



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO
INSTITUTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS ADMINISTRATIVAS**



UFOP

Universidade Federal
Ouro Preto

CAROLINA ANTUNES HONORATO

**SÍNDROME DE *BURNOUT* EM ALUNOS DE GRADUAÇÃO
DAS UNIVERSIDADES FEDERAIS DE ENSINO SUPERIOR**

MARIANA

2025

CAROLINA ANTUNES HONORATO

**SÍNDROME DE *BURNOUT* EM ALUNOS DE GRADUAÇÃO
DAS UNIVERSIDADES FEDERAIS DE ENSINO SUPERIOR**

Monografia apresentada ao Curso de
Administração da Universidade Federal de
Ouro Preto como requisito para obtenção do
título Bacharel em Administração.
Orientadora: Prof.^a Dra. Carolina Saraiva

MARIANA

2025

SISBIN - SISTEMA DE BIBLIOTECAS E INFORMAÇÃO

H774s Honorato, Carolina Antunes.
Síndrome de Burnout em alunos de graduação das universidades federais de ensino superior. [manuscrito] / Carolina Antunes Honorato. Carolina Machado Saraiva. - 2025.
57 f.: il.: color., gráf.. + Apêndices.

Orientadora: Profa. Dra. Carolina Machado Saraiva.
Monografia (Bacharelado). Universidade Federal de Ouro Preto.
Instituto de Ciências Sociais Aplicadas. Graduação em Administração .

1. Ensino superior - Pesquisa. 2. Estudantes universitários. 3. Institutos federais de educação, ciência e tecnologia. 4. Saúde mental. 5. Síndrome de Burnout. I. Saraiva, Carolina Machado. II. Saraiva, Carolina Machado. III. Universidade Federal de Ouro Preto. IV. Título.

CDU 316.6

Bibliotecário(a) Responsável: Essevalter De Sousa - Bibliotecário Coordenador
CBICSA/SISBIN/UFOP-CRB6a1407



FOLHA DE APROVAÇÃO

Carolina Antunes Honorato

A Síndrome de Burnout dos Alunos de Graduação das Instituições Federais de Ensino Superior

Monografia apresentada ao Curso de Administração da Universidade Federal de Ouro Preto como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Administração.

Aprovada em 28 de março de 2025.

Membros da banca

Doutora – Carolina Machado Saraiva - Orientador(a) – Universidade Federal de Ouro Preto

Doutora - Fernanda Maria Felício Macedo Boava – Universidade Federal de Ouro Preto

Doutora - Simone Evangelista Fonseca – Universidade Federal de Ouro Preto

Carolina Machado Saraiva, orientador do trabalho, aprovou a versão final e autorizou seu depósito na Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UFOP em 02/04/2025.



Documento assinado eletronicamente por **Carolina Machado Saraiva, PROFESSOR DE MAGISTERIO SUPERIOR**, em 31/03/2025, às 18:34, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.ufop.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **0886475** e o código CRC **80D9DCD8**.

AGRADECIMENTOS

A conclusão deste trabalho de conclusão de curso (TCC) representa um marco significativo em minha jornada acadêmica e pessoal. Este projeto, foi um desafio complexo, mas extremamente gratificante. Gostaria de expressar minha profunda gratidão a todos que, de alguma forma, contribuíram para a realização deste trabalho.

Em primeiro lugar, elevo meus agradecimentos a Deus, fonte de toda sabedoria e força, que me guiou e me sustentou em todos os momentos, iluminando meu caminho e me concedendo a perseverança necessária para alcançar este objetivo.

À minha orientadora, Professora Carolina Machado Saraiva, meu sincero agradecimento pela sua dedicação, paciência e orientação impecável. Suas valiosas sugestões, críticas construtivas e constante disponibilidade foram fundamentais para a superação dos obstáculos e para aprimorar a qualidade deste trabalho. Seu conhecimento e experiência foram cruciais para o desenvolvimento de minhas habilidades de pesquisa e para aprofundar minha compreensão sobre o tema.

Aos demais professores, meu sincero agradecimento pelas aulas ministradas, pelos conhecimentos compartilhados e pelo apoio constante ao longo de toda a minha trajetória acadêmica.

Aos meus colegas de classe, agradeço pelo companheirismo, pelas trocas de ideias e pelo apoio mútuo durante toda a jornada acadêmica.

À minha família, meu eterno agradecimento pelo amor incondicional, pelo apoio constante e pela crença em meu potencial. Meus pais, José Carlos Honorato e Gilma Antunes Honorato, foram a base que me sustentou em todos os momentos, me incentivando a persistir e a buscar meus objetivos. Agradeço pela paciência, pela compreensão e pelo suporte emocional que me permitiram conciliar as demandas acadêmicas com a vida pessoal.

Aos meus irmãos, Camila Antunes Honorato e José Carlos Honorato Júnior, cunhado, Ângelo da Silva Carneiro, e aos meus sobrinhos, Bárbara Carneiro e Arthur Carneiro, agradeço pelo apoio, pelo carinho e pela presença constante em minha vida.

Agradeço a todos que, direta ou indiretamente, contribuíram para a realização deste trabalho. Agradeço a todos que me incentivaram, me apoiaram e me inspiraram ao longo desta jornada. A conclusão deste TCC representa a realização de um sonho e o início de uma nova etapa em minha vida.

RESUMO

Este estudo investigou a incidência da Síndrome de *Burnout* em alunos de graduação de instituições federais de ensino superior, com foco nas dimensões de exaustão emocional, despersonalização e baixo sentimento de realização. Utilizou-se um questionário MBI para avaliar os níveis de *Burnout* entre os estudantes. Os resultados revelaram que a incidência do *Burnout* tende a aumentar conforme os alunos avançam nos períodos acadêmicos, atingindo um pico nos 4º e 8º períodos. A leve redução nos níveis de *Burnout* nos períodos finais pode estar associada à adaptação dos alunos ou à evasão daqueles que não suportam a pressão acadêmica. Além disso, foi observada uma correlação entre dificuldades financeiras e maior exaustão emocional, indicando que a insegurança financeira pode agravar os efeitos negativos do ambiente acadêmico sobre a saúde mental. Estudantes que moram em repúblicas ou sozinhos apresentaram níveis mais elevados de *Burnout*, sugerindo que a falta de suporte social e o isolamento aumentam os sintomas da síndrome. Por outro lado, aqueles que residem com familiares apresentaram menor incidência de *Burnout*, destacando a importância do apoio emocional. As áreas de formação também influenciam os níveis de *Burnout*, sendo mais elevados em cursos de Ciências Sociais Aplicadas, Exatas e Humanas. Conclui-se que políticas institucionais voltadas à saúde mental dos alunos são essenciais para minimizar os efeitos da Síndrome de *Burnout*.

Palavras chave: Síndrome de *Burnout*. Instituições Federais acadêmicas. Saúde mental.

ABSTRACT

This study investigated the incidence of *Burnout* Syndrome in undergraduate students from federal higher education institutions, focusing on the dimensions of emotional exhaustion, depersonalization, and low sense of accomplishment. An MSI questionnaire was used to assess *Burnout* levels among students. The results revealed that the incidence of *Burnout* tends to increase students' progress through the academic terms, reaching a peak in the 4th and 8th terms. The slight reduction in *Burnout* levels in the final terms may be associated with student adaptation or dropout by those who cannot handle academic pressure. In addition, a correlation was observed between financial difficulties and greater emotional exhaustion, indicating that financial insecurity may aggravate the negative effects of the academic environment on mental health. Students living in shared apartments or alone presented higher levels of *Burnout*, suggesting that lack of social support and isolation increase the symptoms of the syndrome. On the other hand, those living with family members presented a lower incidence of *Burnout*, highlighting the importance of emotional support. The areas of study also influence the levels of *Burnout*, being higher in Applied Social Sciences, Exact Sciences and Humanities courses. It is concluded that institutional policies focused on students' mental health are essential to minimize the effects of *Burnout* Syndrome.

Keywords: *Burnout* Syndrome. Federal academic institutions. Mental Health.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Adaptação da curva de Yerkes-Dodson mostrando os efeitos gerados por diferentes níveis de estresse.-----	12
Figura 2: Gráfico de Burnout em alunos do 1º ao 5º Período-----	17
Figura 3:Gráfico de Burnout em alunos do 1º ao 5º Período -----	19
Figura 4: Gráfico de Burnout em alunos do 6º ao 12º Período -----	20
Figura 5: Gráfico de Burnout em alunos do 6º ao 12º Período -----	21
Figura 6: Gráfico de Burnout em alunos que declararam dificuldade financeira -----	22
Figura 7: Burnout em alunos que às vezes possuem dificuldade financeira -----	23
Figura 8: Gráfico de Burnout que declararam não possuírem dificuldade financeira -----	23
Figura 9: Gráfico de Burnout em alunos que moram com amigos-----	24
Figura 10: Gráfico de Burnout em alunos que moram com família -----	24
Figura 11: Gráfico de Burnout em alunos que moram em república -----	25
Figura 12: Gráfico de Burnout em alunos que moram sozinhos. -----	25
Figura 13: Gráfico Exaustão emocional x Área de formação -----	26
Figura 14: Gráfico relacionadas à Exaustão emocional -----	27
Figura 15: Gráfico Descrença x Área de formação -----	29
Figura 16: Gráfico relacionadas a Descrença -----	30
Figura 17: Gráfico Eficiência acadêmica x Área de formação -----	31
Figura 18: Gráfico de Eficácia acadêmica -----	32
Figura 19: Gráfico de Burnout de Eficácia acadêmico -----	33
Figura 20: Gráfico Porcentagem de Burnout nos entrevistados x classificação-----	48

LISTA DE QUADROS

Quadro 1: Classificação do nível de Burnout com base em uma média de valores-----	15
Quadro 2: Teste t - 1º ao 5º período x 6º ao 12º período -----	35
Quadro 3: Teste t - sim x não -----	36
Quadro 4: Teste t - não x às vezes-----	37
Quadro 5: Teste t - sim x às vezes-----	38
Quadro 6: Teste t - Amigos x Família -----	39
Quadro 7: Teste t - Amigos x Sozinho-----	40
Quadro 8: Teste t - Família x Sozinho -----	41
Quadro 9: Teste t - Família x República-----	42
Quadro 10: Teste t - Amigos x República -----	43
Quadro 11: Teste t - República x Sozinho-----	44
Quadro 12: Teste t - Exaustão Emocional x Descrença -----	45
Quadro 13: Teste t - Exaustão Emocional x Eficácia Acadêmica-----	45
Quadro 14: Teste t - Descrença x Eficácia Acadêmica -----	46
Quadro 15: Análise relacionada ao nível de Burnout -----	47
Quadro 16: Média de Burnout nos entrevistados de acordo com classificação-----	48

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO -----	9
2. REVISÃO DA LITERATURA-----	11
3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS-----	15
4. RESULTADOS E DISCUSSÕES -----	17
4.1. Análise de <i>Burnout</i> por amostragem de alunos em diferentes períodos-----	17
4.2. Análise de <i>Burnout</i> : passam por dificuldades financeiras - sim x às vezes x não.-----	22
4.3. Análise de <i>Burnout</i> : moram com amigos x família x república x sozinho-----	24
4.4. Análise de exaustão emocional -----	26
4.5. Análise da exaustão emocional no <i>Burnout</i> estudantil (MBI-SS)-----	28
4.6. Análise de descrença -----	28
4.7. Análise de eficácia acadêmica -----	31
4.8. Análise de <i>Burnout</i> -----	33
4.9. Análise estatística – validação de dados do questionário -----	34
4.9.1. Análise de dados: alunos em diferentes períodos -----	35
4.9.2. Análise de dados: passam por dificuldades financeiras – sim x às vezes x não-----	36
4.9.3. Análise de dados: moram com amigos x família x república x sozinho-----	39
4.9.4. Análise de dados: exaustão emocional x descrença x análise acadêmica -----	45
4.9.5. Resumo -----	47
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS -----	49
REFERÊNCIAS -----	51
APÊNDICE I – CHAMADO PARA RESPOSTA AO QUESTIONÁRIO-----	56
APÊNDICE II – QUESTIONÁRIO SOBRE A SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i> .-----	57

1. INTRODUÇÃO

A Síndrome de *Burnout*, inicialmente descrita por Freudenberger na década de 1970, tem sido objeto de estudo e debate por diversas áreas do conhecimento, como a psicologia, a medicina e as ciências sociais. Maslach e Leiter (2016) citam que *Burnout* é considerada uma condição psicológica que se desenvolve como resultado de uma exposição prolongada a fatores de estresse crônicos no ambiente de trabalho. Essa síndrome se manifesta em três dimensões principais: exaustão intensa, sentimentos de desmotivação e distanciamento em relação às atividades profissionais, além de uma percepção de ineficácia e falta de realização pessoal. A relevância desse modelo tridimensional está em sua capacidade de situar a experiência do estresse individual dentro de um contexto social, abrangendo tanto a visão que a pessoa tem de si mesma quanto a forma como percebe os outros.

