




## Síndrome de Burnout em estudantes universitários trabalhadores e não trabalhadores

*Burnout Syndrome in working and non-working university students*

Síndrome de burnout en estudiantes universitarios trabajadores y no trabajadores


**Mary Sandra Carlotto<sup>1</sup>**

Universidade de Brasília, Brasília – Brasil

 <http://orcid.org/0000-0003-2336-5224>  
mscarlotto@gmail.com (correspondencia)

**Sheila Gonçalves-Câmara**

Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre, Porto Alegre - Rio Grande do Sul, Brasil

 <https://orcid.org/0000-0001-6761-7644>  
sheilac@ufcspa.edu.br

DOI: <https://doi.org/10.35622/j.rep.2023.03.002>

Recebido: 08/05/2023 – Aceito: 20/06/2023 – Publicado: 19/07/2023

### PALAVRAS-CHAVE

estresse acadêmico,  
estudantes universitários,  
síndrome de burnout

**RESUMO.** A Síndrome de Burnout tem sido considerada um problema social de crescente importância entre pesquisadores e comunidade prática devido ao impacto negativo no bem-estar e desempenho dos estudantes. Trabalhar durante o curso universitário pode ser um fator de risco de desenvolvimento da síndrome, devido a sobrecarga de atividades e papéis. Assim, o objetivo do estudo foi identificar semelhanças e diferenças na predição das variáveis sociodemográficas, acadêmicas e estressores acadêmicos para a Síndrome de Burnout em uma amostra não probabilística de 417 estudantes trabalhadores e 596 não trabalhadores. Como instrumentos foram utilizados a Escala de Avaliação da Síndrome de Burnout em Estudantes Universitários, um questionário sociodemográfico e acadêmico e um questionário de estressores acadêmicos. Os grupos apresentaram preditores semelhantes como perceber como estressor a relação com professores, conciliar estudo e lazer, realizar trabalhos extraclasse, e, relação com a instituição e se diferenciaram nas variáveis sexo, idade, tipo de universidade, semestre atual e estressores muitas disciplinas para cursar, realizar provas e trabalhos, relações com colegas. Assim, os grupos se diferenciam quanto às variáveis sociodemográficas, acadêmicas e estressores acadêmicos e as semelhanças ocorrem com os estressores acadêmicos. Neste sentido, os resultados obtidos sugerem a necessidade de intervenções diferenciadas para ambos grupos.

<sup>1</sup> Doutora em Psicologia Social pela Universidade de Santiago de Compostela, Espanha.



## KEYWORDS

academic stress, burnout syndrome, university students

**ABSTRACT.** Burnout Syndrome has been considered a social problem of increasing importance among researchers and the practical community due to its negative impact on the well-being and performance of students. Working during the university course can be a risk factor for developing the syndrome, due to the overload of activities and roles. Thus, the objective of the study was to identify similarities and differences in the prediction of sociodemographic and academic variables and academic stressors for the Burnout Syndrome in a non-probabilistic sample of 417 working students and 596 non-working students. As instruments, the Burnout Syndrome Assessment Scale in University Students, a sociodemographic and academic questionnaire, and a questionnaire of academic stressors were used. The groups presented similar predictors such as perceiving the relationship with professors as a stressor, reconciling study and leisure, carrying out extracurricular work, and relationships with the institution, and differed in the variables gender, age, type of university, current semester, and stressors such as many subjects to attend, taking tests and assignments, and relationships with colleagues. Thus, the groups differ in terms of sociodemographic and academic variables and academic stressors, and similarities occur with academic stressors. In this sense, the results obtained suggest the need for differentiated interventions for both groups.

## PALABRAS CLAVE

estrés académico, síndrome de burnout, estudiantes universitarios

**RESUMEN.** El síndrome de Burnout ha sido considerado un problema social de creciente importancia entre los investigadores y la comunidad práctica debido al impacto negativo en el bienestar y rendimiento de los estudiantes. Trabajar durante el curso universitario puede ser un factor de riesgo para desarrollar el síndrome, debido a la sobrecarga de actividades y roles. Así, el objetivo del estudio fue identificar similitudes y diferencias en la predicción de variables sociodemográficas, académicas y estresores académicos para el Síndrome de Burnout en una muestra no probabilística de 417 estudiantes trabajadores y 596 estudiantes no trabajadores. Se utilizaron como instrumentos la Escala de Evaluación del Síndrome de Burnout en Estudiantes Universitarios, un cuestionario sociodemográfico y académico y un cuestionario de estresores académicos. Los grupos presentaron predictores similares como percibir la relación con los profesores como estresor, conciliar estudio y ocio, realizar trabajo extracurricular y relación con la institución y diferir en las variables género, edad, tipo de universidad, semestre actual y estresores de muchas asignaturas a cursar, realización de exámenes y tareas, relaciones con los compañeros. Así, los grupos difieren en cuanto a variables sociodemográficas, académicas y estresores académicos, y se dan similitudes con los estresores académicos. En este sentido, los resultados obtenidos sugieren la necesidad de intervenciones diferenciadas para ambos grupos.

## 1. INTRODUÇÃO

Estudantes universitários constituem uma população altamente vulnerável ao desenvolvimento de problemas de saúde mental, sendo a Síndrome de Burnout um deles (Martínez-Rubio et al., 2023). A Síndrome de Burnout tem sido considerada um problema social de crescente importância entre pesquisadores e comunidade prática nos mais diferentes países. A síndrome impacta negativamente no bem-estar dos estudantes (Kordzanganeh et al., 2021), na satisfação com a vida (Bozkur & Güler, 2023), no desempenho acadêmico (Önder et al., 2023) e pode levar ao abandono dos estudos (Emerson et al., 2023). Pesquisas com estudantes universitários são relevantes para educadores, estudantes, futuros empregadores e clientes (Balogun et al., 1995). Assim, sua ocorrência em estudantes universitários é um aspecto importante da eficácia de uma instituição e, como tal, pode ter implicações políticas distintas para instituições de ensino superior (Li & Huang, 2014).

