
SÍNDROME DE BURNOUT EM DISCENTES COM JORNADA DUPLA

Vinicius De Almeida Lima¹, Lays de Souza Albuquerque¹, Dhaynna Cristiny Barros Silva¹, Jordana Batista Da Silva¹, Marcelo Jota Rodrigues da Silva², Sara Rosa De Sousa Andrade²

¹Faculdade Estácio de Sá – Goiás, ²Docente Faculdade Estácio de Sá – Goiás.

*Correspondência ao autor: Dra. Sara Rosa De Sousa Andrade. Faculdade Estácio de Sá de Goiás, Professora do Curso de Fisioterapia. Endereço: Av. Goiás, 2151 - St. Central, Goiânia - GO, 74063-010.

E-mail: sararosa2003@hotmail.com

Resumo: A Síndrome de Burnout (SB) caracteriza-se por exaustão emocional, redução da realização profissional e despersonalização, que culminam em desgaste físico. Objetiva-se identificar discentes com sinais do nível alto da (SB) e descrever o perfil sociodemográfico de tal grupo. Trata-se de um estudo quantitativo, descritivo de corte transversal. Os instrumentos usados; Questionário de perfil sociodemográfico, Escala de Estresse no Trabalho e o Maslach Burnout Inventory-General Survey. Entre os 158 pesquisados, 19,62% exprimiram nível alto de SB. Quanto ao sexo, o predomínio foi; de forma absoluta maior em mulheres 70,96% e de forma proporcional maior em homens 21,42 %. Quanto as demais variáveis o predomínio foi de discentes solteiros(a)s 67,74%, média de 25 anos, tempo de emprego entre 1-2 anos 35,48%, sendo a carga de trabalho ≥ 40 horas semanais 58,07%, renda familiar 1-2 salários mínimos 55,30%. Sendo que 90,32% não tem pretensão de aposentar-se no atual emprego e 70,96% sedentários. Conclui-se que 19,62% de discentes tem sinais de SB elevada, solteiros, sujeitas a demasiada carga semanal de trabalho, e de baixa renda. Discentes sedentários, o que parcialmente se explica pela falta de tempo, diante da jornada dupla, além de trabalharem apenas para compor renda.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout, psicossomática, perfil sociodemográfico, discentes.

Introdução

A Síndrome de Burnout teve maior atenção das comunidades acadêmica e demais membros da população a partir da década de 70, e seu surgimento foi propiciado pelas metamorfoses provocadas no mundo do trabalho, trazendo importantes impactos à saúde do trabalhador. É devido ainda

destacar a etimologia da palavra; Burnout é uma expressão de língua inglesa, aplicada para se referir a algo que deixou de funcionar por exaustão, por se consumir/queimar-se psicossomaticamente. (BORGES; LAUXEN, 2016).

Tal síndrome assume um teor multidimensional, sendo manifestada e caracterizada por esgotamento emocional, redução da

realização profissional e despersonalização do profissional, que culminam em desgaste físico (PÊGO; PÊGO, 2015). A exaustão emocional caracteriza-se pelo sentimento de escassez de energia e de recursos emocionais para enfrentar as situações cotidianas do trabalho. A redução de realização pessoal no trabalho, ou decepção no trabalho é caracterizada pela tendência do trabalhador a se auto avaliar de forma negativa, se sentir incapaz, insuficiente, desmotivado, com baixa autoestima e ineficiente. A despersonalização ou desumanização se apresenta como resultado do desenvolvimento de sentimentos e atitudes negativas, prevalecendo à dissimulação afetiva e o distanciamento em relação às pessoas que entram em contato direto com o profissional (SCHUSTER et al. 2015).

Por se tratar de uma síndrome psicossomática outro ponto chama atenção, que é o desgaste físico manifestado por distúrbios do sono, dores musculares, cefaleia dentre outros distúrbios orgânicos, induzindo ao sedentarismo que por sua vez gera uma série de comorbidades como obesidade, dislipidemias, hipertensão, diabetes dentre outras afecções relacionadas ao estilo de vida (MASSA et al., 2016). Todas essas reações são reflexos das crônicas e incessantes tentativas do organismo em manter a homeostasia.