Diferentes teóricos têm proposto modelos explicativos para o *Burnout*, destacando a importância de fatores individuais, organizacionais e sociais. Cazolari *et al.*, (2020); Benevides-Pereira e Gonçalves (2009), por exemplo, apresentam uma visão abrangente dos sintomas físicos, emocionais e comportamentais associados ao *Burnout*, evidenciando a complexidade desse fenômeno e a necessidade de abordagens multidisciplinares para o seu enfrentamento.

No Brasil, a Portaria nº 1.339/1999 e o Decreto nº 6.042/2007 reconheceram a Síndrome de *Burnout* como uma doença relacionada ao trabalho, o que reforça a importância de se abordar essa temática no contexto da saúde ocupacional. A inclusão da Síndrome de *Burnout* na Classificação Internacional de Doenças (CID-11), como um fenômeno ocupacional, representa um marco importante no reconhecimento da gravidade dessa condição.

O *Maslach Burnout Inventory* (MBI), desenvolvido por Maslach e Jackson (1981), tornou-se o instrumento de referência para a avaliação da Síndrome de *Burnout*. A ampla utilização do MBI em pesquisas epidemiológicas tem sido fundamental para a compreensão da prevalência e das características do *Burnout* em diversas populações e contextos, contribuindo significativamente para a disseminação do conceito e a implementação de medidas de prevenção e intervenção, conforme aponta Junior *et al.*, (2022).

A Síndrome de *Burnout*, caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional, tem se mostrado um problema crescente em diversos setores da sociedade, especialmente no ambiente de trabalho. A prevalência desse fenômeno, exacerbada por demandas cada vez mais exigentes e condições laborais insatisfatórias, tem gerado impactos significativos na saúde física e mental dos trabalhadores, além de acarretar

prejuízos para as organizações. Estudos como os de Maslach e Jackson (1981); Schaufeli, Bakker e Maslach (2009) e Cazolari *et al.*, (2020) corroboram essa afirmação, evidenciando a necessidade de uma maior atenção para essa questão.

O ambiente acadêmico, caracterizado por altas demandas e expectativas, tem se mostrado um terreno fértil para o desenvolvimento da Síndrome de *Burnout*. Estudos recentes, como os de Costa *et al.*, (2021), que investigaram a relação entre *Burnout* e a satisfação no trabalho em professores universitários, e de Santos *et al.*, (2022), que analisaram o impacto do *Burnout* na saúde mental de estudantes de graduação, evidenciam a complexidade desse fenômeno e sua associação com outras variáveis, como a qualidade de vida e o bem-estar psicológico. Adicionalmente, pesquisas como as de Maslach e Jackson (1981) e Schaufeli, Bakker e Maslach (2009) têm contribuído para a compreensão dos mecanismos que subjazem ao *Burnout*, destacando a importância de fatores organizacionais e individuais nesse processo.

Sendo assim a problemática da pesquisa é: "Qual a prevalência e os fatores associados"?

Este estudo busca investigar a ocorrência de *Burnout* entre os estudantes das universidades federais independente do curso inserido para identificar os fatores de risco associados a essa condição, tendo como objetivo geral: analisar a prevalência da Síndrome de *Burnout* e os fatores associados em estudantes de universidades federais, buscando identificar elementos que contribuem para o desenvolvimento da síndrome nesse contexto. Diante desse cenário, este estudo tem como objetivos específicos avaliar a prevalência da Síndrome de *Burnout* em estudantes de universidades federais, utilizando o Maslach *Burnout* Inventory for Students (MBI-SS). Para esse objetivo, serão encontradas relações entre variações sociodemográficas e acadêmicas e a presença de *Burnout*, além da comparação entre diferentes áreas do conhecimento. Também será investigada a influência do período do curso, das dificuldades financeiras e do modo de morar na manifestação dos sintomas da síndrome. Por fim, este estudo busca descrever os níveis de Exaustão Emocional, Descrição e Eficácia Acadêmica entre os estudantes participantes.

2. REVISÃO DA LITERATURA

Os estudos sobre *Burnout* iniciaram-se na década de 1970, com o psicólogo alemão Herbert J. Freudenberger sendo um dos primeiros a descrever esse fenômeno. Freudenberger (1974) definiu o *Burnout* como um estado de exaustão física e emocional resultante de condições de trabalho desgastantes, especialmente em profissionais da saúde. Na década seguinte, Maslach e Jackson (1981) aprofundaram a compreensão do *Burnout*, propondo uma definição mais abrangente, conforme aponta Matias (2021).

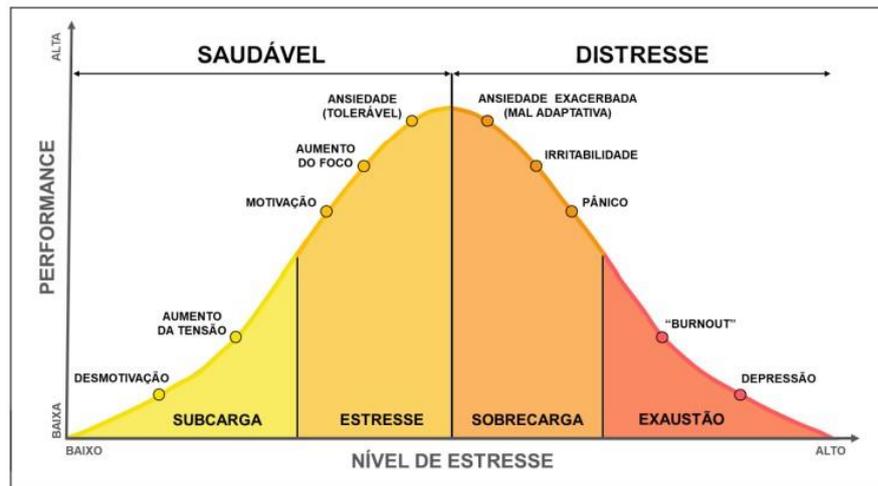
Segundo Maslach e Leiter (1986) definem o *Burnout* como uma resposta prolongada à excessiva exposição em situações de estresse no ambiente de trabalho, caracterizada por três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal.

Manifesta-se basicamente por sintomas de fadiga persistente, falta de energia, adoção de condutas de distanciamento afetivo, insensibilidade, indiferença ou irritabilidade relacionadas ao trabalho de uma forma ampla, além de sentimentos de ineficiência e baixa realização pessoal (Vieira, 2010, p. 270).

A relação entre ansiedade e desempenho acadêmico tem sido amplamente investigada, especialmente nas áreas da saúde e educação física. No entanto, os fundamentos teóricos dessa relação encontram suas raízes nos estudos pioneiros da psicologia. Psicólogos como Robert M. Yerkes e John Dillingham Dodson foram os primeiros a explorar a curva de Yerkes-Dodson, demonstrando que a relação entre o nível de excitação (seja ela positiva ou negativa) e o desempenho não é linear, mas sim curvilínea, conforme descrito por Sínico *et al.*, (2012).

A Lei de Yerkes-Dodson propõe que o desempenho em tarefas segue uma relação em U invertido com a excitação: há um nível ótimo que maximiza a performance. Excitação moderada melhora a concentração, enquanto níveis excessivos causam ansiedade e prejuízos cognitivos. A Figura 1 ilustra graficamente essa relação, demonstrando como o desempenho se eleva com o aumento da excitação até atingir um ponto máximo, após o qual começa a declinar. É importante ressaltar que o nível de excitação ótimo pode variar em função de diversos fatores, como a complexidade da tarefa, a experiência do indivíduo e suas características individuais, conforme aponta Borba (2023).

Figura 1: Adaptação da curva de Yerkes-Dodson mostrando os efeitos gerados por diferentes níveis de estresse.



Fonte: em Borba (2023) (baseado em Anderson, 1976).

O estresse crônico está associado ao baixo desempenho acadêmico, afetando a cognição, memória e tomada de decisões dos estudantes. Apesar da forte evidência dessa relação, ainda há necessidade de mais pesquisas sobre intervenções eficazes para reduzir o estresse e promover o bem-estar universitário (Donato *et al.*, 2020).

Costa *et al.*, (2023) apontam que a carga horária intensa, a pressão por resultados e a competitividade acadêmica contribuem para o estresse crônico em universitários, podendo levar à Síndrome de *Burnout*. Assim, é urgente implementar programas de saúde mental para promover equilíbrio entre vida acadêmica e pessoal.

A Síndrome de *Burnout* resulta do estresse crônico no trabalho e se desenvolve gradualmente. As teorias variam quanto às causas, mas concordam no estresse como gatilho. A visão clínica foca no indivíduo, enquanto a psicossocial destaca a interação com o ambiente. As abordagens organizacional e histórica analisam fatores como sobrecarga, falta de autonomia e mudanças sociais (Rodrigues *et al.*, 2022).

Os estudos sobre *Burnout* e suas ramificações têm sido amplamente explorados para maior definição do tema, mas não fugindo das definições iniciais descritas por Maslach e Leiter (1986), que continuam como referência no assunto. A Síndrome de *Burnout*, um problema de saúde crescente no mundo do trabalho, foi reconhecida pelo Ministério da Saúde em 1999 (Portaria nº 1.339) e incluída na Lista B da Previdência Social em 2007 (Decreto nº 6.042), o Ministério do Trabalho e Previdência reconhece o *Burnout* como doença ocupacional desde

2019 (Ministério do Trabalho e Previdência, 2019), e o Tribunal Superior do Trabalho (TST) o considera acidente de trabalho desde 2022 (TST, 2022).

Essas convergências entre as esferas internacionais, nacionais e trabalhistas reforçam a importância de se dar atenção à saúde mental. Ao identificar a importância de monitorar e criar programas para tratar a saúde mental dos trabalhadores, o governo federal criou a LEI Nº 14.831, DE 27 DE MARÇO DE 2024, em que as empresas devem promover ações para atenderem aos critérios da lei de promoção da saúde mental e do bem-estar de seus trabalhadores, com o intuito de receber o Certificado de Empresa Promotora da Saúde Mental.

Inicialmente, os estudos sobre *Burnout* se concentraram no ambiente de trabalho, com Maslach e Leiter (1986) sendo pioneiros na definição e investigação desse fenômeno. No entanto, como aponta a citação, "A citação destaca a evolução do conceito de *Burnout*, que inicialmente era associado exclusivamente ao ambiente de trabalho. No entanto, pesquisas posteriores evidenciaram que a síndrome pode se manifestar em diversas outras áreas da vida, como nas relações familiares, de casal e no contexto acadêmico, expandindo assim o alcance e a compreensão desse fenômeno (Souza *et al.*, 2010).

Silva et al.,(2024) descrevem a síndrome como um conjunto de sintomas cognitivos, emocionais, comportamentais e físicos, incluindo fadiga, ansiedade e isolamento. O absenteísmo é um sinal precoce da necessidade de intervenção.

A vida acadêmica, embora não seja formalmente reconhecida como um trabalho, apresenta diversas características que se aproximam do mundo profissional. A necessidade de cumprir prazos, a pressão por bons resultados e a participação em atividades como estágios e projetos de pesquisa expõem os estudantes a um ambiente competitivo e exigente. Essa experiência contribui para o desenvolvimento de habilidades como gestão do tempo, trabalho em equipe e resolução de problemas, que são altamente valorizadas no mercado de trabalho conforme apontado Viana (2014).

A trajetória acadêmica envolve grandes desafios, como a pressão por excelência, adaptação ao novo ambiente e gestão de responsabilidades, o que pode gerar estresse excessivo. Esses fatores tornam os universitários vulneráveis a problemas de saúde mental, como depressão, ansiedade e *Burnout*, prejudicando seu bem-estar e desempenho, especialmente ao tentar equilibrar vida acadêmica, pessoal e profissional, conforme aponta Gonçalves (2024).