Dessa forma, detectar precocemente os fatores associados à Síndrome de Burnout pode constituir um indicador de possíveis dificuldades, tanto em nível de êxito educacional como profissional, possibilitando intervenções preventivas (Chen et al., 2021; Robins et al., 2018). Sua análise pode prevenir comportamentos como baixo desempenho acadêmico, evasão (Montoya-Restrepo et al., 2021) e impactos negativos no sistema educacional (Fariborz et al., 2019).

A Síndrome de Burnout é uma resposta aos estressores crônicos ocorridos na situação de trabalho e se constitui de três dimensões: Exaustão emocional, Despersonalização e baixa Realização profissional (Maslach et al., 2001). De acordo com os autores, a Exaustão emocional é caracterizada pela diminuição da energia e entusiasmo pelo trabalho que gera o sentimento de já não têm condições de despender mais energia para o atendimento de seu cliente ou demais pessoas como anteriormente. A Despersonalização faz com que o profissional desenvolva comportamentos insensíveis e de indiferença e passe a tratar os clientes, colegas e a organização de forma impessoal. A baixa Realização profissional caracteriza-se por uma tendência do trabalhador em se autoavaliar de forma negativa e a sentirem-se insatisfeitos com seu desenvolvimento profissional.

Na medida em que cresceu o interesse pela Síndrome de Burnout também aumentou seu campo de estudo que incluiu novas categorias profissionais e estudantes (Rosales-Ricardo et al., 2021). A ampliação do conceito de Burnout em estudantes ocorreu pelo entendimento de se tratar de uma atividade pré-profissional (Schaufeli et al., 2002) e pelo pressuposto de que estudantes, como qualquer outro profissional, enfrentam pressões e sobrecarga no meio acadêmico (Rosales-Ricardo et al., 2021). Neste sentido, estudantes fazem parte de uma organização na qual desempenham um determinado papel, executam tarefas que exigem esforço, têm metas a cumprir e seu desempenho é permanentemente avaliado e recompensado por seus professores que exercem uma função semelhante ao de uma chefia em um contexto de trabalho (Caballero et al., 2015).

O modelo teórico de Burnout em estudantes também se constitui de três dimensões (Schaufeli et al., 2002). Inicialmente ocorre o sentimento de exaustão devido às demandas do estudo, que, em um segundo momento, levam a uma atitude de descrença e distanciamento em relação ao ensino. Por fim, emerge o sentimento de ineficácia profissional, ou seja, de que o ensino não lhe proporciona aprendizagem útil para sua formação profissional. Caracteriza-se como uma resposta ao estresse crônico que surge no processo de ensino-aprendizagem e que afeta o sentimento de competência do estudante e suas relações interpessoais (Caballero, 2012). A síndrome é acompanhada por uma sensação de esgotamento emocional e físico, diminuição da motivação para estudar, atitude negativa em relação a professores e colegas de aulas e baixo desempenho acadêmico (Koropets et al., 2019).

Diversos estressores estão presentes no contexto universitário como a sobrecarga de disciplinas e de trabalhos acadêmicos, dificuldades financeiras e econômicas, situações familiares, atuação dos professores, dificuldades na apreensão dos conteúdos das disciplinas (Abacar et al., 2021). Também tem sido identificados o excesso de conteúdo/provas e escassez de tempo para o estudo, carga horária acadêmica elevada, incerteza quanto ao futuro, discordância dos alunos quanto ao nível de exigência das avaliações, sentimento de ineficácia na relação entre as aulas teóricas e práticas, falta de tempo para o lazer e descanso, competitividade entre os próprios colegas, acúmulo de tarefas e cobranças, e, insatisfação quanto a escolha do curso (Vieira et al., 2021).

Revisão da literatura, realizada por Moura et al. (2019), identificou como fatores associados à Síndrome de Burnout em estudantes universitários as variáveis sexo masculino, falta de tempo de lazer, inscrição em um maior número de disciplinas, insatisfação com o curso e estar em semestres avançados. Estudo realizado por Salgado e Oliveira (2021) revelou como variáveis explicativas da Síndrome de Burnout, não participar de atividades extracurriculares, maior expectativa em relação ao curso, dificuldades na relação com colegas, incerteza quanto ao futuro profissional, falta de condições materiais da universidade e dedicar-se exclusivamente aos estudos.



Uma importante dimensão que pode estar relacionada com a ocorrência da Síndrome de Burnout em estudantes universitários é a distinção entre estudantes trabalhadores e não trabalhadores, no entanto, pouca atenção, ainda, é dada à síndrome em estudantes que conciliam estudos e trabalho, uma vez que esses desempenham vários papéis e atividades exigentes (Schramer et al., 2020). Segundo os autores, a ocorrência da síndrome nessa população não surpreende, pois, geralmente, estudantes buscam emprego para ajudar ou custear integralmente os estudos o que aumenta o risco de sofrimento psíquico.

A dupla responsabilidade, trabalho e estudos, é uma fonte estressante adicional que ameaça a saúde mental, desempenho acadêmico (Galbraith & Merrill, 2012) e qualidade de vida do estudante universitário (Pinto et al., 2020). Equilibrar as demandas acadêmicas com as de trabalho pode levar a maiores desafios pessoais e, portanto, a um aumento da frustração, estresse e Síndrome de Burnout (Yang, 2004). Estudantes trabalhadores e estudantes de tempo integral convivem no mesmo espaço acadêmico, no entanto, a síndrome em universitários tem fundamentalmente causas acadêmicas e não as laborais, portanto, suas dimensões e conteúdos são adaptados a esta particularidade (Rosales-Ricardo et al., 2021).

Alguns estudos têm identificado maiores níveis de Síndrome de Burnout em estudantes trabalhadores (Koropets et al., 2019; Lima et al., 2020; Lingard, 2007), outros maiores em estudantes que se dedicam exclusivamente ao estudo (Drăghici & Cazan, 2022; Salgado & Oliveira, 2021) e, ainda outros, que não identificaram diferenças entre os dois grupos (Aguayo et al., 2019; Fiorilli et al., 2022).

