia semelhante à elaborada por Batista, 2021, este trabalho constitui-se em um estudo observacional, descritivo-analítico, delineamento transversal e perspectiva quantitativa, utilizando revisão de literatura e pesquisa apresentada aos participantes por meio de formulário eletrônico (*GoogleForms*), divulgado via redes sociais, explicando que se referia à uma pesquisa voluntária sem obrigatoriedade, confidencial e anônima. O tempo estimado de resposta dos avaliados foi de aproximadamente 15 minutos. O projeto foi estruturado com base no *Maslach Burnout Inventory (MBI-General Survey)* de Maslach, 1996, e seu derivado elaborado por Schaufeli, 2002 para estudantes, o *Maslach Burnout Inventory – Student Survey*

(MBI-SS). Com fundamento nos dois questionários, foram realizadas adaptações para um estudo entre os alunos do curso de Tecnologia em Radiologia em uma faculdade da cidade de São Paulo. Dentro do âmbito de revisão de literatura, foram selecionados 28 artigos dos últimos cinco anos, entre os meses de agosto e setembro de 2022, nos idiomas inglês e português, em consulta a PubMed, a partir da fonte Medline, utilizando como palavras-chave: Síndrome de Burnout; Radiologia; Estudantes; Educação; Saúde Mental.

O instrumento foi aplicado a uma amostra de 81 discentes do curso de Tecnologia em Radiologia, divididos em 39 mulheres (48,1%) e 42 homens (51,9%). Os estudantes estavam fracionados em: primeiro semestre (15 alunos), segundo semestre (17 alunos), terceiro semestre (12 alunos), quarto semestre (13 alunos), quinto semestre (11 alunos) sexto semestre (13 alunos). Entre o grupo, 34 alunos (42%) haviam ingressado em campo de estágio e 47 alunos (58%) estavam apenas em aulas. A Tabela 1 apresenta o questionário de 20 questões respondidas por cada participante, bem como relação da porcentagem por pergunta.

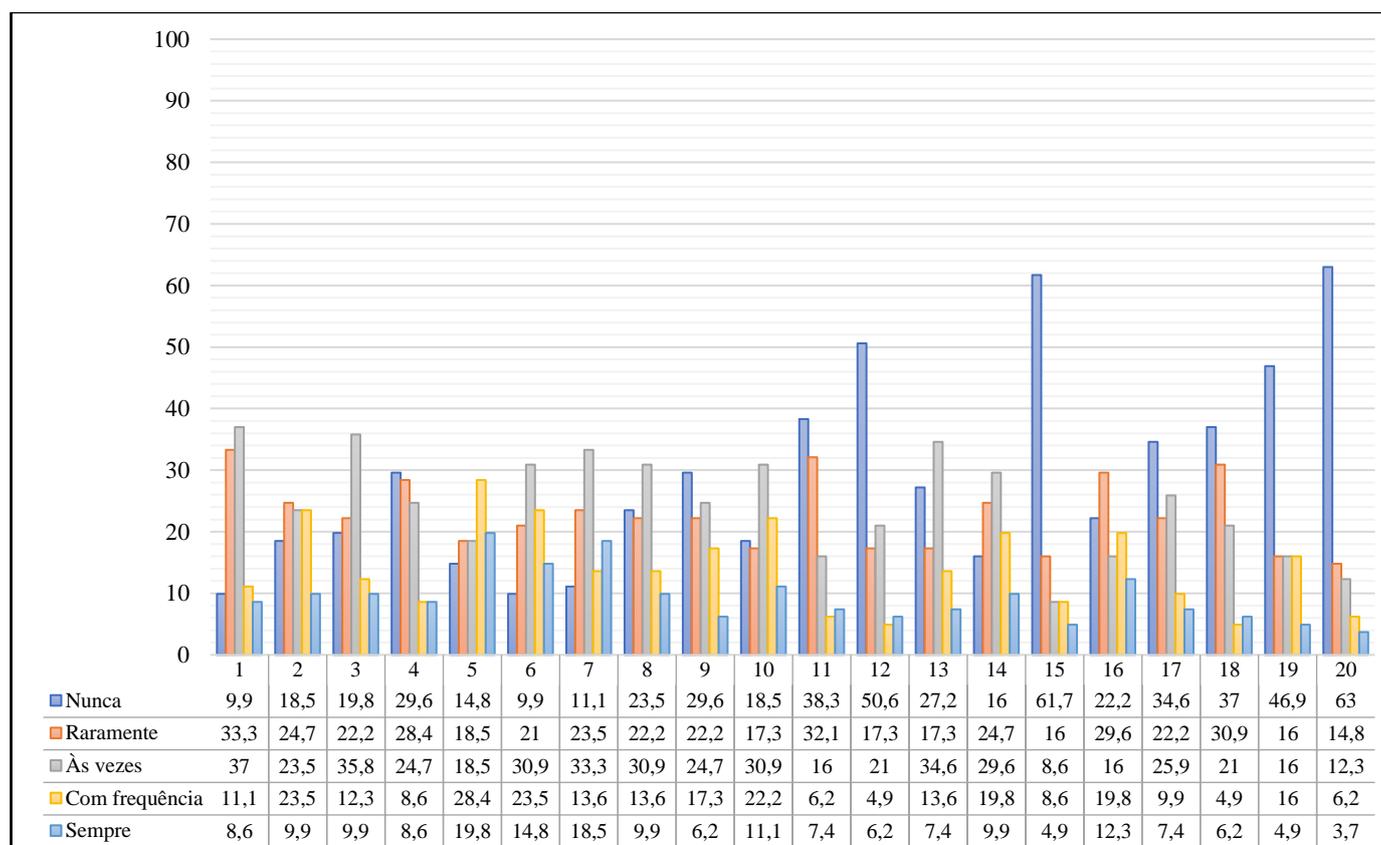
Tabela 1. Instrumento aplicado aos participantes e relação de porcentagem por resposta.