Os sintomas de *Burnout* são comuns em estudantes do ensino médio e graduação, por exemplo, independentemente do contexto de estudo ou disciplina (Fiorilliet *al.*, 2022). Pesquisas abordam a presença da Síndrome em estudantes matriculados em diversos cursos, como veterinária (Emikpeet *al.*, 2022), odontologia, medicina e enfermagem (Pinto *et al.*, 2018). É possível, também, encontrar estudos relacionando *Burnout* com estudantes do ensino médio (Farina *et al.*, 2020) e pós-graduandos (Hassnain; Ali, 2023). Assim, a Síndrome de *Burnout* afeta diversas dimensões do trabalho escolar,

bem como a saúde posterior dos estudantes como adultos, sendo crucial que os sintomas sejam identificados precocemente e os professores tenham conhecimento sobre o assunto (Schaufeliet *al*, 2002; Fiorilliet *al*, 2017).” (Matos *et al*, 2024).

De acordo com a pesquisa de Da Mota *et al*, (2017), o *Burnout* é um fator de risco significativo para a desistência dos estudantes universitários. A pesquisa revelou que os sintomas de *Burnout*, como a exaustão emocional e a despersonalização, estão associados a sentimentos de fracasso, ansiedade e depressão. Essa lacuna no percurso acadêmico, se não tratada adequadamente, pode ter consequências duradouras para a vida profissional dos estudantes. A necessidade de mais pesquisas nessa área é fundamental para o desenvolvimento de intervenções eficazes, segundo informado por Gonçalves *et al*,(2024).

Gonçalves *et al*,(2024) destacam que a prevalência da síndrome de *Burnout* em estudantes ainda é pouco explorada, apesar de sua crescente ocorrência. A escassez de dados globais dificulta a compreensão do problema, tornando essencial a realização de pesquisas que considerem fatores como carga horária e demandas pessoais para desenvolver estratégias de prevenção e intervenção.

Conforme afirma Fiorilliet *al*,(2022), as pesquisas sobre *Burnout* em estudantes universitários têm sido predominantemente direcionadas aos cursos da área da saúde, especialmente medicina. Essa concentração em uma única área limita a compreensão do fenômeno em outras áreas acadêmicas. É fundamental que futuras pesquisas continuem a investigar o *Burnout* em estudantes de diferentes cursos, a fim de obter um panorama mais completo do problema.

3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Adotou-se um delineamento quantitativo, similar ao estudo de Silva *et al.*, (2020), para investigar a prevalência da Síndrome de *Burnout* em estudantes universitários de instituições federais. A coleta de dados ocorreu de forma online, (Ver no Apêndice), por meio de um questionário MSI voltado para alunos universitários, auto preenchível, disponibilizado entre janeiro e fevereiro de 2025, com uma amostragem de 112 estudantes. Foi realizado o envio aos colegiados, via e-mail para disseminação do formulário aos alunos da instituição Universidade Federal de Ouro Preto – UFOP, também foi realizada a divulgação através de alunos, docentes e colegas a outras instituições federais tais como UFV (Universidade Federal de Viçosa), UFMG (Universidade Federal de Minas Gerais) e UFSJ (Universidade Federal de São João Del Rei).

A opção pela coleta de dados de forma anônima, sem identificação da instituição de origem ou do participante, visa garantir a amplitude dos resultados e a obtenção de dados mais precisos sobre a possível prevalência da Síndrome de *Burnout* em estudantes universitários de instituições federais em cursos de diferentes áreas do conhecimento. Os alunos participantes desta pesquisa responderam esse questionário via Google Forms, não havendo a identificação pessoal de nenhum deles.

Como instrumento da coleta de dados e tendo como finalidade avaliar os sintomas da SB, foi utilizado o “Maslach *Burnout* Inventory – Student Survey (MBI-SS)” (MAROCO; TECEDEIRO, 2009). O inventário é constituído por 15 itens subdivididos em três dimensões: exaustão emocional, descrença e eficácia profissional. Cada item deve ser avaliado em uma pontuação que vai de 1 a 6, sendo 1 nunca, 2 poucas vezes ao ano, 3 uma vez ao mês, 4 poucas vezes ao mês, 5 uma vez por semana, 6 diariamente, sendo todas as perguntas diretas e objetivas.

Quadro 1: Classificação do nível de *Burnout* com base em uma média de valores

NÍVEL DE <i>BURNOUT</i>	
MÉDIA	CLASSIFICAÇÃO DE <i>BURNOUT</i>
≤ 2	Baixo
$> 2 \text{ e } < 3$	Moderado - baixo
3	Moderado
$> 3 \text{ e } < 5$	Moderado - alto
≥ 5	Alto

Fonte: Elaborado pelas autoras.

O Quadro apresenta uma classificação dos níveis de *Burnout* com base em uma média de valores. O nível de *Burnout* é considerado baixo quando a média é menor ou igual a 2. Se a média estiver entre maior que 2 e menor que 3, a classificação é moderado-baixo. Quando a média for exatamente 3, o nível é moderado. Para médias entre maior que 3 e menor que 5, a classificação é moderado-alto. Por fim, quando a média for maior ou igual a 5, o nível de *Burnout* é considerado alto. Essa categorização permite uma avaliação gradual do problema, auxiliando na identificação da gravidade do *Burnout*.

Este estudo, ao investigar a Síndrome de *Burnout* (SB) em estudantes de universidades federais, buscou apontar a prevalência e os fatores associados à síndrome em diferentes áreas do conhecimento. A classificação dos participantes nas cinco áreas do conhecimento foi realizada com base no curso de graduação informado no questionário complementar. Os cursos foram agrupados de acordo com a tabela de áreas do conhecimento do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), sendo elas as cinco grandes áreas, a saber: Ciências da Saúde, Ciências Exatas, Ciências Humanas, Ciências Sociais e Ciências Sociais Aplicadas. Essa divisão permitiu uma análise comparativa do *Burnout* entre estudantes de diferentes formações acadêmicas e um maior aproveitamento das avaliações realizadas.

A análise dos dados permitiu identificar os estudantes que apresentam sintomas compatíveis com a Síndrome de *Burnout* e os fatores associados a essa condição. Com base nesses resultados, será possível desenvolver programas de intervenção e prevenção, alinhados com as recomendações de Maslach e Jackson (1981), que propõem estratégias para reduzir o estresse e promover o bem-estar. Ao oferecer um ambiente acadêmico mais saudável e acolhedor, a instituição demonstra seu compromisso com a saúde mental dos seus alunos e contribui para a melhoria da qualidade de vida na universidade.

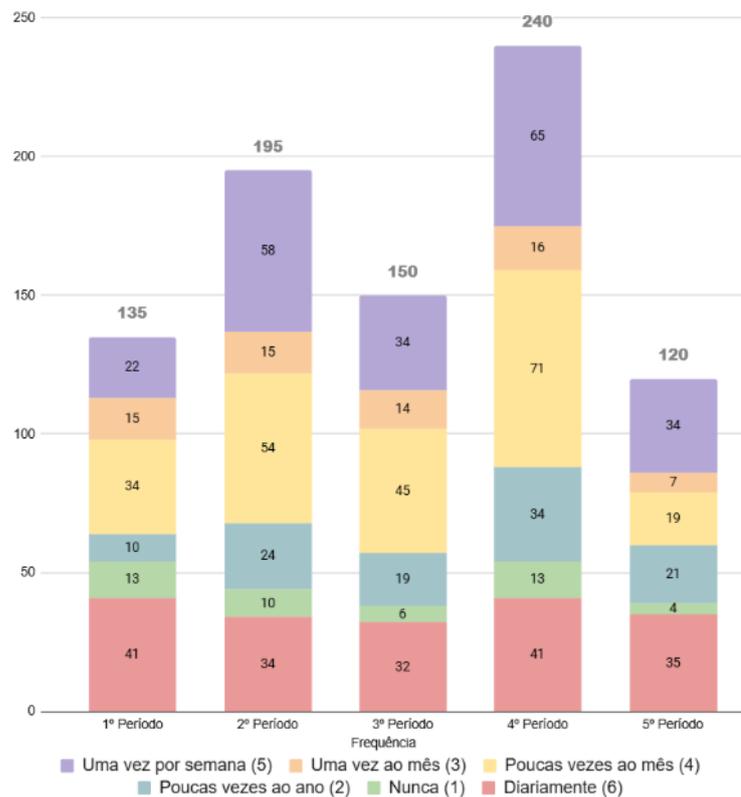
4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

O capítulo expõe os resultados obtidos na investigação sobre a ocorrência da síndrome de *Burnout* entre estudantes de universidades federais, bem como a discussão crítica desses achados à luz da literatura existente. Conforme delineado no estudo, o objetivo central consistiu em analisar a prevalência do *Burnout* e os fatores associados nesse público, identificando elementos que possam contribuir para o desenvolvimento da síndrome. A partir dos dados coletados, apresentaram-se as tendências observadas, as correlações entre variáveis e as implicações desses resultados para a compreensão do fenômeno no contexto acadêmico. Adicionalmente, discutiu-se como esses achados se relacionam com estudos anteriores, destacando semelhanças, divergências e possíveis contribuições para o campo.

4.1. Análise de *Burnout* por amostragem de alunos em diferentes períodos

Universitários representam um grupo particularmente suscetível ao surgimento de transtornos de saúde mental, entre eles a Síndrome de *Burnout* (Martínez-Rubio *et al.*, 2023). A síndrome afeta de negativamente o bem-estar dos estudantes, reduz a satisfação com a vida, prejudica o desempenho acadêmico e pode resultar em evasão. (Emerson *et al.*, 2023).

Figura 2: Gráfico de *Burnout* em alunos do 1º ao 5º Período



O gráfico apresenta a frequência de respostas relacionadas ao *Burnout* entre alunos do 1º ao 5º período.

A incidência de *Burnout* tende a aumentar à medida que os alunos avançam nos períodos, com o 4º período apresentando o maior número de respostas associadas ao *Burnout*, seguido pelo 2º período. No 5º período, observa-se uma leve redução no número total de respostas em comparação ao 4º, indicando uma possível variação na percepção ou nos fatores que contribuem para o desgaste ao longo do curso.

A estruturação das respostas mostra que, nas respostas de alta frequência, a expressão "Uma vez por semana" (cor roxa) aparece com uma frequência significativa nos 2º e 4º períodos, indicando que os estudantes tendem a sentir sintomas de *Burnout* de forma mais regular nessas fases. Já a opção "Diariamente" (cor vermelha) também apresenta um aumento nos 4º e 5º períodos, o que revela que alguns alunos experienciam a síndrome de maneira diária, especialmente nos períodos mais avançados.

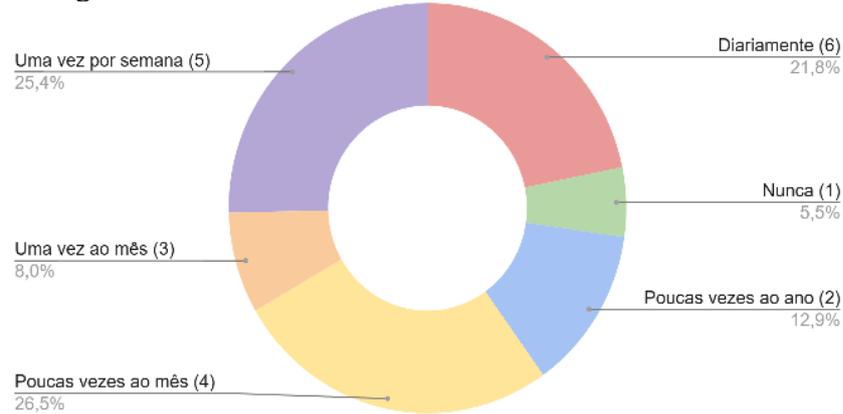
Em relação às respostas moderadas, a opção "Poucas vezes ao mês" (cor amarela) apresenta um aumento progressivo ao longo dos períodos, com um pico no 4º período. Da mesma forma, "Uma vez ao mês" (cor laranja) segue um padrão semelhante, sugerindo que o estresse se torna mais frequente conforme os períodos avançam.