A divergência entre esses resultados tem sido explicada de acordo com duas perspectivas diferentes. A primeira entende que trabalhar e estudar pode explicar a maior Síndrome de Burnout em estudantes trabalhadores devido aos seus múltiplos e simultâneos papéis e responsabilidades. A segunda explica menores níveis da síndrome nesses estudantes a partir da experiência positiva que o trabalho pode proporcionar para os estudos, na medida em que essa vivência pode desenvolver habilidades e estratégias para gerenciar riscos e recursos (Fiorilli et al., 2022).

Neste sentido o presente estudo buscou, por meio de um estudo de método quantitativo e delineamento observacional analítico transversal, identificar semelhanças e diferenças na predição das variáveis sociodemográficas, acadêmicas e estressores acadêmicos para a Síndrome de Burnout em estudantes universitários trabalhadores e não trabalhadores.

## 2. MÉTODO

O estudo contou com a participação de uma amostra não probabilística de 1.013 estudantes universitários de graduação que estavam há mais de um ano na universidade, 417 estudantes trabalhadores (41,2%) e 596 não trabalhadores (58,8%). O grupo de estudantes trabalhadores declaram-se do sexo feminino (n = 307; 73,6%), com parceiro(a) (n = 221; 53,0%), sem filhos (n = 373; 89,4%) e idade média de 25 anos (DP = 6; Min = 18, Max = 56). Também a maioria dos estudantes estava entre o 6º e 10º semestre do curso (n = 270; 64,8%) e estudavam em universidade pública (n = 210; 50,4%).

Os estudantes estavam matriculados em cursos pertencentes às oito áreas da árvore de conhecimento do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) (<http://lattes.cnpq.br/web/dgp/arvore-do-conhecimento>): Ciências Humanas (n = 108; 25,9%), Ciências Sociais e Aplicadas (n = 109; 26,1%), Ciências da Saúde (n = 40; 9,6%), Engenharias (n = 54; 12,9%), Linguística, Letras e Artes (n = 40; 9,6%), Ciências Exatas e da Terra (n = 28; 6,7%), Ciências Agrárias (n = 16; 3,8%) e Ciências Biológicas (n = 22; 5,3%). Quanto

ao custeio do curso, a maior parcela dos participantes utilizava recursos próprios (n = 154, 36,9%), seguido por bolsa de estudo do governo brasileiro Programa Universidade para Todos (PROUNI) (n = 113; 27,1%), recursos familiares (n = 111; 26,6%) e financiamento bancário (n = 39; 9,4%).

Quanto ao grupo de estudantes não trabalhadores, a maioria relatou pertencer ao sexo feminino (n = 411; 69,0%), sem parceiro(a) (n = 343; 57,6%), sem filhos (n = 566; 95%) com média de idade de 23,44 (DP = 4,83; Min = 17, Max = 53). A maior parte do grupo cursava entre o 60 e 100 semestre (n = 354; 59,3%) e cursavam universidade pública (n = 411, 69,0%). Considerando às oito áreas da árvore de conhecimento do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) (<http://lattes.cnpq.br/web/dgp/arvore-do-conhecimento>), o grupo distribuiu-se em Ciências Humanas (n = 121; 20,3%), Ciências da Saúde (n = 121; 20,3%), Ciências Sociais e Aplicadas (n = 95; 16,0%), Engenharias (n = 77; 12,9%), Linguística, Letras e Artes (n = 52; 8,7%), Ciências Exatas e da Terra (n = 49; 8,2%), Ciências Agrárias (n = 51; 8,6%) e Ciências Biológicas (n = 30; 5,0%). O custeio do curso era realizado por familiares (n = 325; 54,5%), seguido por bolsa de estudo PROUNI (n=161; 27,0%), recursos próprios (n = 73; 12,2%) e financiamento bancário (n = 37; 6,2%).

Os dados foram coletados por meio dos seguintes instrumentos autoaplicáveis: 1. Questionário de dados sociodemográficos: sexo, idade, situação conjugal, filhos (sim/não); acadêmicos como curso, semestre atual, tipo de instituição (pública/privada), trabalha atualmente (sim/não); 2. Escala de Avaliação da Síndrome de Burnout em Estudantes Universitários (ESB-eu) construída por Carlotto e Câmara (2020). O instrumento constitui-se de 14 itens distribuídos em três dimensões: 1. Desgaste emocional e físico (DEF) (06 itens; alfa = 0,83, ex. item: após minhas aulas, sinto-me com pouca energia para realizar outras atividades); 2. Distanciamento (DIST) (04 itens; alfa = 0,84; ex. de item: meu interesse pelo curso tem diminuído); 3. Ineficácia da formação (INEF) (04 itens; alfa = 0,80; ex. de item: os conteúdos do meu curso não têm me proporcionado aprendizado). Os itens são avaliados por meio de uma escala de frequência de 5 pontos variando de 0 (nunca) a 4 (todo os dias); 3. Questionário de estressores em estudantes baseada em estudo de Carlotto et al. (2005). O questionário é composto de 10 itens: 1. Muitas disciplinas para cursar; 2. Realizar provas e trabalhos de aula; 3. Realizar trabalhos extraclasse; 4. Realizar trabalhos em grupo; 5. Relação com professores; 6. Relação com colegas; 7. Relação com a instituição; 8. Conciliar estudo e família; 9. Conciliar estudo e lazer; 10. Custos econômicos relacionados ao curso.

Para a coleta de dados, utilizou-se um formulário eletrônico divulgado em redes sociais e e-mails de contato das pesquisadoras e dos membros do grupo de pesquisa das pesquisadoras. Nesse, era informado tratar-se de uma pesquisa voluntária sem nenhuma obrigatoriedade e que era anônima e confidencial. O tempo de resposta foi, em média, de 20 minutos.

Os procedimentos seguiram os preceitos éticos conforme resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde do Brasil (CNS). Todos os participantes apresentaram sua concordância em participar do estudo após a leitura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) disponível na primeira página do instrumento on-line. O estudo tem aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade [nome ocultado para preservar a avaliação às cegas] sob o número CAAE: [número ocultado para preservar a avaliação às cegas].