Questões	Nunca	Raramente	Às vezes	Com frequência	Sempre
1) Sinto-me esgotado(a) emocionalmente em relação ao meu curso.	9,9%	33,3%	37%	11,1%	8,6%
2) Sinto-me excessivamente exausto ao final da minha jornada de estudo/estágio.	18,5%	24,7%	23,5%	23,5%	9,9%
3) Levanto-me cansado(a) e sem disposição para realizar os meus estudos/estágios.	19,8%	22,2%	35,8%	12,3%	9,9%
4) Envolve-me com facilidade nos problemas dos outros.	29,6%	28,4%	24,7%	8,6%	8,6%
5) Trato algumas pessoas como se fossem da minha família.	14,8%	18,5%	18,5%	28,4%	19,8%
6) Tenho que empregar grande esforço para realizar minhas tarefas estudantis.	9,9%	21%	30,9%	23,5%	14,8%
7) Acredito que eu poderia fazer mais pelas pessoas auxiliadas por mim.	11,1%	23,5%	33,3%	13,6%	18,5%
8) Sinto que minhas notas são desproporcionais ao meu esforço.	23,5%	22,2%	30,9%	13,6%	9,9%
9) Sinto que sou uma referência para as pessoas que lido diariamente.	29,6%	22,2%	24,7%	17,3%	6,2%
10) Sinto-me com pouca vitalidade, desanimado(a).	18,5%	17,3%	30,9%	22,2%	11,1%
11) Não me sinto realizado(a) com meu curso.	38,3%	32,1%	16%	6,2%	7,4%
12) Não sinto mais tanto amor pelo meu curso como antes.	50,6%	17,3%	21%	4,9%	6,2%
13) Não sinto que sou bom no que faço.	27,2%	17,3%	34,6%	13,6%	7,4%
14) Sinto-me sem forças para conseguir algum resultado significativo.	16%	24,7%	29,6%	19,8%	9,9%
15) Sinto que estou na faculdade por pressão familiar/social ou pelo porte da instituição.	61,7%	16%	8,6%	8,6%	4,9%
16) Tenho me sentido mais estressado(a) com as pessoas que atendo/convivo.	22,2%	29,6%	16%	19,8%	12,3%
17) Sinto-me responsável pelos problemas das pessoas que atendo/convivo.	34,6%	22,2%	25,9%	9,9%	7,4%
18) Sinto que as pessoas me culpam pelos seus problemas.	37%	30,9%	21%	4,9%	6,2%
19) Penso que não importa o que eu faça, nada vai mudar no meu futuro profissional.	46,9%	16%	16%	16%	4,9%
20) Sinto que não acredito mais no curso que escolhi.	63%	14,8%	12,3%	6,2%	3,7%

Fonte: Autores.

O formulário elaborado conta com 20 questões referentes a SB, com valores de 1 a 5, variando entre “Nunca”, “Raramente”, “Às vezes”, “Com frequência” e “Sempre”, assim como perguntas relativas à semestre, sexo e ingresso em campo de estágio. É interessante notar que respostas com valor de cinco pontos (“Sempre”), foram minoria na maior parte das questões, enquanto respostas com valor de três pontos (“Às vezes”) possuem maior aparição entre os discentes.

Gráfico 1. Relação por resposta em porcentagem.



Fonte: Autores.

O Gráfico 1 corrobora com as informações apresentadas na tabela 1 e traz uma melhor visualização dos resultados, relacionando a porcentagem de resposta com cada questão.