O aumento da síndrome de *Burnout* pode estar relacionado à carga horária mais intensa, estágios, demandas acadêmicas e preparação para o mercado de trabalho. Além disso, o 4º período pode ser um momento crítico, no qual os alunos enfrentam mais desafios acadêmicos e emocionais, resultando em maior desgaste. No entanto, a queda observada no 5º período pode ser explicada por uma adaptação dos estudantes às exigências do curso ou até mesmo pela evasão daqueles que não suportam a pressão.

O gráfico sugere uma necessidade de intervenção no 4º período, com estratégias de suporte psicológico e gestão do tempo.

O monitoramento contínuo da saúde mental dos estudantes ao longo do curso pode ajudar a reduzir os efeitos do *Burnout*.

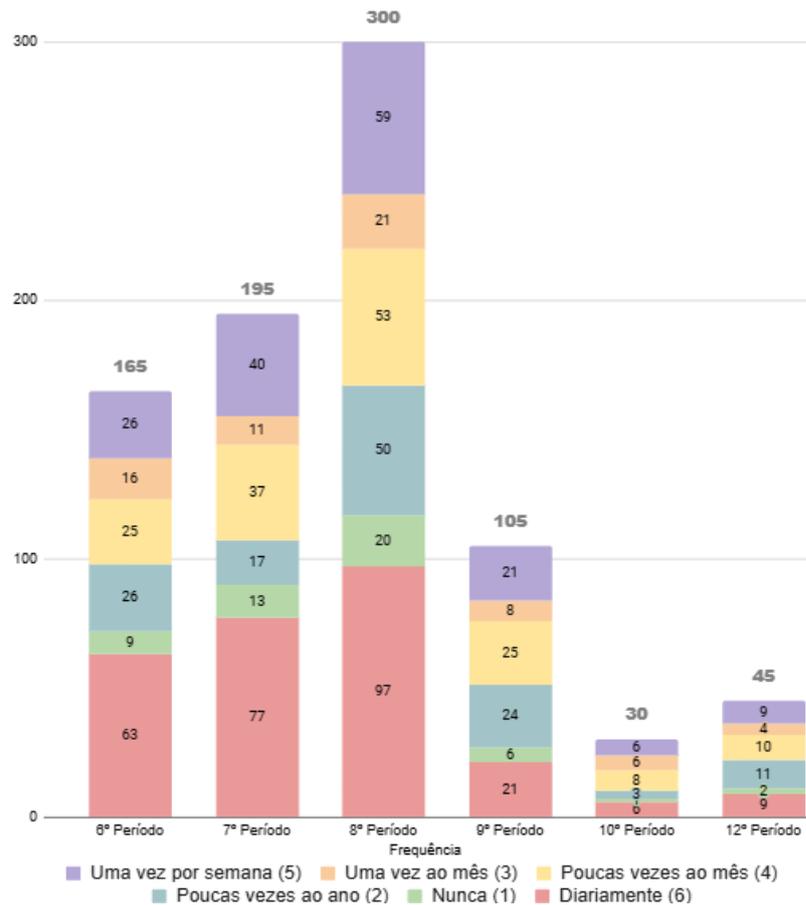
Figura 3: Gráfico de *Burnout* em alunos do 1º ao 5º Período



Fonte: Elaborado pelas autoras.

A análise dos dados do gráfico sobre a frequência de respostas relacionadas ao *Burnout* em alunos do 1º ao 5º período revela os seguintes resultados: 21,8% dos estudantes indicaram que experienciam exaustão emocional diariamente, enquanto 25,4% afirmaram que isso ocorre uma vez por semana. Outros 26,5% relataram sentir os efeitos do *Burnout* poucas vezes ao mês, 8% uma vez ao mês e 12,9% poucas vezes ao ano. Apenas 5,5% dos alunos disseram nunca sentir esses efeitos.

Com base nessa distribuição, a média ponderada foi de 4,19, o que sugere que, em média, os estudantes estão vivenciando um nível de exaustão emocional que varia de moderado a alto. Contudo, é importante ressaltar que essa média é um valor geral e que a exaustão emocional pode variar consideravelmente de um indivíduo para outro, dependendo de diversos fatores. A interpretação da escala de exaustão emocional também pode ser influenciada pelo instrumento de medição específico utilizado.

Figura 4: Gráfico de *Burnout* em alunos do 6º ao 12º Período

Fonte: Elaborado pelas autoras.

O gráfico apresenta a frequência de respostas relacionadas ao *Burnout* entre alunos do 6º ao 12º período. Aqui estão algumas observações importantes:

Tendência Geral: O número total de respostas cresce significativamente entre o 6º e o 8º período, atingindo um pico no 8º período com 300 respostas e depois diminuindo no 9º e 10º períodos.

O aumento do *Burnout* com o tempo pode ser observado ao longo dos períodos acadêmicos. No 6º período, a maioria das respostas está distribuída entre "Nunca" (9), "Poucas vezes ao ano" (26) e "Diariamente" (63). No 7º período, a frequência de respostas para "Diariamente" aumenta para 77, indicando um crescimento dos sintomas de *Burnout*. No 8º período, há um aumento ainda maior, com 50 respostas para "Diariamente", além de um crescimento nas categorias "Uma vez por semana" (59) e "Poucas vezes ao mês" (53), sugerindo que o *Burnout* se torna mais frequente nesse estágio. A partir do 9º período, os números caem, o que pode indicar que os alunos se adaptam ou há um efeito de desistência. O 8º período

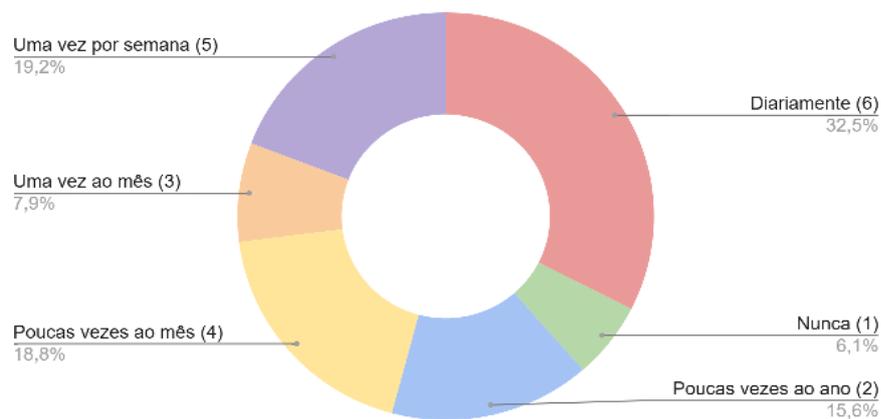
apresenta a maior frequência de respostas para todas as categorias, sugerindo que os alunos enfrentam o maior estresse nesse momento.

A diminuição nos últimos períodos é evidente, com o 9º período já apresentando uma queda para um total de 105 respostas. Os 10º e 12º períodos registram números significativamente menores, com 30 e 45 respostas, respectivamente, e menos ocorrências de *Burnout* severo.

No início, a maioria dos alunos indica que nunca experimenta sintomas ou apenas poucas vezes ao ano. No entanto, à medida que os períodos avançam, cresce o número de estudantes que relatam vivenciar sintomas de *Burnout* semanalmente ou diariamente.

O *Burnout* tende a aumentar progressivamente até o 8º período, onde atinge seu ápice. Isso pode estar ligado ao fato de os alunos já estarem nos períodos finais, cansados da dinâmica, sobretudo, pressionados com o fim e ainda com relação ao que pode mudar, como exemplo entrar ou melhorar sua situação no mercado de trabalho e na carreira. Após isso, há uma diminuição, possivelmente devido a adaptações dos alunos ou desistência de alguns. Isso sugere a necessidade de intervenções específicas nesse período crítico para mitigar os efeitos do *Burnout*.

Figura 5: Gráfico de *Burnout* em alunos do 6º ao 12º Período



Análise dos dados do gráfico sobre a frequência de respostas relacionadas ao *Burnout* em alunos do 6º Período ao 12º Período.

Os dados do gráfico mostram as seguintes frequências de ocorrência: 5,1% das pessoas afirmam que nunca acontecem, 15,0% mencionam que ocorre poucas vezes ao ano, 7,9% indicam uma vez por mês, 18,8% dizem que acontece poucas vezes ao mês, 19,2% relatam que ocorre uma vez por semana e, por fim, 32,5% afirmam que é algo que acontece diariamente.

A média de 4,25 indica que os alunos do 6° ao 12° período, em média, experienciam um nível de *Burnout* que se situa na faixa moderada a alta.

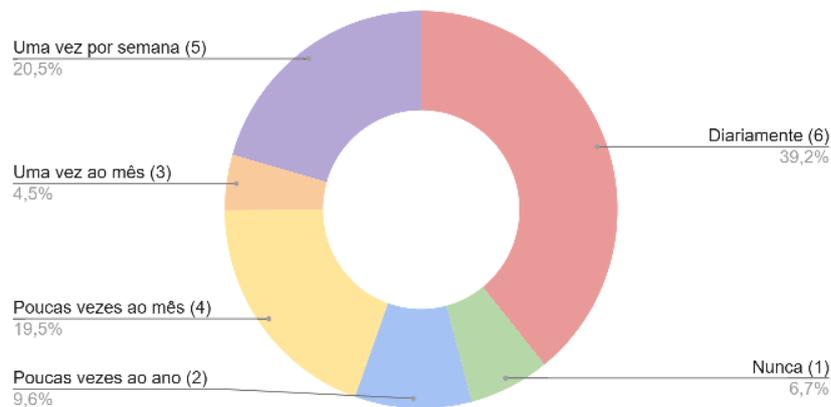
É importante notar que essa é uma média, e alguns indivíduos podem apresentar níveis mais altos ou mais baixos de *Burnout*.

A escala de *Burnout* acadêmico pode variar, então é crucial verificar a escala específica que está sendo utilizada.

4.2. Análise de *Burnout*: passam por dificuldades financeiras - sim x às vezes x não.

A relação entre dificuldades financeiras e a saúde mental de estudantes tem sido amplamente discutida no contexto acadêmico, especialmente no que diz respeito à síndrome de Burnout. Neste subcapítulo, analisamos como os níveis de Burnout se manifestam entre alunos que enfrentam diferentes graus de desafios econômicos.

Figura 6: Gráfico de *Burnout* em alunos que declararam dificuldade financeira

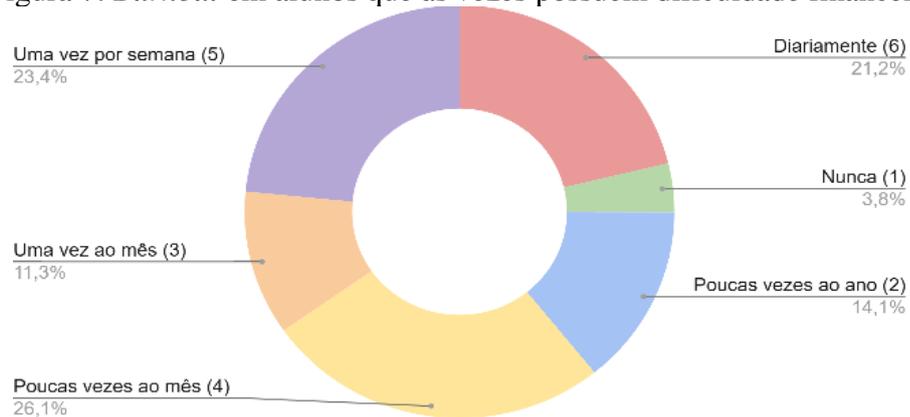


Fonte: Elaborado pelas autoras.

Os dados do gráfico mostram a frequência com que algo ocorre. A categoria "Nunca" obteve 6,7%, "Poucas vezes ao ano" teve 9,6%, "Uma vez ao mês" alcançou 4,5%, "Poucas vezes ao mês" foi registrada com 19,5%, "Uma vez por semana" atingiu 20,5%, e "Diariamente" representou 39,2%.

A média de 4,55 (aproximadamente) indica que os alunos que declararam dificuldade financeira, em média, experienciam um nível de *Burnout* que se situa na faixa moderada a alta.