O banco de dados foi analisado em pacote estatístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). Inicialmente foram executadas análises descritivas para calcular as frequências, percentuais, médias e desvios-padrão para a caracterização da amostra.

Posteriormente, para a identificação dos preditores, foi realizada uma análise de regressão linear múltipla, método Stepwise, após a avaliação de seus pressupostos, de acordo com Field (2009). Foi verificada a ausência de multicolinearidade, pois todos os valores das correlações ficaram abaixo de 0,474, os valores de Variance Inflation Factor (VIF) situaram-se abaixo de 4 e os valores de tolerância foram inferiores a 1. A análise do coeficiente de Durbin-Watson identificou valores próximos a 2, indicando a independência da distribuição e a não correlação dos resíduos. A distância de Cook apresentou valores inferiores a 1, indicando não existir preditores atípicos e um adequado ajuste dos modelos.

A análise assumiu como variável dependente a Síndrome de Burnout e como variáveis independentes as sociodemográficas (sexo, idade, situação conjugal, filhos), acadêmicas (semestre atual, ter outro curso superior, tipo de universidade), e estressores acadêmicos. A seleção das variáveis preditoras adotou o nível de significância de  $p < 0,05$ . Na análise de regressão, a magnitude do efeito foi obtida pelos coeficientes de regressão padronizados e calculados nos modelos finais, de acordo com parâmetros de Marôco (2007).

### 3. RESULTADOS

Resultados obtidos na comparação das médias entre os grupos, por meio da prova t de student, revelaram maiores índices da Síndrome de Burnout em estudantes não trabalhadores. A média em estudantes trabalhadores foi de 1,85 (DP = 0,69) e para os não trabalhadores foi de 2,00 (DP = 0,68) com um nível de significância de  $p = 0,005$ .

Quanto à predição, a Tabela 1 apresenta os resultados da análise de regressão linear, que considerou a Síndrome de Burnout como variável dependente e, como variáveis preditoras, as variáveis sociodemográficas, acadêmicas e estressores acadêmicos.

**Tabela 1**

*Análise de regressão linear múltipla para a Síndrome de Burnout*

	Preditores	Beta	EP	B	t	p
Trabalha	Relação com professores	0,21	0,04	0,27	5,87	<0,000
	Conciliar estudo e lazer	0,14	0,03	0,20	4,98	<0,000
	Muitas disciplinas para cursar	0,14	0,04	0,16	3,87	<0,000
	Realizar trabalhos extraclasse	0,14	0,03	0,17	4,24	<0,000
	Tipo de instituição <sup>(a)</sup>	-0,20	0,05	-0,19	-3,69	<0,000
	Idade	-0,01	0,00	-0,11	-2,88	0,004
	Relação com a instituição	0,08	0,03	0,11	2,61	0,009
R <sup>2</sup> ajustado=0,41; F=42,114; VIF=1,296; DW=2,040; dCook=0,002						
Não trabalha	Relação com professores	0,20	0,03	0,26	6,74	<0,000
	Conciliar estudo e lazer	0,12	0,02	0,17	4,65	<0,000

Tipo de instituição	0,05	0,03	0,07	2,10	0,036
Realizar provas e trabalhos	-0,28	0,05	-0,19	-5,58	<0,000
Relação com a instituição	0,07	0,02	0,11	2,82	0,005
Semestre atual	0,12	0,03	0,14	4,01	<0,000
Relações com colegas	-0,03	0,01	-0,07	-2,25	0,025
Realizar trabalhos extraclasse	0,05	0,02	0,08	2,16	0,031
Sexo <sup>(b)</sup>	-0,10	0,05	-0,07	-2,09	0,037

R<sup>2</sup> ajustado=0,38; F=40,643; VIF=1,047; DW=2,062; dCook=0,002

*Nota.* Sexo: 0 = F, 1 = M; Tipo de instituição: 0 = privada; 1 = pública

#### 4. DISCUSSÃO

Resultados obtidos na comparação das médias entre os grupos revelaram maiores índices da Síndrome de Burnout em estudantes não trabalhadores. Esse resultado vai ao encontro do identificado por Galbraith e Merrill (2012) e Salgado e Oliveira (2021). Esta questão ocorre, pois para universitários empregados, trabalhar como estudante, embora estressante, pode ser diferente de trabalhar em um emprego, devido ao componente de aprendizagem mais amplo. Os alunos podem sentir-se exaustos e distantes, mas também podem avaliar que estão compreendendo melhor o material estudado, sentindo-se dessa forma mais realizados e engajados (Galbraith & Merrill, 2012).

Esse resultado, também, pode ser explicado pelo fato de estudantes que se dedicam exclusivamente ao estudo absorvam os estressores de forma mais intensa e persistente e estudantes trabalhadores ao terem que lidar com estressores no trabalho tenham adquirido maior experiência e desenvolvido estratégias para lidar com o estresse e isso seja útil para lidar também com os estressores acadêmicos. Bartolj e Polanec (2021) complementam ao referir que estudantes universitários são mais propensos a encontrar empregos relacionados à sua área de estudo e, assim, adquirem maior habilidade que o credenciam a ter uma maior possibilidade de emprego ao sair da faculdade. Estudo realizado por Tumin et al. (2020) identificou que os estudantes relatavam que apesar dos desafios, trabalhar e estudar gerava maior motivação para se desenvolverem e adquirirem habilidades necessárias para um melhor emprego. Estudantes trabalhadores apresentam melhor gerenciamento do tempo, aspecto fundamental no processo de conciliação estudos e mundo do trabalho (Carvalho & Cardoso, 2022).