3. Resultados

Após a coleta dos dados, os valores foram organizados em uma planilha, calculados individualmente e posteriormente feito a média. A pontuação norteava o índice de SB, nunca desprezando a necessidade de um diagnóstico ser imperativo há um profissional. De 0 (zero) a 20 pontos, nenhum sinal de SB é identificado. De 21 a 40 pontos, existe a possibilidade de desenvolvimento de SB. De 41 a 60 pontos, é observado a fase inicial da SB. Entre 61 e 80 pontos, nota-se índices de estresse moderado e condições medianas de SB. De 81 a 100 pontos caracteriza-se um quadro elevado de Burnout, com indicações de altos níveis de estresse e ansiedade. A Tabela 2 compila os intervalos de valores, bem como a média de cada semestre letivo.

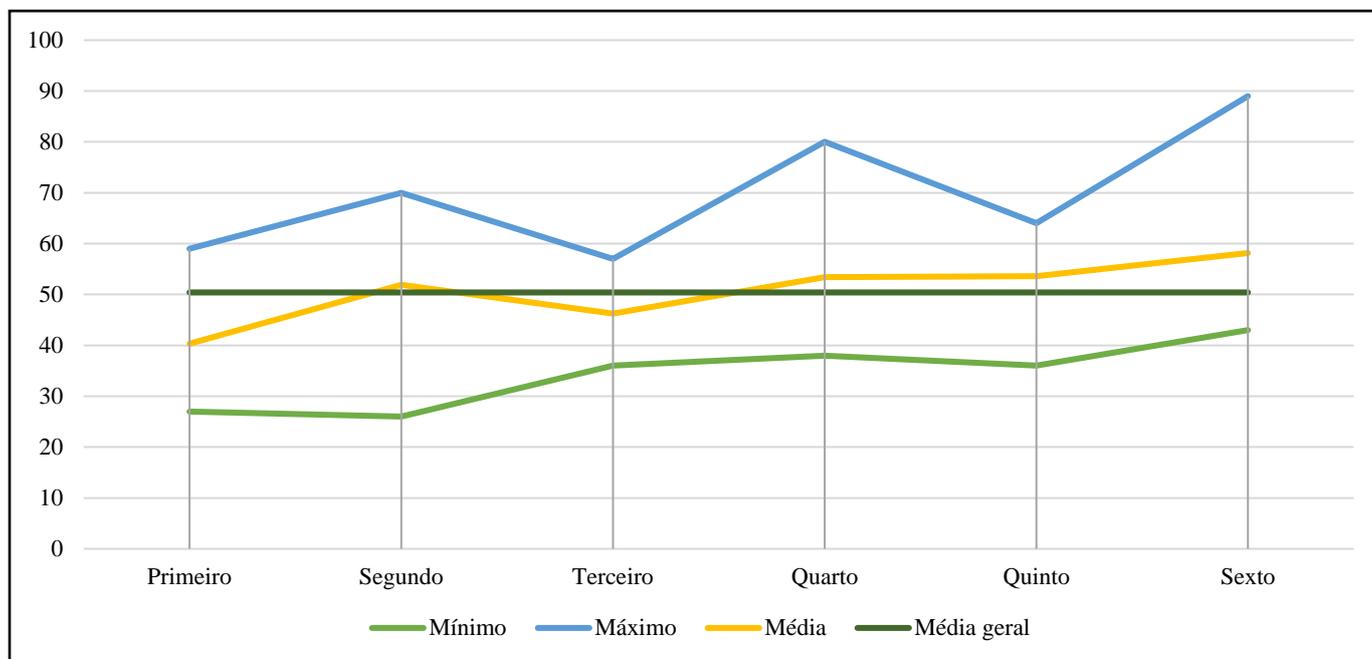
Tabela 2. Índices por semestres letivos.

Semestre	Voluntários/discentes	Intervalo de valores	Média de pontuação
Primeiro	15	27 - 59	40,33
Segundo	17	26 - 70	51,88
Terceiro	12	36 - 57	46,25
Quarto	13	38 - 80	53,46
Quinto	11	36 - 64	53,63
Sexto	13	43 - 89	58,15

Fonte: Autores.

É interessante avaliar que a média de pontuação foi inferior para alunos do primeiro, segundo e terceiro semestre, sendo superior para aulas do quarto, quinto e sexto semestre. O Gráfico 2 apresenta uma relação entre o intervalo de valores apresentado na tabela e as respectivas médias obtidas, desvio entre as pontuações de cada semestre e a média geral do estudo.

Gráfico 2. Relação de pontuações mínimas, máximas, médias entre semestres e média total.



Fonte: Autores.

Após a análise do Gráfico 2, é possível observar com maior facilidade como as médias de pontuação de alunos em estágio inicial do curso são inferiores ou muito próximas da média geral do estudo. É interessante ressaltar que os valores mínimos e máximos de alunos de primeiro e sexto semestre são condizentes com a literatura e demonstram que a SB tende a ser mais elevada em discentes de semestres mais avançados.