Figura 7: *Burnout* em alunos que às vezes possuem dificuldade financeira

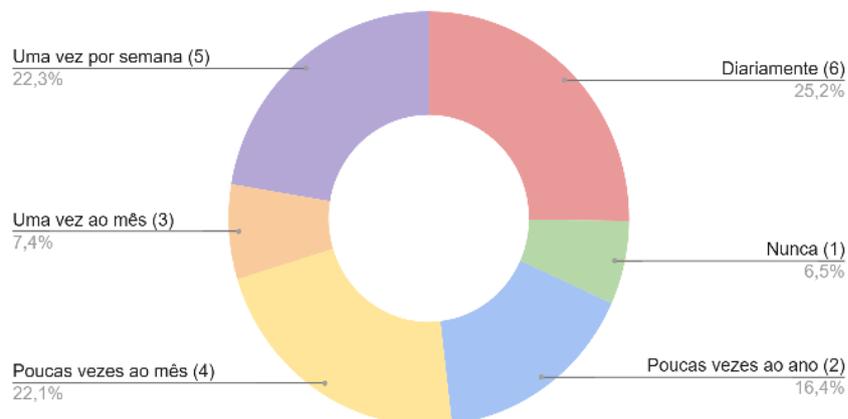


Fonte: Elaborado pelas autoras.

Os dados do gráfico indicam a seguinte distribuição de respostas: 3,8% dos participantes afirmaram que nunca realizam a atividade, 14,1% mencionaram que a fazem poucas vezes ao ano, 11,3% afirmaram que o fazem uma vez ao mês, 26,1% disseram que realizam a atividade poucas vezes ao mês, 23,4% a realizam uma vez por semana e, por fim, 21,2% afirmaram que a fazem diariamente.

A média de 4,15(aproximadamente) indica que os alunos que declararam às vezes possuir dificuldade financeira, em média, experienciam um nível de *Burnout* que se situa na faixa moderada a alta.

Figura 8: Gráfico de *Burnout* que declararam não possuírem dificuldade financeira



Fonte: Elaborado pelas autoras.

Análise do gráfico Frequência de respostas relacionadas ao *Burnout* em alunos que declararam não possuir dificuldade financeira.

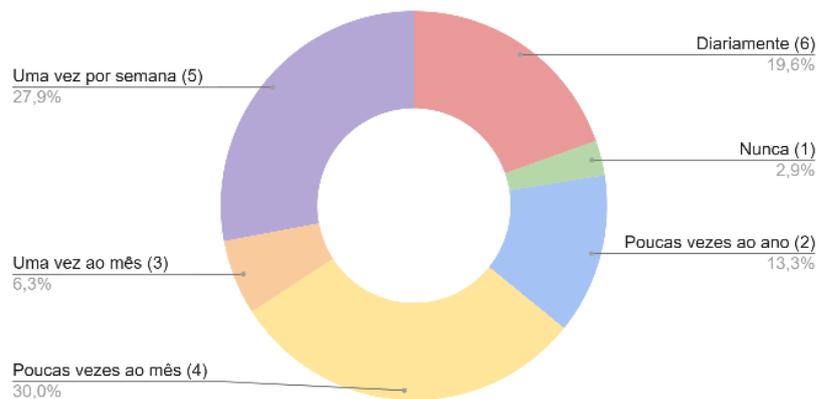
Os dados do gráfico indicam a frequência com que algo ocorre, sendo distribuídos da seguinte forma: 6,5% dos respondentes afirmaram que nunca acontecem, 16,4% disseram que

ocorre poucas vezes ao ano, 7,4% uma vez ao mês, 22,1% poucas vezes ao mês, 22,3% uma vez por semana e, finalmente, 25,2% indicaram que ocorre diariamente.

A média de 4,13 (aproximadamente) indica que os alunos que declararam não possuir dificuldade financeira, em média, experienciam um nível de *Burnout* que se situa na faixa moderada a alta.

4.3. Análise de *Burnout*: moram com amigos x família x república x sozinho

Figura 9: Gráfico de *Burnout* em alunos que moram com amigos

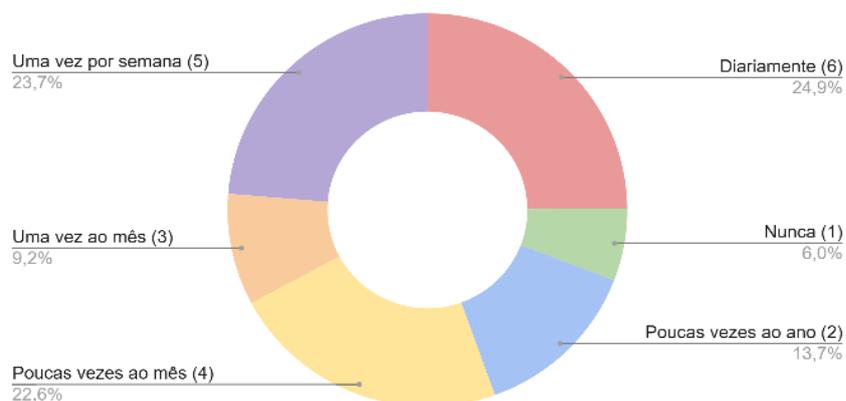


Fonte: Elaborado pelas autoras.

Os dados do gráfico indicam a seguinte distribuição de respostas: 2,9% dos participantes afirmaram nunca realizar a atividade, 13,3% mencionaram que a fazem poucas vezes ao ano, 6,3% uma vez ao mês, 30% poucas vezes ao mês, 27,9% uma vez por semana, e 19,6% disseram praticá-la diariamente.

A média de 4,26 (aproximadamente) indica que os alunos que moram com amigos, em média, apresentam um nível de *Burnout* que se situa na faixa moderada a alta.

Figura 10: Gráfico de *Burnout* em alunos que moram com família

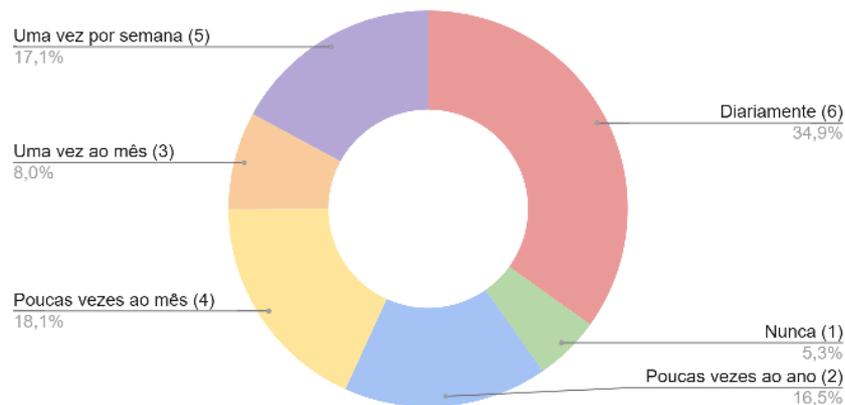


Fonte: Elaborado pelas autoras.

Os dados do gráfico indicam que 6,0% das pessoas nunca realizam a atividade, 13,7% a fazem poucas vezes ao ano, 9,2% uma vez por mês, 22,6% algumas vezes ao mês, 23,7% uma vez por semana e 24,9% a realizam diariamente.

A média de 4,20 (aproximadamente) indica que os alunos que moram com a família, em média, experienciam um nível de *Burnout* que se situa na faixa moderada a alta.

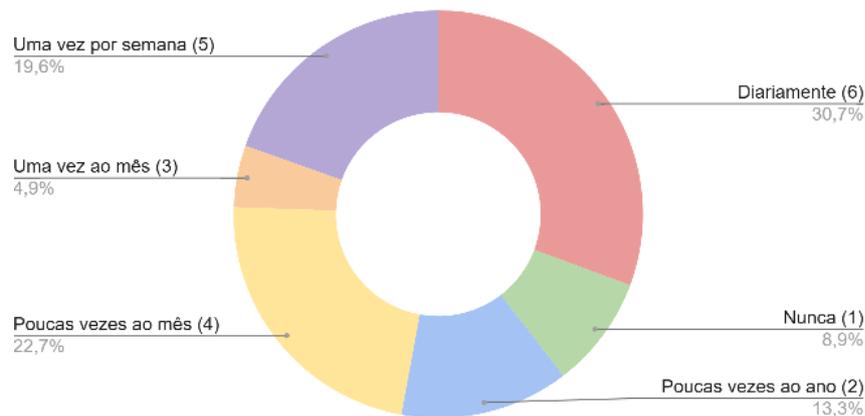
Figura 11: Gráfico de *Burnout* em alunos que moram em república



Fonte: Elaborado pelas autoras.

Os dados do gráfico indicam a seguinte distribuição: 5,3% dos respondentes afirmam nunca realizar a ação, atribuindo 1 ponto; 16,5% realizam poucas vezes ao ano, recebendo 2 pontos; 8% fazem a ação uma vez por mês, correspondendo a 3 pontos; 18,1% realizam poucas vezes ao mês, marcando 4 pontos; 17,1% fazem uma vez por semana, recebendo 5 pontos; e 34,9% realizam a ação diariamente, correspondendo a 6 pontos. A média ponderada desses dados é de 4,30.

Figura 12: Gráfico de *Burnout* em alunos que moram sozinhos.



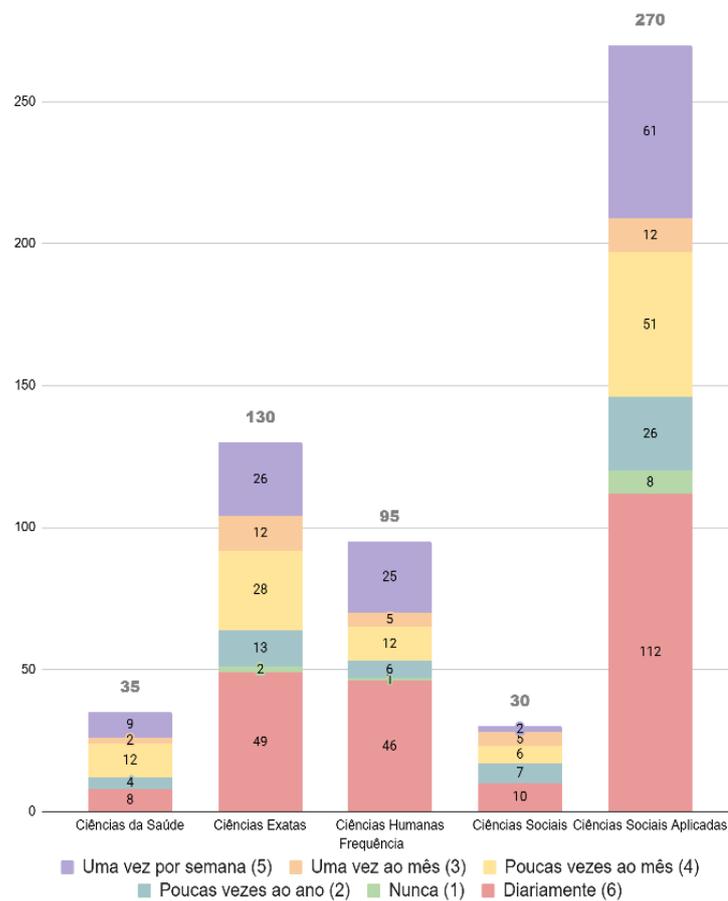
Fonte: Elaborado pelas autoras.

Os dados do gráfico indicam as seguintes frequências: 8,9% das pessoas nunca realizam a atividade (1 ponto), 13,3% a praticam poucas vezes ao ano (2 pontos), 4,9% uma vez ao mês (3 pontos), 22,7% algumas vezes ao mês (4 pontos), 19,6% uma vez por semana (5 pontos) e 30,7% a realizam diariamente (6 pontos).

A média de 4,23 (aproximadamente) indica que os alunos que moram sozinhos, em média, experienciam um nível de *Burnout* que se situa na faixa moderada a alta.

4.4. Análise de exaustão emocional

Figura 13: Gráfico Exaustão emocional x Área de formação



O gráfico apresenta a frequência de respostas relacionadas à exaustão emocional de acordo com a área de formação dos participantes. As categorias de resposta variam entre "Nunca", "Poucas vezes ao ano", "Poucas vezes ao mês", "Uma vez ao mês", "Uma vez por semana" e "Diariamente", representadas por cores distintas.

A análise por área de formação revelou as seguintes observações:

Na área de Ciências da Saúde, houve um baixo número total de respostas, com 35 participantes. A maioria dos respondentes relatou sentir exaustão emocional poucas vezes ao mês ou ao ano, com uma frequência diária mínima.