Quanto à predição, os resultados indicam preditores semelhantes para ambos grupos como perceber como estressor a relação com professores, conciliar estudo e lazer, realizar trabalhos extraclasse, e, relação com a instituição. Esse, confirma o papel do estressores para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout (Carlotto & Câmara, 2006; Moura et al., 2019). Com relação ao estressor 'relação com professores', a literatura tem destacado o relacionamento interpessoal como um importante preditor da síndrome (Kim et al., 2018; Wink et al., 2021). Especificamente no caso da interação com professores, Oliveira et al. (2014) referem que os estudantes apontam o descaso aparente, a inacessibilidade e a postura superior de alguns docentes como fatores que podem causar dificuldades. As dificuldades no relacionamento, marcadas principalmente por excesso de formalidade, autoritarismo, distanciamento, rispidez, falta de interação e menor atenção às questões

individuais do discente podem comprometer as expectativas positivas dos educandos e fazer com que eles se sintam expostos e ou desmotivados para a aprendizagem e até para a continuidade dos seus estudos (Ribeiro, 2020).

O estressor ‘conciliar trabalho e lazer’ pode ser explicado juntamente com o estressor ‘realizar trabalhos extraclasse’. Estudos têm apontado a dificuldade dos estudantes para vivenciar atividades de lazer por falta de tempo (Buzacarini & Corrêa, 2015; Silva Filho et al., 2020), confirmando sua relação com a Síndrome de Burnout (Carlotto & Câmara, 2008; Lima, 2021). Assim, as contínuas demandas da formação universitária extrapolam o tempo dispendido na universidade e demandam grande quantidade de tempo para estudo, atualização e atividades. O contexto de formação pode se tornar tão absorvente que as atividades de lazer passam a ser consideradas secundárias ou supérfluas.

A ‘relação com à instituição’, segundo Kafrouni et al. (2020), pode ser explicada pela trajetória escolar anterior à entrada na universidade, a qual tem pouca relação com o ensino universitário, geralmente acompanhado de uma imagem idealizada e pouco precisa do ensino superior. O contexto universitário, diferentemente do escolar, possui características bastante distintas. Essas contemplam a infraestrutura em termos de segurança, iluminação, espaços de aula e convivência, qualidade de professores, interação ensino-pesquisa-extensão e pós-graduação, programas de apoio ao aluno, educacional e psicossocial, possibilidades de estágios e atividades extraclasse dentre outras (David & Chaym, 2019). Salgado e Oliveira (2021) encontraram associação entre a avaliação negativa entre as condições materiais e de serviços oferecidas pela universidade e a ocorrência da Síndrome de Burnout.

Os grupos se diferenciam quanto às variáveis sociodemográficas (sexo, idade), acadêmicas (tipo de universidade, semestre atual) e estressores (muitas disciplinas para cursar, realizar provas e trabalhos, relações com colegas). Em estudantes trabalhadores, quanto maior a percepção de que cursar muitas disciplinas, estudar em instituição privada e a diminuição da idade, maior é o índice de Síndrome de Burnout. O maior número de disciplinas vai ao encontro da literatura (Abacar et al., 2021; Moura et al., 2019) assim como o resultado com relação à idade (Lima, 2021). Cursar mais disciplina envolve aumentar o tempo dedicado ao curso, maior volume de leituras e atividades (Carlotto et al., 2006) o que gera um sentimento de sobrecarga (Abacar et al., 2021; Batista & Castro, 2022), sendo essa uma importante variável preditora da síndrome. Essas questões, somadas às demandas laborais pode ocasionar estresse e a Síndrome de Burnout.

No que diz respeito à idade, pode-se pensar que os estudantes mais jovens possuem menor experiência laboral e ainda não dominam as estratégias de enfrentamento aos estressores advindos tanto do contexto de trabalho como do ensino. Estudar em universidade privada, pode aumentar o estresse devido ao fato de serem caras e aumentar suas mensalidades, geralmente, acima dos aumentos recebidos pelo trabalhador. As instituições privadas, cujos interesses estão atrelados à lucratividade da prestação de serviços, concebem o discente como cliente que compra uma mercadoria, por meio da qual acredita que conseguirá ascender socialmente (Dantas & Silva, 2017).

No grupo de estudantes não trabalhadores verifica-se que quanto maior a percepção do estressores ‘realizar provas e trabalhos’ e ‘relações com colegas’, ‘semestre atual mais avançado’ e ‘estudar em instituição pública’ maiores são os índices da Síndrome de Burnout. O resultado quanto à realização de provas e trabalhos pode ser explicado, de acordo com Batista e Castro (2022), pelo volume de conteúdos vistos e cobrados em cada disciplina/semestre em pouco tempo, sendo este um importante estressor para os acadêmicos. Estudo realizado



por Cushman e West (2006) identificou que estudantes universitários consideram como excessiva a quantidade de trabalhos acadêmicos que, juntamente com as avaliações são considerados um dos principais fatores que contribuem para a sobrecarga e a Síndrome de Burnout.

Quanto à estressora 'relação com os colegas', Kienen e Botomé (2003) apontam que uma das dificuldades encontradas pelos estudantes universitários é o contexto individualista e competitivo que atribui a responsabilidade individual pelo sucesso futuro na área de estudo escolhida. A competitividade e conflitos com colegas vão ao encontro do resultado obtido por Salgado e Oliveira (2021) que identificou ser este um dos fatores explicativos da Síndrome de Burnout e de estudo de Kim et al. (2018) que referem serem os colegas uma importante fonte de apoio social. Assim, pode-se hipotetizar que estudantes que não trabalham possuam uma maior convivência e contém mais com este tipo de apoio e quando não sentem que recebem suporte percebem esta relação como estressante.

Quanto ao preditor 'semestre mais avançado', o resultado confirma os obtidos na literatura (Ceribeli et al., 2022; Fogaça et al., 2012; Moura et al., 2019), sendo esse resultado explicado pela maior quantidade de tarefas como a realização de estágios que, geralmente, acontecem nos semestres finais do curso, expectativas pelas últimas avaliações e aprovações nas disciplinas, participação em reuniões para os preparativos da formatura. Lúcio et al. (2019) complementam referindo que próximo ao final do curso há mais cobranças em relação a trabalhos e prazos, como também expectativas quanto à entrada no mercado de trabalho. Neste período, aparecem sentimentos de ansiedade frente ao mercado de trabalho que podem gerar no estudante questionamentos sobre a sua preparação para o ingresso no mundo do trabalho (Fogaça et al., 2012).