Posteriormente, foi feito um levantamento entre os alunos do sexo feminino e masculino, tanto em campo de estágio, como apenas em aulas em sala de aula, reunindo o intervalo de valores, tal como a média de pontuação. A tabela 3 apresenta os resultados compilados, seguida do Gráfico 3 que relacionam as médias de pontuação de cada amostragem comparadas com a média parcial de cada grupo, bem como a média geral do estudo.

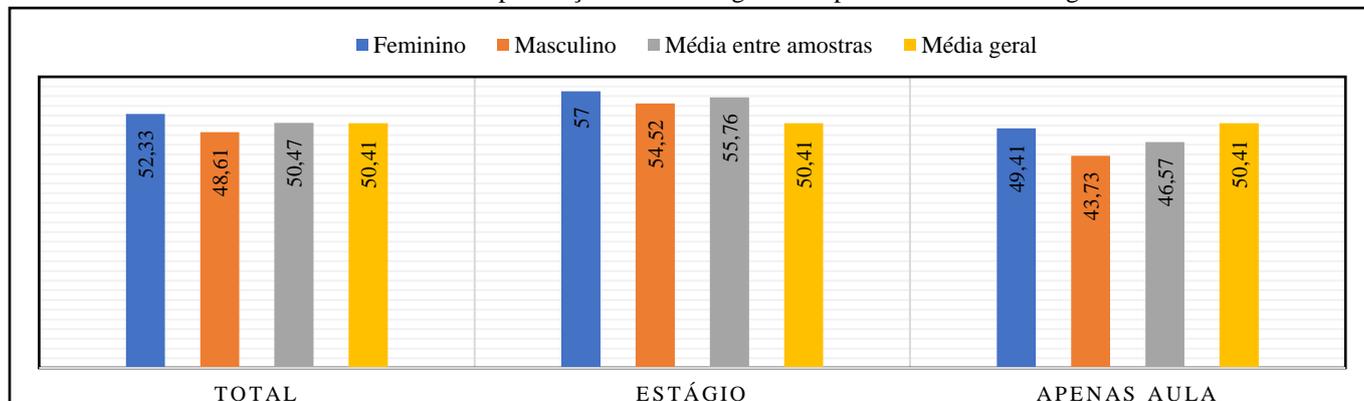
Tabela 3. Índices entre sexo, ingresso em estágio e apenas aulas.

Amostra	Voluntários	Intervalo de valores	Média de pontuação
Feminino (Total)	39	32 - 89	48,61
Masculino (Total)	42	26 - 81	52,33
Feminino (Estágio)	15	36 - 89	57
Masculino (Estágio)	19	39 - 81	54,52
Feminino (Apenas aula)	24	32 - 70	49,41
Masculino (Apenas aula)	23	26 - 76	43,73

Fonte: Autores.

Observando a Tabela 3, vemos que alunos em campo de estágio apresentam uma média de pontuação superior aos alunos que estão apenas em aula.

Gráfico 3. Médias de pontuação de amostragens comparadas com a média geral.



Fonte: Autores.

Estudando o gráfico 3, podemos concluir que os valores são sempre superiores para mulheres em relação aos homens no que diz respeito às categorias separadas. Também é possível observar que alunos em estágio possuem uma média de pontuação acima da média geral do estudo, indicando que o campo de estágio é um fator importante no desenvolvimento de SB.

4. Discussão

No Brasil, a SB tende a ser mais incidente em profissionais da área da saúde, como medicina e enfermagem, ainda que possa abranger qualquer outro profissional, sendo mais suscetíveis os encarregados e destinados ao cuidado (Camargo, 2020). Os cursos da área da saúde, que possuem o objetivo de preparar profissionais para a assistência em saúde, contam com os discentes mais psicologicamente abatidos (Batista, 2021). Uma ordem de estudos tem investigado o predomínio e as repercussões entre profissionais e alunos em áreas associadas à saúde, como enfermagem, medicina e odontologia (Jiménez-Ortiz, 2019). Uma pesquisa recente apresenta que a SB aflige mais de 50% dos discentes e colaboradores da área da saúde no mundo (Bitran, 2019).

No cenário mundial, a SB ainda é um tema recente, sendo incluído na lista de Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde (CID-11), sob o código QD85, apenas na 72ª Assembleia Mundial da Organização Mundial da Saúde, que ocorreu em 28 de maio de 2019. No entanto, entrou em vigor no Brasil apenas no dia 1º de janeiro de 2022 (Sunhiga & Costa, 2022).

De acordo com Prata, 2021, a exposição a estressores durante a formação acadêmica pode prejudicar o desempenho, a saúde mental e a vida ocupacional futura dos estudantes. Esse fato é corroborado por Low, 2019, o qual evidencia que a SB pode ter origem na universidade, provavelmente em razão da falta de conscientização e intercessão das instituições estudantis e autoridades de saúde. Estudantes com SB são mais sujeitos a vivenciar depressão, que está relacionada à inaptidão relacionada ao ofício e baixa produtividade após a formação.