Em uma perspectiva integralista de atenção à saúde, o conceito biopsicossocial traduz como o indivíduo, por mais que seja único, tem em sua gênese uma pluralidade. A Organização Mundial da Saúde (OMS) define a saúde como um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afecções e enfermidades. Qualidade de vida engloba saúde física e mental, o que por sua vez se faz crucial para a efetiva realização das pessoas, tanto na vida pessoal como profissional. Todavia, alcançar níveis satisfatórios de qualidade de vida torna-se uma tarefa complexa, em função de diversos fatores pessoais, profissionais e institucionais (DUTRA et al., 2016).

O cenário é preocupante quando se observa a situação de estudantes universitários, por mais que essa classe não seja vista como a de trabalhadores convencionais, como por exemplo, aqueles que são remunerados pelo serviço prestado, o núcleo principal de atividades acadêmicas, em sua projeção psicológica pode ser considerado como trabalho, sen-

do que esses indivíduos estão envolvidos em uma estrutura organizacional com atividades obrigatórias (CAMPOS; MAROCO, 2012)

Outro ponto que merece destaque é o fato de que a maioria dos estudantes de instituições de ensino superior (IES) privada também estão inseridos no mercado de trabalho, ou seja, durante o dia estudam e a noite estão em um emprego formal, ou vice-versa. Lopes; Guimarães (2016) relatam em seu estudo que 34,2% da amostra declararam apenas estudar, enquanto 65,8% da população analisada responderam que além de estudar exerciam atividade laboral.

Com tantos sinais apontando para essa classe da população, sendo eles potenciais desenvolvedores de tal processo sindrômico, o presente estudo objetivou identificar discentes com indícios da Síndrome de Burnout em seu nível alto, bem como descrever o perfil sociodemográfico dos alunos.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo quantitativo, descritivo de corte transversal, no qual trabalhou-se com variáveis expressas sob a forma de dados numéricos usando ferramentas e técnicas estatísticas para classificar e analisar os dados. Observado, registrado e descrito as características do fenômeno sindrômico de Burnout em uma amostra extraída dos discentes da Faculdade Estácio de Sá de Goiás (FESGO). A coleta iniciou dia 19/04/2018 17:36:45h, sendo finalizada dia 28/06/2018 13:17:20h, foram convidados todos os alunos de todos os cursos da FESGO, cada participante sendo limitado a uma entrevista.

Amostra aleatória ficou composta de 158 discentes da FESGO. Critérios de inclusão; alunos vinculados a FESGO, que aceitaram participar da pesquisa por meio da assinatura do TCLE, maiores de 18 anos, e exercem alguma atividade laboral remunerada. Removidos da amostra serão aqueles indivíduos que estejam afastados das atividades acadêmicas por qualquer motivo ou lotados em outra unidade.

Os instrumentos usados para coleta de dados foram o Maslach Burnout Inventory – General Survey (MBI-GS). Essa versão do MBI-GS é composta de três dimensões: Exaustão Emocional (EE), com cinco variáveis, Cinismo (CI), com quatro variáveis, e Eficácia no Trabalho (ET), com cinco variáveis. É

composta também de uma escala Likert de 7 pontos (zero a seis), calcula-se a média das dimensões, ou seja, a média da exaustão emocional, da despersonalização e da redução da realização profissional, é importante destacar que a realização profissional deve ser calculada de forma inversa, caracterizando assim o (SB).

Tabela 1:

Valores para caracterização da Síndrome de Burnout.

	Baixo	Moderado	Alto
Burnout	<1,33	1,34 - 2,43	>2,43
Exaustão Emocional	<2,0	2,1 - 3,19	>3,20
Despersonalização	<1,0	1,01 - 2,10	>2,20
Realização profissional	>5,0	4,99 - 4,01	>4,0

Fonte: Mclaurine (2008).

Utilizada também uma ficha de perfil sociodemográfico, elaborada pelos pesquisadores, integrado por perguntas sobre sexo, idade, composição familiar, escolaridade, renda familiar mensal, qualidade de vida, e a Escala de Estresse no Trabalho – (EET) sendo composto de 23 fatores estressantes, onde de acordo com uma escala Likert de cinco pontos (1 - discordo totalmente a 5 - concordo totalmente), foi calculado escore médio do instrumento total. Os resultados foram interpretados da seguinte maneira, médias entre 1,0 e 1,9 indicam pouco ou nenhum estresse; médias entre 2,0 e 2,5 indicam níveis intermediários de estresse ocupacional; médias acima de 2,5 indicam nível alto de estresse ocupacional.