Quanto à magnitude do efeito, os resultados revelam um efeito considerado elevado ( $R^2 = 0,41$  e  $R^2 = 0,38$ ), de acordo com os parâmetros recomendados por Marôco (2007) que indica um nível elevado para valores entre 0,25 e 0,50. Nesse sentido, indica que as relações identificadas, possivelmente, também estarão presentes na população-alvo de estudantes universitários.

## 5. CONCLUSÃO

Os resultados permitem concluir que estudantes que se dedicam exclusivamente aos estudos possuem maior índice da Síndrome de Burnout quando comparados aos estudantes trabalhadores. As variáveis semelhantes que explicam a síndrome são os estressores acadêmicos e as que diferenciam os grupos são as variáveis sociodemográficas, acadêmicas e estressores acadêmicos.

Como forças do estudo, destaca-se a relevância do tema proposto no que tange ao impacto que pode causar na saúde mental e qualidade de vida do estudante e da qualidade e sustentabilidade das instituições de ensino superior. Destaca-se também a utilização de um modelo teórico da Síndrome de Burnout consistente e utilizado em diferentes pesquisas, nacionais e internacionais. Outra força é a magnitude do efeito elevada, que indica que os resultados provavelmente também são encontrados na população-alvo.

O estudo apresenta duas limitações que devem ser consideradas na análise de seus resultados. A primeira é utilização de medidas de autorrelato que podem gerar algum tipo de viés e a segunda refere-se ao tipo de amostra, de conveniência, que inviabiliza a generalização de seus resultados.

Pelo exposto, sugere-se novos estudos com um maior detalhamento da experiência de ensino e de trabalho, incluindo variáveis como o tempo dedicado ao estudo e ao trabalho, desempenho acadêmico, motivo para a

escolha do curso, motivo para trabalhar e tipo de trabalho a fim de aumentar o poder explicativo da Síndrome de Burnout. Pesquisas longitudinais e qualitativas sobre como se estabelece os estressores acadêmicos e no trabalho são igualmente importantes.

Como implicações para a prática, indica-se a sensibilização das instituições de ensino superior e professores para o importante papel dos estressores acadêmicos e os do trabalho para a saúde mental, desempenho acadêmico e evasão dos estudantes. Às instituições de trabalho, orienta-se para uma maior flexibilidade na organização do trabalho do trabalhador estudante, futuro profissional como forma de prevenção da saúde e manutenção da sua formação. Ressalta-se a importância do desenvolvimento de estratégias de enfrentamento frente aos estressores acadêmicos. Embora existam ações de apoio ao estudante, é importante a criação e/ou maior divulgação de serviços de apoio psicossocial como forma de prevenção e reabilitação da Síndrome de Burnout.

#### **Conflicto de intereses / Competing interests:**

Los autores declaran que el presente proyecto no representa ningún conflicto de interés real, potencial o evidente, de carácter personal, con la revista, la entidad editora y las entidades financiadoras. Todos los autores han leído y aceptado la versión publicada del manuscrito.

#### **Rol de los autores / Authors Roles:**

Mary Sandra Carlotto: Conceptualización, curación de datos, análisis formal, investigación, metodología, recursos, software, supervisión, validación, visualización, administración del proyecto, escritura-preparación del borrador original, escritura -revisar & edición.

Sheila Gonçalves-Câmara: Conceptualización, análisis formal, investigación, metodología, administración del proyecto, escritura -preparación del borrador original, escritura-revisar & edición.

#### **Aspectos éticos/legales:**

Los autores declaran no haber incurrido en aspectos antiéticos, ni haber omitido aspectos legales en la realización de la investigación.

#### **Fuentes de financiamiento / Funding:**

Las fuentes de financiación que dieron lugar a la investigación son de carácter personal y motivación profesional.

## **REFERÊNCIAS**

- Abacar, M., Aliante, G. E., & Antonio, J. F. (2021). Stress e estratégias de coping em estudantes universitários. *Aletheia*, 54(2), 133-144. <http://dx.doi.org/DOI10.29327/226091.54.2-13>
- Aguayo, R., Cañadas, G. R., Assbaa-Kaddouri, L., Cañadas-De La Fuente, G. A., Ramírez-Baena, L., & Ortega-Campos, E. (2019). A risk profile of sociodemographic factors in the onset of academic burnout syndrome in a sample of university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(5), 1-10. <https://doi.org/10.3390%2Fijerph16050707>
- Balogun, J. et al. (1995). Test-retest reability of a psychometric instrument designed to measure physical therapy student's Burnout. *Perceptual and Motor Skill*, 81(2), 667-672. <https://psycnet.apa.org/doi/10.2466/pms.1995.81.2.667>
- Bartolj, T., & Polanec, S. (2021). An empirical analysis of the effects of student work and academic performance on the probability of employment. *Economic and Business Review*, 23(1), 26-39. <http://dx.doi.org/10.15458/2335-4216.1003>