Desta forma, explanado por Batista, 2021, a SB acadêmica origina-se da exaustão associada às exigências do estudo, da despersonalização manifestada por uma indiferença emocional e falta de motivação e da baixa eficiência acadêmica, onde existe uma sensação negativa no que diz respeito a si mesmo. Sentimentos de raiva, frustração, medo, privação de sono e alta carga de trabalho são fatores evidentes na rotina dos discentes (Negreiros, 2018). Ainda que o estudante não seja considerado um trabalhador, o arranjo das atividades acadêmicas e objetivos exigidos possuem semelhança com o ambiente trabalhista, no ponto de vista psicológico (Batista, 2021).

Hohenstein, 2021, enfatiza que a exaustão emocional e uma elevada despersonalização estão relacionadas a altos níveis de SB. Alunos universitários frequentemente apresentam episódios estressantes e problemas psicossociais, como: baixa autoestima, baixa concentração, diminuição no rendimento, ansiedade, depressão e excesso de preocupações, assim como um decréscimo do interesse pelos estudos, condições essas que atrapalham a realização das metas acadêmicas e elevam a frustração com o contexto experienciado (Camargo, 2020). Ao examinar a Tabela 1, notamos que 29,6% dos participantes ocasionalmente sentem-se esgotados em relação a conquistar algum resultado significativo, indo de encontro à baixa autoestima e sensação de negatividade em relação a si mesmo.

Demonstrado por Rico, 2021, e complementado por Hohenstein, 2021, os fatores que contribuem para o aumento da vulnerabilidade do desenvolvimento de SB são as reações aos estressores emocionais crônicos e interpessoais no ambiente ocupacional, bem como retribuição insuficiente ao esforço empregado. Isso pode ser aludido no contexto acadêmico, como descrito por Camargo, 2020, visto que o ambiente de ensino superior muitas vezes pode reproduzir tais reações, a partir do clima de competitividade e pressão para produção científica, exigência de responsabilidade e prosperidade acadêmica, vivência normalmente desconhecida para aqueles que estão fazendo a passagem entre a juventude e a vida adulta.

Em um estágio inicial, retratado por Bitran, 2019, a SB tende a passar despercebida, uma vez que pode concomitar com um elevado estímulo dos discentes para o aprendizado e uma conduta empática com o paciente. Isso pode ser observado na Tabela 1, onde 28,4% dos participantes abordam com frequência pessoas como membros da própria família. Contudo, ainda de acordo com Bitran, 2019, se o estudante ou profissional permanece sujeito a elevados níveis de estresse, sem possibilidade de se recompor, ele acaba arruinando sua aptidão de cuidar de si e ter compreensão com o paciente, acabando por fornecer um serviço de baixa qualidade. Não obstante, a Tabela 1 também demonstra que 29,6% dos alunos não se envolvem em problemas alheios, o que nos apresenta uma taxa de despersonalização, visto que uma característica desta dimensão é esquiva de conflitos e a resistência à socialização.

No decorrer da formação, os discentes, quando sujeitos a altas cargas horárias, associadas a estágios curriculares e práticas supervisionadas, apresentam indícios de exaustão emocional e física (Mota, 2017). Isto é explicado pelo fato desses alunos assumirem deveres precoces em relação ao cuidado à saúde e são continuamente instigados acerca do desenvolvimento de habilidades e conhecimentos que o desempenho da profissão demanda, justificado pelo fato de o ofício possuir pouca tolerância a imprecisões, o que propicia um desenvolvimento excessivo de ansiedade e estresse (Negreiros, 2018). Se examinarmos a Tabela 1, veremos que 35,8% dos discentes levantam-se às vezes sem disposição para cumprir seus deveres acadêmicos e 23,5% com frequência sentem que despendem grande esforço para realizar suas tarefas estudantis.

Kaur, 2020, aponta que alunos que se sentem sobrecarregados por seus afazeres e não se sentem satisfeitos com suas conquistas educacionais são menos propensos a notar suas realizações acadêmicas de forma positiva. É possível correlacionar esse apontamento conforme apresentado na Tabela 1, onde foi apresentado que 34,6% dos alunos às vezes não se sentem bons no que desempenham, ao mesmo tempo que 22,2% percebem-se desanimados com frequência. Podemos perceber que 30,9% dos alunos ocasionalmente sentem que suas notas são desproporcionais ao seu esforço e empenho. Allen, 2021, revela que níveis de SB estão associados à diminuição da satisfação e sucesso da graduação. Na mesma linha de ideia, Farias, 2019, afirma que discentes com SB tendem a se perceberem emocionalmente esgotados e inaptos de desempenhar suas tarefas acadêmicas, de modo que desenvolvem atitudes de desvalorização do próprio desempenho.