Foi produzido e disponibilizado uma versão on-line dos questionários. A distribuição foi realizada para todos os alunos da faculdade, por uma equipe previamente preparados/treinados para aplicação das ferramentas. Essa aplicação foi efetuada em sala de aula, composto pela ficha de perfil sociodemográfico, Maslach Burnout Inventory – General Survey e a Escala de Estresse no Trabalho. A aplicação dos questionários prosseguiu após o aceite do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Segue aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa-UNESA,

número do parecer: 2.810.912.

Os dados obtidos pela realização da pesquisa foram averiguados por meio de análise descritiva, representados em tabelas, distribuição de frequência (absoluta e relativa), analisados com sua expressão numérica, pelo uso do software Microsoft Office Excel (2016), sistema capaz de realizar análises estatísticas com base em fórmulas e funções específicas.

RESULTADOS

Entre os 158 pesquisados, 19,62% exprimiram nível alto de SB, média das três dimensões do MBI-GS de 2,93, e média da Escala de Estresse no Trabalho de 2,88 mostrando nível alto de estresse (Tabela 2).

Tabela 2:

Variáveis do nível de Burnout, Goiânia, 2018.

Nível de Burnout	Quantidade	Valores
Alto	31	19 %
Moderado	18	11 %
Baixo	109	68 %

Os resultados evidenciaram que dos 19,62 % dos discentes apresentaram nível alto de Síndrome de Burnout, quanto a variável sexo a predominância de forma absoluta foi de 70,96% do sexo feminino (Tabela 3).

Tabela 3: Coleta total de 158 indivíduos, disposição em relação ao sexo, Goiânia, 2018.

Sexo	Quantidade	Valores
Feminino	116	73 %
Masculino	42	27 %

Todavia de forma proporcional a incidência foi de 21,42 % no sexo masculino e 18,96 do sexo feminino (Tabela 4).

Tabela 4: Burnout nível alto relativa ao sexo masculino e feminino, Goiânia, 2018.

Sexo	Quantidade	Com nível alto de Burnout	Valores proporcionais
Feminino	116	22	18 %
Masculino	42	9	21 %

Participantes com média de 25 anos, solteiro(a)s 67,74%, com <1 ano no emprego 32,25%, entre 1-2 anos 35,48%, sendo a carga de trabalho ≥ 40 horas semanais 58,07%, renda familiar 1-2 salários mínimos 55,30%. Relacionado a aposentadoria 90,32% responderam “que não querem aposentar-se no atual emprego”, sobre atividade física 70,96% não praticam (Tabela 5).

Tabela 5: Variáveis sociodemográficas de indivíduos com indicio de Burnout nível alto, Goiânia, 2018.

Variáveis	Quantidade	Valores
Média de idade		25 anos
Sexo		
Feminino	22	70 %
Masculino	9	29 %
Estado civil		
Solteiro(a)	21	67 %
Há quanto tempo você está no atual emprego?		
Menos de 1 ano	10	32 %
De 1 a 2 anos	11	35 %
Qual é sua carga de trabalho semanal?		
40 horas	10	32 %
Acima de 40 horas	8	25 %
Qual é sua renda familiar mensal aproximadamente?		
De R\$ 937,00 a R\$ 1.874,00	17	55 %
De R\$ 1.875,00 a R\$ 2.811,00	6	19 %
Você pretende se aposentar no atual emprego?		
Não	28	90 %
Realiza atividade física?		

Não	22	70 %
Sim, 1x por semana	3	9 %
Sim, 3x por semana	4	13 %
Sim, acima de 4 x por semana	2	6 %

DISCUSSÃO

O presente estudo objetivou identificar discentes com indícios da Síndrome de Burnout em seu nível mais alto, bem como descrever o perfil sociodemográfico desses alunos, que tem sua rotina composta por atividades acadêmicas e laborais. O tamanho da população totaliza 1379 discentes. Sendo a amostra final composta de 158 discentes.