- Batista, F. V. C., & Castro, E. H. B. de (2022). Sobrecarga e desmotivação na vida acadêmica: Sentidos atribuídos à pressão do tempo por discentes do 7o ao 12o período de psicologia em instituição pública. *Revista Educação e Humanidades*, *III*(1), 270-301. <https://periodicos.ufam.edu.br/index.php/reh/article/view/10326/7622>
- Bozkur, B., & Güler, M. (2023). Achievement need and burnout in university students: serial mediation by resilience and life satisfaction. *Studia Psychologica*, *65*(1), 86-101. <http://dx.doi.org/10.31577/sp.2023.01.868>
- Buzacarini, C., & Correia, E. A. (2015). Lazer dos estudantes universitários. Conexões: *Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP*, *13*(2), 15-28. <http://dx.doi.org/10.20396/conex.v13i2.8640653>
- Caballero, C. C. (2012). *El burnout académico: Prevalencia y factores asociados en estudiantes universitarios del área de la salud de la ciudad de Barranquilla*. [Doctoral dissertation. Universidad del Norte, Colombia]. <https://manglar.uninorte.edu.co/bitstream/handle/10584/7411/sindrome.pdf?sequence=1>
- Caballero, C. C., Bresó, E., & Gutiérrez, O. G. (2015). Burnout en estudiantes universitarios. *Psicología desde el Caribe*, *32*(3), 424-441. <http://dx.doi.org/10.14482/psdc.32.3.6217>
- Carlotto, M. S., Câmara, S. G., & Borges, Á. M. B. (2005). Predictores del síndrome de Burnout en estudiantes de un curso técnico de enfermería. *Diversitas*, *12*(1), 95-204. <http://dx.doi.org/10.15332/s1794-9998.2005.0002.07>
- Carlotto, M. S., Nakamura, A. P., & Câmara, S. G. (2006). Síndrome de Burnout em estudantes universitários da área da saúde. *Psico/PUCRS*, *37*(1), 57-62. <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/1412>
- Carlotto, M., & Câmara, S. G. (2008). Preditores da síndrome de burnout em estudantes universitários. *Pensamiento Psicológico*, *4*(10), 101-109. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80111670006>
- Carlotto, M., & Câmara, S. G. (2020). Escala de Avaliação da Síndrome de Burnout em estudantes universitários: construção e evidências de validade. *Research, Society and Development*, *9*(7), 171974013. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i7.4013>
- Carvalho, T. K. P. de., & Cardoso, W. G. (2022). Estudantes-trabalhadores: percursos, ingresso e estratégias de permanência no ensino superior. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, *08*, 5-28. <http://dx.doi.org/10.32749>
- Ceribeli, H. B., Camêlo, B. De C., & Maciel, G. N. (2022). Burnout no ensino superior: Um estudo no contexto brasileiro. *Revista Gestão e Planejamento*, *23*, 250-267. <https://dx.doi.org/10.53706/gep.v.23.7389>
- Chen, M., Li, R., & Feng, Y. (2021). The effect of attachment style on academic burnout: the mediating role of self-esteem and self-efficacy. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, *561*, 267-274. <http://dx.doi.org/10.2991/assehr.k.210617.077>
- Cushman, S., & West, R. (2006). Precursors to college student burnout: Developing a typology of understanding. *Qualitative Research Reports in Communication*, *7*(1), 23-31. <https://doi.org/10.1080/17459430600964638>

- David, L. M. L., & Chaym, C. D. (2019). Evasão universitária: Um modelo para diagnóstico e gerenciamento de Instituições de Ensino Superior. *Revista de Administração IMED*, 9(1), 167-186. <https://doi.org/10.18256/2237-7956.2019.v9i1.3198>
- Dantas, B. S. do A.; Silva, L. V. da. (2017). O cotidiano do trabalhador-estudante: Dimensões ideológicas dos discursos e práticas. *Pretextos*, 2(3), 273-294. <http://periodicos.pucminas.br/index.php/pretextos/article/view/14260>
- Drăghici, G. L., & Cazan, A. M. (2022). Burnout and maladjustment among employed students. *Frontiers in Psychology*, 13, 825588. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.825588>
- Emerson, D. J., Hair, J. F. & Smith, K. J. (2023). Psychological distress, burnout, and business student turnover: The role of resilience as a coping mechanism. *Research in Higher Education*, 64, 228-259. <https://doi.org/10.1007/s11162-022-09704-9>
- Fariborz, N., Hadi, J., & Ali, T. N. (2019). Students' academic stress, stress response and academic burnout: Mediating role of self-efficacy. *Pertanika Journal of Social Sciences & Humanities*, 27(4), 2441-2454. <http://www.pertanika.upm.edu.my/>
- Fiorilli, C., Barni, D., Russo, C., Marchetti, V., Angelini, G., & Romano, L. (2022). Students' burnout at university: The role of gender and worker status. *International Journal of Environmental Research Public Health*, 19, 11341. <https://doi.org/10.3390/ijerph191811341>
- Galbraith, C. S., & Merrill, G. B. (2012). Academic and work-related burnout: A longitudinal study of working undergraduate university business students. *Journal of College Student Development*, 53(3), 453-463. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1353/csd.2012.0044>
- Kafrouni, R. S., Domingues, R. de C., Antunes, A. P. L. (2020). Dificuldades acadêmicas na universidade: análise das queixas relatadas por estudantes. In P. M. F. de Faria, D. Camargo, & A. C. L. Venâncio, (Orgs.), *Vigotski no Ensino Superior. Concepção e práticas de inclusão*. Editora Fi.
- Fogaça, M. De C., Hamasaki, E. I. De M., Barbieri, C. A. P., Borsetti, J., Martins, R. Z., Silva, I. G., & Ribeiro, L. P. (2012). Burnout em estudantes de psicologia: diferenças entre alunos iniciantes e concluintes. *Aletheia*, 38-39, 124-131. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/aletheia/n38-39/n38-39a10.pdf>
- Kienen, N., & Botomé, S. P. (2003). As relações entre controle sobre o trabalho e condições de saúde de alunos universitários. *Interação em Psicologia*, 7(2), 11-22. <http://dx.doi.org/10.5380/psi.v7i2.3219>
- Kim, B., Jee, S., Lee, J., An, S., & Lee, S. M. (2018). Relationships between social support and student burnout: A meta-analytic approach. *Stress Health*, 34(1), 127-134. <https://doi.org/10.1002/smi.2771>
- Kordzanganeh, Z., Bakhtiarpour S., Hafezi F., & Dashtbozorgi, Z. (2021). The relationship between time management and academic burnout with the mediating role of test anxiety and self-efficacy beliefs among university students. *Journal of Medical Education*, 20(1), e112142. <http://dx.doi.org/10.5812/jme.112142>
- Koropets, O., Fedorova, A., & Kacane, I. (2019, July). *Emotional and academic burnout of students combining education and work*. Proceedings of EDULEARN19, Palma, Mallorca, Spain. <http://lib.uib.kz/edulearn19/files/papers/2038.pdf>