Salientado por Hohenstein, 2021, o estresse origina-se de uma alta carga de trabalho (como conhecimentos a serem aprendidos), redução de tempo para realizar as atividades, baixo apoio familiar, juntamente com problemas para relaxar, privação do sono e sentimento de culpa. Estes fatores resultam em uma combinação tóxica que pode provocar sintomas de SB e transtornos psiquiátricos. No âmbito do apoio familiar, Calderón, 2021, aponta que alunos que sentem níveis mais altos de apoio familiar

tendem a sofrer níveis mais baixos de SB, visto que a proximidade familiar é tida como um fator protetor que diminui o estresse. Conforme podemos observar na Tabela 1, 61,7% dos participantes não se sentem pressionados por familiares a continuarem no curso, o que demonstra que no grupo analisado, esse não foi um fator determinante para a ocorrência de SB. Já o item 16 da mesma tabela explica que 29,6% dos alunos raramente sentem-se mais estressados em relação às pessoas que convivem.

Em um estudo realizado por Rico, 2021, foi analisado que estudantes de semestres mais avançados tiveram índices de estresse significativamente maior do que em semestres iniciais. Quando observamos a Tabela 2, notamos que alunos de primeiro, segundo e terceiro semestre possuem uma média de pontuação menor do que alunos do quarto, quinto e sexto semestre. Apesar de ser um grupo pequeno, apresenta resultados compatíveis com os da literatura.

Analisando a Tabela 3, podemos perceber a diferença dos níveis entre alunos que ingressaram em campo de estágio e alunos que estão apenas em aula, onde os valores são superiores para alunos que estão em estágio curricular. Isso é corroborado com Sifrig, 2021, o qual apresenta que embora os níveis de exaustão emocional e realização pessoal dos estagiários pareçam similares, eles são distintos. Explicado por Camargo, 2020, nos estágios os discentes notam as implicações e limitações de seu aprendizado, o que por sua vez desencadeia frustração e estresse.

Em uma pesquisa apresentada por Dias, 2022, foi relatado que o sexo masculino estava associado a uma maior tendência de desenvolvimento de SB. Contrariamente, Jantsch, 2018, demonstrou que as mulheres estavam mais propensas ao surgimento de SB, devido à responsabilidade de conciliar a vida familiar com o ofício, à remuneração, falta de reconhecimento profissional e a falta de autonomia no emprego para tomar decisões. Complementado por Dahmash, 2020, fatores como falta de suporte social, sexo e falta de reconhecimento são condições para o agravamento do desenvolvimento de SB. Ayyala, 2020, demonstra em um estudo sobre o índice de suicídio no ambiente hospitalar que o nível de mortalidade é superior entre o sexo feminino. Marques, 2022 apresenta que, embora mais propensas ao desenvolvimento de SB, as mulheres demonstram maior desempenho acadêmico e maiores expectativas de êxito, bem como menor tendência ao afastamento dos estudos quando comparadas aos homens.

Nosso trabalho, demonstra compatibilidade com o fato de que mulheres possuem maior tendência ao desenvolvimento de SB, como visto na Tabela 3, que indica uma média de pontuação superior em mulheres em relação aos homens. Embora não exista um consenso na literatura sobre a incidência entre homens e mulheres, nosso estudo é tendencioso a seguir a linha de maior ocorrência entre mulheres.

De acordo com Dahmash, 2020, as implicações negativas da SB incluem depressão e aumento das tentativas de suicídio, reforçado por Zha, 2021, que apresenta aumento da incidência de doenças cardiovasculares, privação de sono, bem como elevando taxas de erros e diminuição de eficiência. Ortiz, 2019, destaca o impactos psicológicos entre os estudantes, que incluem depressão, ideação suicida, falta de realização acadêmica, abandono da educação e aspirações ofício, também apresentado por Bitran, 2019, indicando que estudantes que sofrem de SB possuem tendência a aumentar o abandono da profissão. Hernesniemi, 2017, aponta igualmente insônia, absenteísmo e uso excessivo de álcool e drogas como problemas associados a SB.

Nossa pesquisa, apresenta uma média de 50,41 pontos entre todos os participantes, indicando sinais de SB em fase inicial. Conforme apresentado por Alkhamees, 2020, existe uma necessidade de programas de intervenção psicológica para alunos. Patologias como depressão e SB devem ser descobertas precocemente para diminuir o avanço de distúrbios mentais entre os estudantes. Complementando, Camargo, 2020, demonstra que indivíduos que possuem histórico de depressão e ansiedade possuem redução do sentimento de realização e autoestima, sendo mais afetadas por SB. Em um estudo publicado por da Mota, 2017, é evidenciado que investigações em torno da SB vêm sendo desenvolvidas, com o intuito de entender como os métodos de ensino e aprendizagem atuam no bem-estar dos discentes em fase de formação profissional.