Entre os 158 pesquisados, 19,62% exprimiram nível alto de SB, média das três dimensões do MBI-GS de 2,93 (Tabela 2). Semelhantemente para identificar se a prevalência e os fatores laborais, sociodemográficos e acadêmicos contribuíam para a exposição ao processo patológico de Burnout, Peleias et al., (2017) realizaram uma pesquisa com 419 estudantes universitários, onde apresentaram que destes cerca de 29,3 % demonstraram traços de sindrômicos. Uma incidência menor foi relatada por Chagas et al., (2017), revelam que da amostra de 342 universitários 11,4% apresentaram níveis compatíveis com a supramencionada afecção, os quais apresentaram altos níveis de exaustão emocional e descrença e baixos níveis de eficácia profissional. Os supramencionados estudos apresentam uma média de incidência da SB em torno de 19 %. Tais dados embasam a teoria de que estudantes tem predisposição à desenvolverem Síndrome de Burnout.

Quanto a predominância da síndrome correlacionada ao sexo, da amostra total 73% são do sexo feminino e 27% do masculino, sendo que para melhor caracterização analisou-se de forma absoluta e proporcional. De maneira absoluta a maior incidência é em mulheres 70%, o que pode ser justificado por serem a maior fatia da coleta, todavia de modo proporcional a maior incidência é em homens 21% (Tabela 4). Goulart et al., (2012) relataram em seu estudo, que visava traçar o perfil sociodemográfico em residentes de enfermagem com SB, o seguinte fato, que o predomínio da incidência foi em indivíduos do sexo feminino (83.78%), ainda em consonância Tavares et al., (2014) iden-

tificaram a ocorrência da Síndrome de Burnout em residentes de enfermagem. Sendo o que relativo ao sexo a predominância se deu na população do gênero feminino 91,66%. Aparenta-se que mulheres tem maior possibilidade de desencadarem tal síndrome.

Quanto as variáveis sociodemográficas idade e estado civil, a predominância se deu da seguinte forma, indivíduos com média de 25 anos e solteiro(a)s 67,74% (Tabela 5). Guido et al., (2012) estudando a ocorrência da Síndrome de Burnout nos Residentes Multiprofissionais notaram que 81,08% solteiros com faixa etária entre 25 a 29 anos 51,35%. Rocha & Cunha, (2014) analisando a prevalência da Síndrome de Burnout nos profissionais de nível superior que atuam na saúde pública denotaram que a predominância foi de profissionais com idade acima de 30 anos o total de 53%, já quanto ao estado civil 67% são solteiros. Existe certa discordância na idade quando o alvo da pesquisa são aqueles indivíduos fora do ambiente acadêmico, todavia em relação ao estado civil existe consonância quanto a incidência de Burnout, sendo maior em indivíduos solteiros.

É sugerido que o fator chave para o desencadear da Síndrome é a realização profissional diminuída. Quanto as variáveis ocupacionais observou-se que predominantemente os participantes tinham entre 1-2 anos no emprego 35,48%, com carga de trabalho ≥ 40 horas semanais 58,07% e renda familiar 1-2 salários mínimos 55,30% (Tabela 5). Rocha & Cunha (2014) verificando Burnout entre os profissionais da saúde atentou-se para o fato de que a maioria dos profissionais tem geralmente carga horária de trabalho de 48 horas semanais. Sendo 57% com menos de cinco anos e a maioria acima de cinco anos 77 % no emprego. Em outro estudo no que se refere à renda familiar, observa-se que os mais acometidos são os com renda entre 5 e 10 salários-mínimos (FRANÇA; FERRARI, 2012). Tais dados sugerem que trabalhadores com carga de trabalho ≥ 40 horas semanais tem maior incidência da síndrome.

Sobre atividade física 70 % dos pesquisados afirmaram não praticam (Tabela 5). O estudo ainda levantou que, 90% dos indivíduos com níveis altos de Burnout não tem a pretensão de aposentar-se

no atual emprego (Tabela 5). Goulart et al., (2012) relataram que entre os respondentes, 59.46% não praticam esportes e 91.18% não realizam alguma atividade de lazer. Portanto exhibe-se serem pessoas sedentárias, o que parcialmente se explica pela falta de tempo, diante da jornada dupla, trabalho e estudo. Denota-se ainda que esses discentes trabalham apenas para compor renda, não sendo o que lhes realiza profissionalmente.

O contemporâneo mercado de trabalho é exigente, complexo e frequentemente algezo, o que é potencializado quando integrado à vida acadêmica, tais características acabam promovendo desgaste físico e emocional de maneira intensa. Quando o indivíduo se submete a tal rotina por muito tempo acaba sendo potencial vítima do processo de exaustão causado pela Síndrome de Burnout.