Em Ciências Exatas, foram obtidas 130 respostas. Grande parte dos participantes relatou sentir exaustão emocional diariamente (49 pessoas), e um número elevado de respostas indicou exaustão uma vez por semana ou por mês.

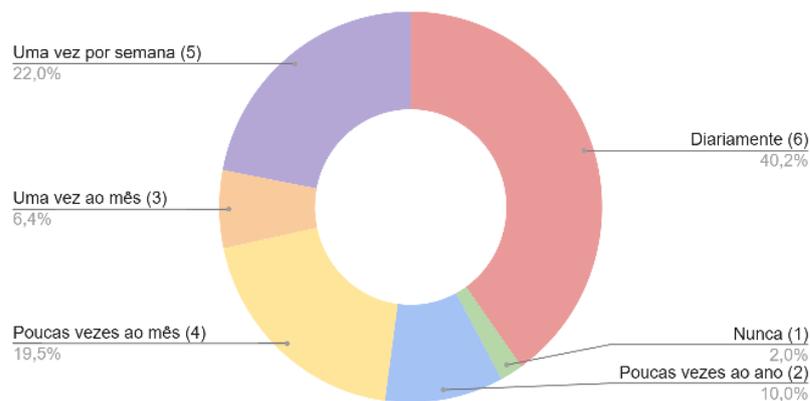
Para Ciências Humanas, o total de respostas foi de 95. A distribuição das respostas foi relativamente equilibrada entre as categorias, com um número significativo de pessoas relatando exaustão uma vez por semana (25 pessoas).

Na área de Ciências Sociais, a participação foi baixa, com apenas 30 respostas. A maioria dos participantes indicou sentir exaustão emocional entre "Poucas vezes ao mês" e "Poucas vezes ao ano", com um número reduzido de pessoas relatando exaustão frequente.

Por fim, em Ciências Sociais Aplicadas, foi registrado o maior número de respostas, com 270 participantes. A área apresentou um alto nível de exaustão emocional diária (112 pessoas), significativamente superior às outras áreas, além de uma considerável quantidade de respostas nas categorias mais frequentes, como semanal e mensal.

A área de Ciências Sociais Aplicadas é a mais impactada pela exaustão emocional, apresentando o maior número de respostas que indicam frequência diária. As áreas de Ciências Exatas e Ciências Humanas também demonstram níveis elevados, com muitas respostas em categorias de alta frequência. Por outro lado, Ciências da Saúde e Ciências Sociais parecem ser as menos afetadas, com um menor número de respostas indicando exaustão frequente. O gráfico sugere que a carga emocional pode variar conforme a área de formação, sendo mais intensa em algumas disciplinas.

Figura 14: Gráfico relacionadas à Exaustão emocional



Fonte: Elaborado pelas autoras.

As informações dos últimos dois gráficos acima referem-se às respostas dos 112 entrevistados sobre seu nível de exaustão em relação às atividades acadêmicas. As perguntas abordadas foram: se sentem-se emocionalmente esgotados em relação aos estudos, se experimentam exaustão excessiva ao final do dia, se acordam cansados e sem disposição para estudar, se estudar ou assistir a uma aula os deixa tensos e se os estudos os deixam completamente esgotados.

Obtiveram, então, 560 respostas relacionadas à exaustão emocional. Este gráfico refere-se à mescla destas respostas a fim de entender a frequência.

4.5. Análise da exaustão emocional no *Burnout* estudantil (MBI-SS)

O gráfico mostra a distribuição de 560 respostas sobre exaustão emocional referentes a 112 estudantes, coletadas no questionário sobre a síndrome de *Burnout* (Apêndice II).

Análogo à escala do MBI-SS, adotaremos a seguinte classificação de pontuação de 1 a 6: 40,2% dos casos ocorrem diariamente, correspondendo a 6 pontos; 22,0% ocorrem uma vez por semana, com 5 pontos; 19,5% acontecem poucas vezes ao mês, o que equivale a 4 pontos; 6,4% ocorrem uma vez ao mês, resultando em 3 pontos; 10,0% acontecem poucas vezes ao ano, atribuindo 2 pontos; e 2,0% nunca acontecem, sendo atribuídos 1 ponto.

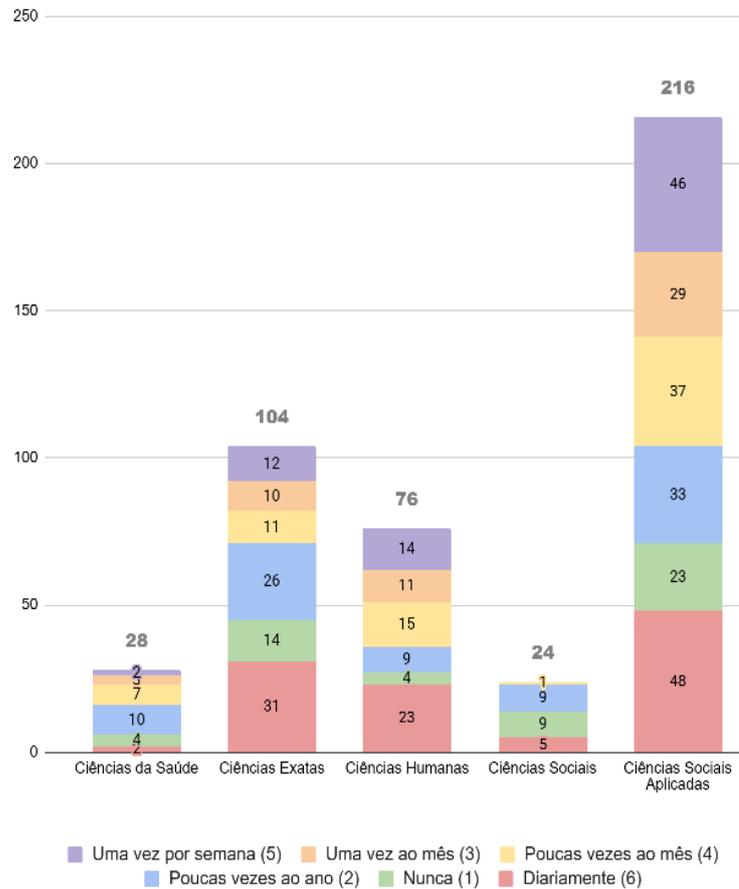
A média 4,70 indica um nível moderado-alto de exaustão emocional entre os estudantes, muito próximo do nível grave ($\geq 5,00$).

Uma parcela significativa dos estudantes enfrenta exaustão, com 43,2% relatando sentir-se exaustos diariamente e 64% experienciando cansaço pelo menos uma vez por semana. Além disso, a média de 4,76 indica um risco considerável de *Burnout*, evidenciando a necessidade de atenção e implementação de estratégias voltadas ao bem-estar acadêmico.

4.6. Análise de descrença

O gráfico exibe a frequência de respostas relacionadas à descrença em diferentes áreas de formação. Foi utilizado um gráfico para ilustrar a distribuição das respostas dentro de cada área.

Figura 15: Gráfico Descrença x Área de formação



Fonte: Elaborado pelas autoras.

A análise do gráfico revela que as categorias no eixo X incluem Ciências da Saúde, Ciências Exatas, Ciências Humanas, Ciências Sociais e Ciências Sociais Aplicadas. No eixo Y, observa-se a frequência de respostas, que varia significativamente entre as categorias. A área de Ciências Sociais Aplicadas apresenta o maior número de respostas, totalizando 216, enquanto Ciências Sociais registra a menor quantidade, com apenas 24 respostas.

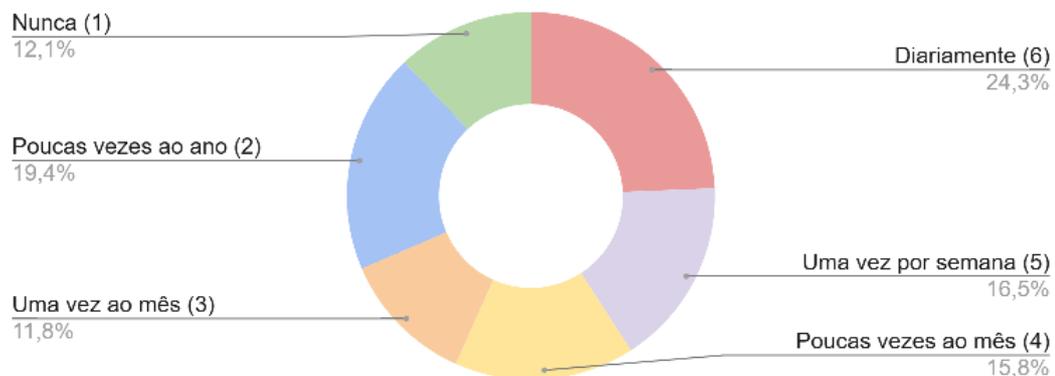
A distribuição das respostas revela que as cores representam diferentes frequências de descrença. O vermelho, correspondente à opção "Diariamente", aparece com destaque em Ciências Sociais Aplicadas. O azul, que indica "Nunca", tem forte presença em Ciências Exatas e Ciências da Saúde. Já o roxo, associado à frequência "Uma vez por semana", se destaca em Ciências Humanas e Ciências Sociais Aplicadas.

As tendências indicam que as Ciências da Saúde e as Ciências Exatas apresentam um número considerável de respostas "Nunca", sugerindo uma maior resistência à descrença. Por outro lado, as Ciências Sociais Aplicadas registram a maior quantidade de respostas "Diariamente" e "Uma vez por semana", demonstrando uma maior adesão à descrença. Já as

Ciências Humanas apresentam um equilíbrio entre diferentes respostas, com uma leve tendência para "Poucas vezes ao ano" e "Uma vez por mês".

O gráfico sugere que a frequência da descrença varia significativamente entre as áreas de formação, sendo mais recorrente em Ciências Sociais Aplicadas e menos frequente em Ciências da Saúde e Ciências Exatas.

Figura 16: Gráfico relacionadas a Descrença



Fonte: Elaborado pelas autoras.

As informações dos dois gráficos acima referem-se às respostas de 112 entrevistados às seguintes perguntas: "Eu questiono o sentido e a importância de meus estudos", "Tenho vindo a desinteressar-me pelos meus estudos desde que ingressei na universidade", "Sinto-me pouco entusiasmado com os meus estudos" e "Sinto-me cada vez mais descrente relativamente à utilidade potencial dos meus estudos e da utilidade dos meus estudos".

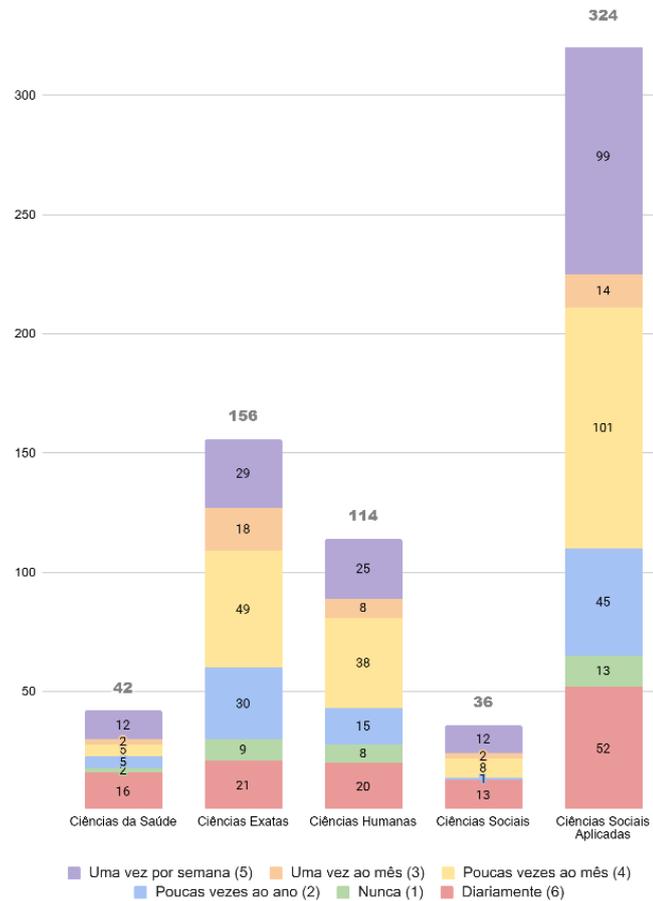
Obtiveram, então, 448 respostas relacionadas à Descrença. Este gráfico refere-se à mescla destas respostas a fim de entender a frequência.