Em uma busca literária, é observado que a SB certamente pode ser revertida, e Allen, 2021, estabelece que o sono é um potencial obstáculo para o estresse. Faria, 2019, similarmente relaciona atividade física como um modo eficaz de precaver e suavizar os sintomas de SB em sua dimensão individual, colaborando para um melhor rendimento das funções acadêmicas dos discentes. Pesquisas exibem os benefícios da atividade física sobre a saúde mental, comprovando que indivíduos mais fisicamente ativos mostravam-se mais preservados de desordens na saúde.

Nosso estudo é limitado pela reduzida participação dos discentes, bem como a escolha do curso. Futuras pesquisas devem englobar um maior grupo de voluntários e outros cursos para um resultado mais abrangente. Importante salientar que o instrumento de avaliação ainda precisa de algumas melhorias, e próximos questionários deverão ser desenvolvidos com o objetivo de atingir valores mais precisos.

5. Conclusão

A conscientização e intervenção dos cuidados em saúde mental nas universidades é de extrema importância e necessário, visto que os profissionais poder desenvolver a SB antes mesmo de chegarem ao ambiente de trabalho como já profissionais. Como compreendido em nosso estudo, os valores indicam uma média de SB em fase inicial. É preciso identificar precocemente para limitar a progressão ao desenvolvimento de depressão. Simples atitudes como implementação de programas de prevenção servem como grande apoio aos alunos, tendo em mente a preparação de profissionais para o mercado de trabalho com uma saúde mental preservada. A literatura ainda não é consensual em relação às taxas de incidência, então novos estudos devem ser desenvolvidos visando um melhor entendimento.

Sugerem-se estudos que discutam a complexidade da saúde mental, bem como fatores de predisposição para o desenvolvimento de SB entre estudantes. Novas pesquisas devem ser desenvolvidas com foco na saúde mental dos discentes, buscando o melhor caminho para entender, prevenir e auxiliar os discentes acometidos por SB. É preciso também que outros cursos sejam incluídos nos estudos, buscando dar suporte à literatura no contexto afirmado de que cursos da área da saúde tendem a ter maior predisposição para o desenvolvimento de SB.

Referências

- Alkhamees, A. A., Alaqil, N. S., Alsoghayer, A. S., & Alharbi, B. A. (2020). Prevalence and determinants of burnout syndrome and depression among medical students at Qassim University, Saudi Arabia. *Saudi Medical Journal*, 41(12), 1375.
- Allen, H. K., Barrall, A. L., Vincent, K. B., & Arria, A. M. (2021). Stress and burnout among graduate students: Moderation by sleep duration and quality. *International journal of behavioral medicine*, 28(1), 21-28.
- Ayyala, R. S., Baird, G. L., Sze, R. W., Brown, B. P., & Taylor, G. A. (2020). The growing issue of burnout in radiology—a survey-based evaluation of driving factors and potential impacts in pediatric radiologists. *Pediatric Radiology*, 50(8), 1071-1077.
- Batista, R. D. S., Santos, M. S. D., Melo, E. C., Moreira, R. C., Martins, J. T., & Galdino, M. J. Q. (2021). Burnout e satisfação acadêmica em estudantes de enfermagem de currículo tradicional e integrado. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 55.
- Bitran, M., Zúñiga, D., Pedrals, N., Echeverría, G., Vergara, C., Rigotti, A., & Puschel, K. (2019). Burnout in students of health-care professions. Risk and protection factors. *Revista Medica de Chile*, 147(4), 510-517.
- Camargo, C. A. C. M., Camargo, M. A. F., Maia, M. A. C., Miziara, I. F., Prates, L. D. S. P., & Paulino, R. A. (2020). INCIDÊNCIA DA SÍNDROME DE BURNOUT EM ESTUDANTES DA ÁREA DE SAÚDE DA UEMG-PASSOS-MG. *Revista Atenas Higeia*, 2(4), 06-12.
- Carlotto, M. S., & Câmara, S. G. (2020). Burnout Syndrome Assessment Scale in University Students: construction and validity evidence. *Research, Society and Development*, 9(7), 1-22.
- da Mota, Í. D., Farias, G. O., da Silva, R., & Folle, A. (2017). Síndrome de burnout em estudantes universitários: um olhar sobre as investigações. *Motrivência*, 29, 243-256.
- Dahmash, A. B., Alorfí, F. K., Alharbi, A., Aldayel, A., Kamel, A. M., & Almoaiqel, M. (2020). Burnout phenomenon and its predictors in radiology residents. *Academic radiology*, 27(7), 1033-1039.