CONCLUSÃO

Conclui-se que 19,62 % dos discentes tem sinais de Síndrome de Burnout níveis elevados, na sua maioria são mulheres, isso se levado em conta a amostra absoluta, todavia de forma proporcional a incidência é maior entre homens. Quanto aos dados sociodemográficos a predominância é em discentes solteiros, sujeitos a demasiada carga trabalho semanal e de baixa renda. Exhibe-se serem pessoas sedentárias, o que parcialmente se explica pela falta de tempo, diante da jornada dupla, trabalho e estudo. Denota-se ainda que esses discentes trabalham apenas para compor renda, não sendo o que lhes realiza profissionalmente, deixando-os susceptíveis a níveis mais críticos de Síndrome de Burnout.

REFERÊNCIAS

BORGES, R. S. S; LAUXEN, I. A. G. Burnout e fatores associados em docentes da universidade federal do rio de janeiro. *Saúde em Redes*, v. 2, n. 1, p. 97-116, 2016.

CAMPOS, J. A. D. B; MAROCO, J. Adaptação transcultural Portugal-Brasil do Inventário de Burnout de Maslach para estudantes. *Rev Saúde Pública*, v. 46, n. 5, p. 816-24, 2012.

DUTRA, L. B; AERTS, D; ALVES, G. G; CÂMARA, S. G. A Síndrome de burnout em docentes do ensino superior de instituições privadas de Santarém, PA. *Tempus, actas de saúde colet*, Brasília, v. 10, n. 3, p. 115-136, 2016.

FRANÇA, F. M; FERRARI, R. Síndrome de Burnout e os aspectos sócio-demográficos em profissionais de enfermagem. *Acta Paul Enferm*, v. 25, n. 05, p. 743-8, 2012.

GOULART, C. T; SILVA, R. M; BOLZAN, M. E. O; GUIDO, L. A. Perfil sociodemográfico e acadêmico dos residentes multiprofissionais de uma Universidade pública. *Rev Rene*, v. 13, n. 01, p. 178-86, 2012.

GUIDO, L. A; SILVA, R. M; GOULART, C. T; BOLZAN, M. E. O; LOPES, L. F. D. Síndrome de Burnout em residentes multiprofissionais de uma universidade pública. *Rev Esc Enferm USP*, v. 46, n. 06, p. 1477-83, 2012.

LOPES, F. L; GUIMARÃES, G. S. Estudo da Síndrome de Burnout em Estudantes de Psicologia. *Psicologia: Ensino & Formação*, v. 07, n. 01, p. 40-58, 2016.

MASSA, L. D. B; SILVA, T. S. S; SÁ, I. S. V. B; BARRITO, B. C. S; ALMEIDA, P. H. T. Q; PONTES, T. B. Síndrome de burnout em professores universitários. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo*, v. 27, n. 2, p. 180-9, 2016.

MCLAURINE, W. D. A Correlational Study of Job Burnout and Organizational Commitment Among Correctional Officers. *School of Psychology: Capella University* 2008.

PÊGO, F.P.L; PÊGO, D. R. Síndrome de burnout. *Acta Rev Bras Med Trab*, v. 14, n. 2, p. 171-6, 2015.

PELEIAS, I. R; GUIMARÃES, E. R; CHAN, B.

L; CARLOTTO, M. S. A síndrome de Burnout em estudantes de ciências contábeis de IES Privadas: pesquisa na cidade de São Paulo. *REPeC*, Brasília, v. 11, n. 1, p. 30-51, 2017.

ROCHA, H. A; CUNHA, V. C. A. Síndrome de burnout: descrição da sintomatologia entre os profissionais da saúde pública de um município do alto Paranaíba, minas gerais. *Revista de saúde pública do SUS/MG*, v. 2, n. 01, p. 33-41, 2014.

SCHUSTER, M.S; DIAS, V.V; BATTISTELLA, L.F. Validação da escala MBI-GS: uma investigação general survey sobre a percepção de saúde dos colaboradores. *REGE Revista de Gestão - Revistas USP*, v. 22, n. 3, p. 403-416, 2015.

TAVARES, K. F. A; SOUZA, N. V. D. O; SILVA, L. D; KESTENBERG, C. C. F. Ocorrência da síndrome de Burnout em enfermeiros residentes. *Acta Paul Enferm*, v. 27, n. 03, p. 260-5, 2014