O cálculo da frequência (descrença) segue um processo em que, no primeiro passo, são atribuídos pesos às categorias. Os valores já estão definidos de 1 a 6, com as seguintes pontuações e respectivas porcentagens: "Nunca" recebe 1 ponto, correspondente a 12,1%; "Poucas vezes ao ano" recebe 2 pontos, com 19,4%; "Uma vez ao mês" recebe 3 pontos, representando 11,8%; "Poucas vezes ao mês" tem 4 pontos, o que equivale a 15,8%; "Uma vez por semana" é atribuído com 5 pontos, correspondente a 16,5%; e "Diariamente" recebe 6 pontos, com 24,3%.

O passo 2 trata da média ponderada, que resultou em um valor de 3,78, representando a classificação de descrença. Esse valor indica um nível moderado a alto de descrença entre os estudantes, situando-se entre as opções "Uma vez ao mês" e "Poucas vezes ao mês" na escala utilizada.

4.7. Análise de eficácia acadêmica

Figura 17: Gráfico Eficiência acadêmica x Área de formação



O gráfico apresenta a frequência de respostas relacionadas à eficácia acadêmica em diferentes áreas de formação. As áreas analisadas são Ciências da Saúde, Ciências Exatas, Ciências Humanas, Ciências Sociais e Ciências Sociais Aplicadas.

A análise por área de formação revela as seguintes distribuições de respostas: Na área de Ciências da Saúde, com 42 respostas, a maior parte dos respondentes indicou "Nunca" (16), enquanto as demais categorias apresentaram frequências baixas.

Em Ciências Exatas, com 156 respostas, a categoria mais frequente foi "Poucas vezes ao mês" (49). Além disso, "Uma vez por semana" (29) e "Nunca" (21) também apresentaram números expressivos.

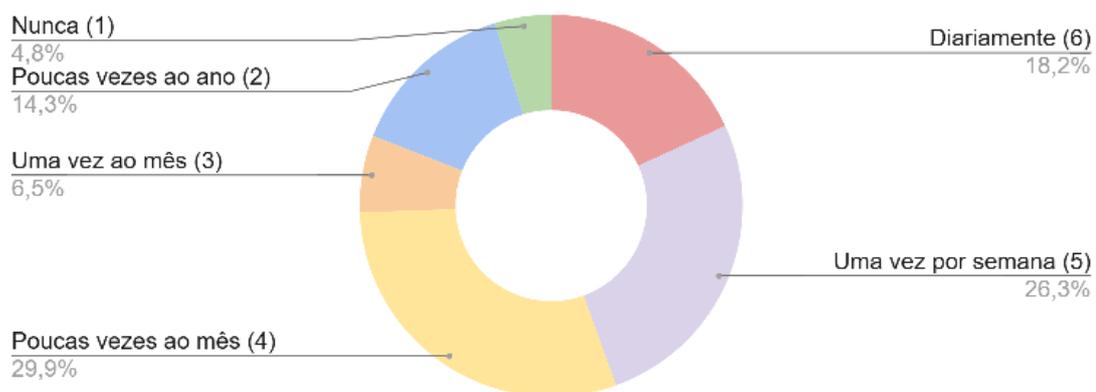
No caso das Ciências Humanas, com 114 respostas, "Poucas vezes ao mês" foi a categoria mais mencionada (38), seguida por "Uma vez por semana" (25) e "Nunca" (20), que também apareceram com frequência.

Nas Ciências Sociais, com 36 respostas, a distribuição foi semelhante à das Ciências da Saúde, com predominância de respostas em baixa frequência. As respostas mais comuns foram "Nunca" (13) e "Poucas vezes ao ano" (8).

Por fim, em Ciências Sociais Aplicadas, com 324 respostas, que registrou o maior número de respostas, a categoria mais frequente foi "Poucas vezes ao mês" (101). Também foram observados números significativos nas respostas "Uma vez por semana" (99) e "Nunca" (52).

As principais conclusões revelam que as Ciências Sociais Aplicadas se destacam por apresentar um número significativamente maior de respostas em comparação com as outras áreas. A frequência "Poucas vezes ao mês" é a mais comum em diversas áreas. No entanto, em campos como as Ciências da Saúde e as Ciências Sociais, observa-se uma maior proporção de respostas indicando baixa frequência ou até mesmo a ausência de atividade. Por outro lado, as Ciências Exatas e as Ciências Humanas apresentam uma distribuição mais equilibrada entre as diferentes frequências.

Figura 18: Gráfico de Eficácia acadêmica



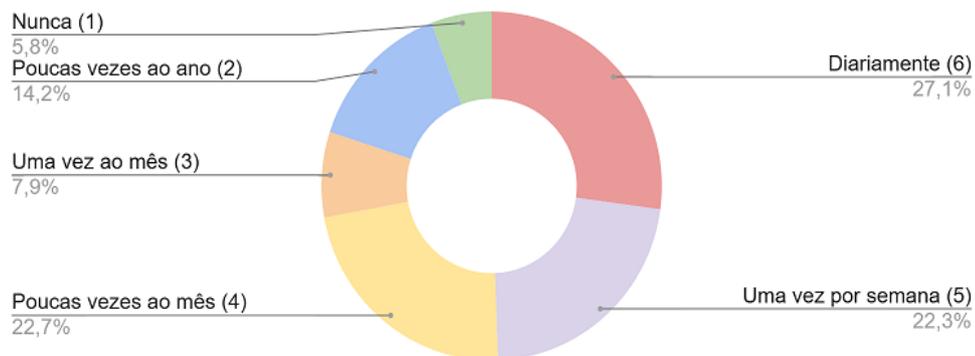
Fonte: Elaborado pelas autoras.

As informações dos dois gráficos apresentados acima são baseadas nas respostas de 112 entrevistados às seguintes perguntas: 1) Tenho aprendido muitas matérias interessantes durante o meu curso; 2) Sinto-me confiante durante as aulas e consigo resolver as tarefas de forma eficaz; 3) Sinto-me estimulado quando alcanço os meus objetivos escolares; 4) Sinto que sou um bom aluno; 5) Consigo resolver, de forma eficaz, os problemas que resultam dos meus estudos; e 6) Durante a aula, sinto que consigo acompanhar as matérias de forma eficaz. Ao todo, foram coletadas 672 respostas relacionadas à eficácia acadêmica. O gráfico, então, reflete a combinação dessas respostas com o objetivo de entender a frequência das avaliações.

A média ponderada da eficácia acadêmica é 4,13, o que indica um nível moderado-alto de eficácia acadêmica. Esse valor está próximo da categoria "Poucas vezes ao mês" na escala de classificação de descrença, conforme o sistema adotado.

4.8. Análise de *Burnout*

Figura 19: Gráfico de *Burnout* de Eficácia acadêmico



Fonte: Elaborado pelas autoras.

O gráfico acima resume o total de respostas relacionadas à exaustão emocional, descrença e eficácia acadêmica. Ao analisar a média total, observa-se que 5,8% das respostas indicaram "Nunca" (1 ponto), 14,2% optaram por "Poucas vezes ao ano" (2 pontos), 7,9% marcaram "Uma vez ao mês" (3 pontos), 22,7% responderam "Poucas vezes ao mês" (4 pontos), 22,3% indicaram "Uma vez por semana" (5 pontos) e 27,1% escolheram "Diariamente" (6 pontos).

A média de 4,23 (aproximadamente) está na faixa de "Moderado - alto" na escala de *Burnout* Acadêmico adotado. Isso indica que os estudantes, em média, experienciam um nível moderado de *Burnout* acadêmico.

É importante ressaltar que essa é uma média, e alguns indivíduos podem apresentar níveis de *Burnout* mais altos ou mais baixos. Além disso, a escala de *Burnout* acadêmico pode variar, por isso é fundamental verificar a escala específica que está sendo utilizada.

4.9. Análise estatística – validação de dados do questionário

Para a realização da análise dos dados aplicou-se o teste t como uma ferramenta estatística. Este é crucial para comparar as médias de dois grupos de dados, especialmente útil quando o tamanho da amostra é pequeno e o desvio padrão da população é desconhecido (Triola, 2018), assim como as amostras referentes ao questionário sobre a síndrome de burnout aplicado (ver apêndices). O teste desempenha um papel fundamental na inferência estatística, permitindo aos pesquisadores determinar se as diferenças observadas entre as médias das amostras são estatisticamente significativas ou se podem ser atribuídas ao acaso.

Nesta situação aplicou-se o Teste t de duas amostras independentes que compara as médias de duas amostras independentes. Presumiu-se variâncias equivalentes entre os resultados comparados, indicando que a análise do Teste t foi realizada sob a suposição de que as variâncias dos dois grupos são iguais. Isso é importante porque existem variações do teste t que lidam com situações em que as variâncias são diferentes. (Triola, 2018).

As análises demonstradas abaixo, apresentam comparações das médias de respostas individuais dos participantes, utilizando a variação entre pares de grupos de classificação.

O valor do índice representado por “t” é uma estatística calculada a partir dos dados da amostra. Ele mede a diferença entre as médias das duas amostras em relação à variabilidade dos dados (Triola, 2018). Quanto maior o valor absoluto de t, maior a probabilidade de haver uma diferença significativa entre as médias (Field, 2018).

O valor do índice representado por “p” é a probabilidade de observar uma estatística t tão extrema quanto a calculada, assumindo que a hipótese nula (não há diferença entre as médias) é verdadeira (Triola, 2018). Um valor p baixo (geralmente menor que 0,05) indica que é improvável que a diferença observada seja devida ao acaso, e, portanto, rejeitamos a hipótese nula (Field, 2018).

Um teste uni-caudal é usado quando você está interessado em determinar se a média de uma amostra é maior ou menor que a média da outra amostra (ou um valor conhecido) (Triola, 2018). Ele testa a hipótese nula contra uma hipótese alternativa direcional (por exemplo, a média da amostra A é maior que a média da amostra B) (Field, 2018).

Um teste bi-caudal é usado quando você está interessado em determinar se há uma diferença entre as médias das duas amostras (ou entre a média de uma amostra e um valor conhecido), sem se preocupar com a direção da diferença (Triola, 2018). Ele testa a hipótese nula contra uma hipótese alternativa não direcional (por exemplo, a média da amostra A é diferente da média da amostra B) (Field, 2018).

4.9.1. Análise de dados: alunos em diferentes períodos

Quadro 2: Teste t - 1º ao 5º período x 6º ao 12º período

Teste-t: duas amostras presumindo variâncias equivalentes		
	Variável 1	Variável 2
Média	4,188095238	4,269047619
Variância	0,300784993	0,393206349
Observações	56	56
Variância agrupada	0,346995671	
Hipótese da diferença de média	0	
gl	110	
Stat t	-0,72718785	
P(T<=t) uni-caudal	0,234327863	
t crítico uni-caudal	1,658824187	
P(T<=t) bi-caudal	0,468655727	
t crítico bi-caudal	1,981765282	

Fonte: Elaborado pelas autoras.

O valor de t (-0,72718785) é muito pequeno e está próximo de zero. Isso sugere que não há uma diferença significativa entre as médias das duas amostras. Os valores p (0,234327863 para uni-caudal e 0,468655727 para bi-caudal) são muito altos (bem acima de 0,05). Isso significa que não podemos rejeitar a hipótese nula. Em outras palavras, não há evidência estatística suficiente para concluir que as médias dos grupos do 1º ao 5º período e do 6º ao 12º período são diferentes. O valor de t é menor que os valores críticos uni e bi-caudais, o que reforça a não rejeição da hipótese nula.

Em resumo, o teste t não encontrou diferenças significativas entre os grupos analisados, o que indica que o período cursado não apresenta diferença significativa da presença do *Burnout*.

4.9.2. Análise de dados: passam por dificuldades financeiras – sim x às vezes x não

Quadro 3: Teste t - sim x não

Teste-t: duas amostras presumindo variâncias equivalentes		
	<i>Variável 1</i>	<i>Variável 2</i>
Média	4,552	4,128395062
Variância	0,236488889	0,366599891
Observações	25	54
Variância agrupada	0,326045813	
Hipótese da diferença de média	0	
Gl	77	
Stat t	3,066726454	
P(T<=t) uni-caudal	0,00149264	
t crítico uni-caudal	1,664884537	
P(T<=t) bi-caudal	0,002985279	
t crítico bi-caudal	1,991254395	

Fonte: Elaborado pelas autoras.