- de Sousa Santos, É., de Sousa, J. D. S., Sunhiga, G. E., & Costa, D. H. (2022). Como a Gestão de Pessoas tem sido influenciada por meio da Síndrome de Burnout e qual o seu impacto na Administração. *E-Acadêmica*, 3(2), e1132143-e1132143.
- Dias, A. R., Fernandes, S. M., Fialho-Silva, I., Cerqueira-Silva, T., Miranda-Scippa, Â., & Galvão-de Almeida, A. (2022). Burnout syndrome and resilience in medical students from a Brazilian public college in Salvador, Brazil. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 44.
- Edú-Valsania, S., Laguía, A., & Moriano, J. A. (2022). Burnout: A review of theory and measurement. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1780.
- Farias, G. O., Mota, I. D., Marinho, A. P. R., Both, J., & Veiga, M. B. (2019). Relação entre atividade física e Síndrome de Burnout em estudantes universitários: revisão sistemática. *Pensar a Prática*, 22(52184), 10-5216.
- Gil-Calderón, J., Alonso-Molero, J., Dierssen-Sotos, T., Gómez-Acebo, I., & Llorca, J. (2021). Burnout syndrome in Spanish medical students. *BMC medical education*, 21(1), 1-7.
- Hernesniemi, E., Rätty, H., Kasanen, K., Cheng, X., Hong, J., & Kuitinen, M. (2017). Burnout among Finnish and Chinese university students. *Scandinavian journal of psychology*, 58(5), 400-408.
- Jantsch, N., da Costa, A. E. K., & Pissaiá, L. F. (2018). Síndrome de Burnout: uma revisão integrativa. *Research, Society and Development*, 7(1), e1371191-e1371191.
- Jiménez-Ortiz, J. L., Islas-Valle, R. M., Jiménez-Ortiz, J. D., Pérez-Lizárraga, E., Hernández-García, M. E., & González-Salazar, F. (2019). Emotional exhaustion, burnout, and perceived stress in dental students. *Journal of International Medical Research*, 47(9), 4251-4259.
- Kaur, M., Long, J. W., Luk, F. S., Mar, J., Nguyen, D. L., Ouabo, T., ... & Doroudgar, S. (2020). Relationship of burnout and engagement to pharmacy students' perception of their academic ability. *American journal of pharmaceutical education*, 84(2).
- Le, R. T., Sifrig, B., Hernandez, M., Chesire, D., Kee-Sampson, J., & Meyer, T. E. (2021). Predictors between the subcomponents of burnout among radiology trainees. *Journal of the American College of Radiology*, 18(5), 654-660.
- Low, Z. X., Yeo, K. A., Sharma, V. K., Leung, G. K., McIntyre, R. S., Guerrero, A., ... & Ho, R. C. (2019). Prevalence of burnout in medical and surgical residents: a meta-analysis. *International journal of environmental research and public health*, 16(9), 1479.
- Marques, H. D. M. (2022). *Vinculação, regulação emocional e níveis de burnout em estudantes universitários (Master's thesis)*.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1996). The maslach burnout inventory-test manual. *Palo Alto*.
- Negreiros, C. B., Vieira, C. G., Mota, M. S., Oliveira, N. P. T., Gomes, S. C. A., & Paixão, T. F. P. (2018). Síndrome de burnout em estudantes da área da saúde. *CIPEEX*, 2, 914-919.
- Prata, T. S. C., Calcides, D. A. P., Vasconcelos, E. L., Carvalho, A. A., Melo, E. V. D., & Oliva-Costa, E. F. D. (2021). Prevalence of Burnout Syndrome and associated factors in medical students under different educational models. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 67, 667-674.
- Rico, Y., & Bunge, E. L. (2021). Stress and burnout in psychology doctoral students. *Psychology, Health & Medicine*, 26(2), 177-183.
- Schaufeli, W. B., Martinez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of cross-cultural psychology*, 33(5), 464-481.
- Sifrig, B., Le, R. T., Chesire, D., Hernandez, M., Kee-Sampson, J., & Meyer, T. E. (2021). Exploration of the relationship between the subcomponents of burnout throughout radiology training. *Journal of the American College of Radiology*, 18(5), 647-653.
- Sunhiga, G. E., & Costa, D. H. (2022). A Síndrome de Burnout no setor de Radiologia. *E-Acadêmica*, 3(1), e073187-e073187.
- Thun-Hohenstein, L., Höbinger-Ablasser, C., Geyerhofer, S., Lampert, K., Schreuer, M., & Fritz, C. (2021). Burnout in medical students. *neuropsychiatrie*, 35(1), 17-27.
- Zha, N., Neuheimer, N., & Patlas, M. N. (2021). Etiology of burnout in canadian radiologists and trainees. *Canadian Association of Radiologists Journal*, 72(1), 128-134.