- Lin, S., & Huang, Y. (2014). Life stress and academic burnout. *Active Learning in Higher Education*, 15(1), 77-90. <https://doi.org/10.1177/1469787413514651>
- Lima, J. S. S. de, Oliveira, A. M. B. de, & Sousa, J. C. de. (2020). Saúde psíquica e prevalência da Síndrome de Burnout em discentes. *Revista Contemporânea de Educação*, 15(32). <http://dx.doi.org/10.20500/rce.v15i32.28838>
- Lima, V. de A. (2021). *Síndrome de Burnout: Características sociodemográficas, estilo de vida e psicossociais em trabalhadores-estudantes*. [Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Goiás] <https://cutt.ly/fwpzqG3S.pdf>
- Lingard, H. (2007). Conflict between paid work and study: Does it impact upon students' burnout and satisfaction with university life?. *Journal for Education in the Built Environment*, 2(1), 90-109. <https://doi.org/10.1120/jebe.2007.02010090>
- Lúcio, S. S. R., Medeiros, L. G. da S, Barros, D. R., Ferreira, O. D. L., & Rivera, G. A. (2019). Níveis de ansiedade e estresse em estudantes universitários. *Temas em Saúde, Edição especial*, 260-274. <https://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2019/03/fippi15.pdf>
- Martínez-Rubio D., Colomer-Carbonell, A., Sanabria-Mazo, J. P., Pérez-Aranda, A., Navarrete, J., Martínez-Brotóns, C...Feliu-Soler, A. (2023). How mindfulness, self-compassion, and experiential avoidance are related to perceived stress in a sample of university students. *Plos One*, 18(2), e0280791. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280791>
- Marôco, J. (2007). *Análise estatística com utilização do SPSS* (3ª ed.). Edições Sílabo.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 397-422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Montoya-Restrepo, L. A., Uribe-Arévalo, A. E., Uribe-Arévalo, A. J., Montoya-Restrepo, I. A., & Rojas-Berrio, S. P. (2021). Burnout académico: impacto de la suspensión de actividades académicas en el sistema de educación pública en Colombia. *Panorama*, 15(29), 158-175. <https://doi.org/10.15765/pnrm.v15i29.2319>
- Moura, G., Brito, M., Pinho, L., Reis, V., Souza, L., & Magalhães, T. (2019). Prevalência e fatores associados à síndrome de burnout entre universitários: revisão de literatura. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 20(2), 300-318. <https://doi.org/10.1590/2317-6369000030318>
- Oliveira, C. T. de, Wiles, J. M., Fiorin, P. C., & Dias, A. C. G. (2014). Percepções de estudantes universitários sobre a relação professor-aluno. *Psicologia Escolar e Educacional*, 18(2), 239-246. <https://doi.org/10.1590/2175-3539/2014/0182739>
- Önder, I., Önder, A. N., & Yildirim, E. G. (2023). Burnout and engagement in university students: relationships with morningness-eveningness preferences, average sleep length and social jetlag. *Biological Rhythm Research*, 54(1), 70-85. <https://doi.org/10.1080/09291016.2022.2088662>
- Pinto, F. C. V., Silveira, L. G. da, Chaves, M. A. T., & Stocker, F. (2020). Jornada profissional e acadêmica: o conflito e o impacto na qualidade de vida no trabalho. *Revista ADMPG*, 10, e2014761, 1-13. <https://doi.org/10.5212/Admpg.v.10.14761.005>

- Ribeiro, M. L. (2020). A relação professor-estudante na educação superior. *Educação em Análise*, 5(1), 185-200. <https://doi.org/10.5433/1984-7939.2020v5n1p185>
- Robins, T. G., Roberts, R. M., & Sarris, A. (2018). The role of student burnout in predicting future burnout: exploring the transition from university to the workplace. *Higher Education Research & Development*, 37(1), 115-130. <https://doi.org/10.1080/07294360.2017.1344827>
- Rosales-Ricardo, Y., Rizzo-Chunga, F., Mocha-Bonilla, J., & Ferreira, J. P. (2021). Prevalence of burnout syndrome in university students: A systematic review. *Salud Mental*, 44(2), 91-102. <http://dx.doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2021.013>
- Salgado, S., & Oliveira, M. A. Y. (2021). Student Burnout: A case study about a Portuguese public university. *Education Science*, 11(31). <https://doi.org/10.3390/educsci11010031>
- Schaufeli, W. B., Martínez, 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. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- Schrumer, K. M., Rauti, C. M., Kartolo, A. B., & Kwantes, C. T. (2020). Examining burnout in employed university students. *Journal of Public Mental Health*, 19(1), 17-25. <https://doi.org/10.1108/JPMH-05-2019-0058>
- Silva Filho, B. F da, Santos, R. N., Souza, A. J. de, Constâncio, J. F., & Munaro, H. L. R. (2020). Fatores associados ao estresse em universitários. *Research, Society and Development*, 9(9), e480997129. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i9.7129>
- Tumin, A. F., Mansir, F., Purnomo, H., & Aisyah, N. (2020). Working students in higher education: Challenges and solutions. *Al-hayat: Journal of Islamic Education*, 4(1), 79-89. <http://dx.doi.org/10.35723/ajie.v4i1.108>
- Vieira, N. F., Santiago, I., & Pereira, S. (2021). O alto índice de sofrimento emocional em estudantes universitários: uma revisão integrativa de literatura. *Research, Society and Development*, 10(15), e126101522766. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i15.22766>
- Wink, M. N., LaRusso, M. D., & Smith, R. L. (2021). Teacher empathy and students with problem behaviors: Examining teachers' perceptions, responses, relationships, and burnout. *Psychology in the Schools*, 58(8), 1575-1596. <https://doi.org/10.1002/pits.22516>
- Yang, H. J. (2004). Factors affecting student burnout and academic achievement in multiple enrollment programs in Taiwan's technical-vocational colleges. *International Journal of Educational Development*, 24, 283-301. <https://doi.org/10.1016/j.ijedudev.2003.12.001>