O valor de t (3,066726454) é relativamente grande, indicando uma diferença considerável entre as médias das duas amostras. Os valores p (0,00149264 para uni-caudal e 0,002985279 para bi-caudal) são muito baixos (abaixo de 0,05). Isso significa que podemos rejeitar a hipótese nula. Em outras palavras, há evidência estatística suficiente para concluir que as médias dos grupos "sim" e "não" são diferentes em relação à dificuldade financeira. O valor de t é maior que os valores críticos uni e bi-caudais, o que reforça a rejeição da hipótese nula.

Em resumo, o teste t encontrou diferenças significativas entre os grupos analisados. Há uma diferença estatisticamente significativa entre os grupos "sim" e "não" em relação à percepção da dificuldade financeira.

Quadro 4: Teste t - não x às vezes

Teste-t: duas amostras presumindo variâncias equivalentes		
	<i>Variável 1</i>	<i>Variável 2</i>
Média	4,128395062	4,147474747
Variância	0,366599891	0,308543771
Observações	54	33
Variância agrupada	0,34474347	
Hipótese da diferença de média	0	
GI	85	
Stat t	-0,14706774	
P(T<=t) uni-caudal	0,441713412	
t crítico uni-caudal	1,6629785	
P(T<=t) bi-caudal	0,883426824	
t crítico bi-caudal	1,988267907	

Fonte: Elaborado pelas autoras.

O valor de t (-0,14706774) é muito pequeno e está próximo de zero. Isso sugere que não há uma diferença significativa entre as médias das duas amostras. Os valores p (0,441713412 para uni-caudal e 0,883426824 para bi-caudal) são muito altos (bem acima de 0,05). Isso significa que não podemos rejeitar a hipótese nula. Em outras palavras, não há evidência estatística suficiente para concluir que as médias dos grupos "não" e "às vezes" são diferentes em relação à dificuldade financeira. O valor de t é menor que os valores críticos uni e bi-caudais, o que reforça a não rejeição da hipótese nula.

Em resumo, o teste t não encontrou diferenças significativas entre os grupos analisados. Não há diferença estatisticamente significativa entre os grupos "não" e "às vezes" em relação à percepção da dificuldade financeira.

Quadro 5: Teste t - sim x às vezes

Teste-t: duas amostras presumindo variâncias equivalentes		
	Variável 1	Variável 2
Média	4,552	4,147474747
Variância	0,236488889	0,308543771
Observações	25	33
Variância agrupada	0,277663107	
Hipótese da diferença de média	0	
gl	56	
Stat t	2,895339701	
P(T<=t) uni-caudal	0,00269568	
t crítico uni-caudal	1,672522303	
P(T<=t) bi-caudal	0,005391359	
t crítico bi-caudal	2,003240719	

Fonte: Elaborado pelas autoras.

O valor de t (2,895339701) é relativamente grande, indicando uma diferença considerável entre as médias das duas amostras. Os valores p (0,00269568 para uni-caudal e 0,005391359 para bi-caudal) são muito baixos (abaixo de 0,05). Isso significa que podemos rejeitar a hipótese nula. Em outras palavras, há evidência estatística suficiente para concluir que as médias dos grupos "sim" e "às vezes" são diferentes em relação à dificuldade financeira. O valor de t é maior que os valores críticos uni e bi-caudais, o que reforça a rejeição da hipótese nula.

Em resumo, o teste t encontrou diferenças significativas entre os grupos analisados. Há uma diferença estatisticamente significativa entre os grupos "sim" e "às vezes" em relação à percepção da dificuldade financeira.

Uma análise dos três testes realizados indica que a dificuldade financeira apresenta diferença significativa da presença do *Burnout*.

4.9.3. Análise de dados: moram com amigos x família x república x sozinho

Quadro 6: Teste t - Amigos x Família

Teste-t: duas amostras presumindo variâncias equivalentes		
	<i>Variável 1</i>	<i>Variável 2</i>
Média	4,254166667	4,19047619
Variância	0,375833333	0,373079365
Observações	16	56
Variância agrupada	0,373669501	
Hipótese da diferença de média	0	
Gl	70	
Stat t	0,367551692	
P(T<=t) uni-caudal	0,357158255	
t crítico uni-caudal	1,666914479	
P(T<=t) bi-caudal	0,71431651	
t crítico bi-caudal	1,994437112	

Fonte: Elaborado pelas autoras.

O valor de t (0,367551692) é muito pequeno e está próximo de zero. Isso sugere que não há uma diferença significativa entre as médias das duas amostras. Os valores p (0,357158255 para uni-caudal e 0,71431651 para bi-caudal) são muito altos (bem acima de 0,05). Isso significa que não podemos rejeitar a hipótese nula. Em outras palavras, não há evidência estatística suficiente para concluir que as médias dos grupos "Amigos" e "Família" são diferentes em relação à moradia. Apesar da diferença no tamanho das amostras, os resultados do teste t indicam que as médias dos dois grupos são estatisticamente semelhantes.

Em resumo, o teste t não encontrou diferenças significativas entre os grupos analisados em relação à moradia.

Quadro 7: Teste t - Amigos x Sozinho

Teste-t: duas amostras presumindo variâncias equivalentes		
	<i>Variável 1</i>	<i>Variável 2</i>
Média	4,254166667	4,226666667
Variância	0,375833333	0,25447619
Observações	16	15
Variância agrupada	0,317247126	
Hipótese da diferença de média	0	
gl	29	
Stat t	0,13584968	
P(T<=t) uni-caudal	0,446439375	
t crítico uni-caudal	1,699127027	
P(T<=t) bi-caudal	0,892878749	
t crítico bi-caudal	2,045229642	

Fonte: Elaborado pelas autoras.

O valor de t (0,13584968) é muito pequeno e está próximo de zero. Isso sugere que não há uma diferença significativa entre as médias das duas amostras. Os valores p (0,446439375 para uni-caudal e 0,892878749 para bi-caudal) são muito altos (bem acima de 0,05). Isso significa que não podemos rejeitar a hipótese nula. Em outras palavras, não há evidência estatística suficiente para concluir que as médias dos grupos "Amigos" e "Sozinho" são diferentes em relação à moradia. O valor de t é menor que os valores críticos uni e bi-caudais, o que reforça a não rejeição da hipótese nula.

Em resumo, o teste t não encontrou diferenças significativas entre os grupos analisados em relação à moradia.

Quadro 8: Teste t - Família x Sozinho

Teste-t: duas amostras presumindo variâncias equivalentes		
	<i>Variável 1</i>	<i>Variável 2</i>
Média	4,19047619	4,226666667
Variância	0,373079365	0,25447619
Observações	56	15
Variância agrupada	0,349014953	
Hipótese da diferença de média	0	
gl	69	
Stat t	-0,21070884	
P(T<=t) uni-caudal	0,416867754	
t crítico uni-caudal	1,667238549	
P(T<=t) bi-caudal	0,833735508	
t crítico bi-caudal	1,994945415	

Fonte: Elaborado pelas autoras.

O valor de t (-0,21070884) é muito pequeno e está próximo de zero. Isso sugere que não há uma diferença significativa entre as médias das duas amostras. Os valores p (0,416867754 para uni-caudal e 0,833735508 para bi-caudal) são muito altos (bem acima de 0,05). Isso significa que não podemos rejeitar a hipótese nula. Em outras palavras, não há evidência estatística suficiente para concluir que as médias dos grupos "Família" e "Sozinho" são diferentes em relação à moradia. Apesar da diferença no tamanho das amostras, os resultados do teste t indicam que as médias dos dois grupos são estatisticamente semelhantes.

Em resumo, o teste t não encontrou diferenças significativas entre os grupos analisados em relação à moradia.

Quadro 9: Teste t - Família x República

Teste-t: duas amostras presumindo variâncias equivalentes		
	<i>Variável 1</i>	<i>Variável 2</i>
Média	4,19047619	4,298666667
Variância	0,373079365	0,350785185
Observações	56	25
Variância agrupada	0,36630645	
Hipótese da diferença de média	0	
gl	79	
Stat t	-0,74317015	
P(T<=t) uni-caudal	0,229791531	
t crítico uni-caudal	1,664371409	
P(T<=t) bi-caudal	0,459583062	
t crítico bi-caudal	1,99045021	

Fonte: Elaborado pelas autoras.

O valor de t (-0,74317015) é muito pequeno e está próximo de zero. Isso sugere que não há uma diferença significativa entre as médias das duas amostras. Os valores p (0,229791531 para uni-caudal e 0,459583062 para bi-caudal) são muito altos (bem acima de 0,05). Isso significa que não podemos rejeitar a hipótese nula. Em outras palavras, não há evidência estatística suficiente para concluir que as médias dos grupos "Família" e "República" são diferentes em relação à moradia. O valor de t é menor que os valores críticos uni e bi-caudais, o que reforça a não rejeição da hipótese nula.

Em resumo, o teste t não encontrou diferenças significativas entre os grupos analisados em relação à moradia.

Quadro 10: Teste t - Amigos x República

Teste-t: duas amostras presumindo variâncias equivalentes		
	<i>Variável 1</i>	<i>Variável 2</i>
Média	4,254166667	4,298666667
Variância	0,375833333	0,350785185
Observações	16	25
Variância agrupada	0,360419088	
Hipótese da diferença de média	0	
gl	39	
Stat t	0,231523024	
P(T<=t) uni-caudal	0,409059485	
t crítico uni-caudal	1,684875122	
P(T<=t) bi-caudal	0,818118971	
t crítico bi-caudal	2,02269092	

Fonte: Elaborado pelas autoras.

O valor de t (-0,231523024) é muito pequeno e está próximo de zero. Isso sugere que não há uma diferença significativa entre as médias das duas amostras. Os valores p (0,409059485 para uni-caudal e 0,818118971 para bi-caudal) são muito altos (bem acima de 0,05). Isso significa que não podemos rejeitar a hipótese nula. Em outras palavras, não há evidência estatística suficiente para concluir que as médias dos grupos "Amigos" e "República" são diferentes em relação à moradia. O valor de t é menor que os valores críticos uni e bi-caudais, o que reforça a não rejeição da hipótese nula.

Em resumo, o teste t não encontrou diferenças significativas entre os grupos analisados em relação à moradia.

Quadro 11: Teste t - República x Sozinho

Teste-t: duas amostras presumindo variâncias equivalentes		
	Variável 1	Variável 2
Média	4,298666667	4,226666667
Variância	0,350785185	0,25447619
Observações	25	15
Variância agrupada	0,315302924	
Hipótese da diferença de média	0	
gl	38	
Stat t	0,392603472	
P(T<=t) uni-caudal	0,348403028	
t crítico uni-caudal	1,68595446	
P(T<=t) bi-caudal	0,696806056	

Fonte: Elaborado pelas autoras.

O valor de t (0,392603472) é muito pequeno e está próximo de zero. Isso sugere que não há uma diferença significativa entre as médias das duas amostras. Os valores p (0,348403028 para uni-caudal e 0,696806056 para bi-caudal) são muito altos (bem acima de 0,05). Isso significa que não podemos rejeitar a hipótese nula. Em outras palavras, não há evidência estatística suficiente para concluir que as médias dos grupos "República" e "Sozinho" são diferentes em relação à moradia. Apesar da diferença no tamanho das amostras, os resultados do teste t indicam que as médias dos dois grupos são estatisticamente semelhantes.

Em resumo, o teste t não encontrou diferenças significativas entre os grupos analisados em relação à moradia.

Uma análise geral dos testes realizados indica que o tipo de moradia não apresenta diferença significativa da presença do *Burnout*.

4.9.4. Análise de dados: exaustão emocional x descrença x análise acadêmica

Quadro 12: Teste t - Exaustão Emocional x Descrença

Teste-t: duas amostras presumindo variâncias equivalentes		
	Variável 1	Variável 2
Média	4,7	3,783482143
Variância	1,209369369	2,286594072
Observações	112	112
Variância agrupada	1,747981721	
Hipótese da diferença de média	0	
gl	222	
Stat t	5,187600234	
P(T<=t) uni-caudal	2,39774E-07	
t crítico uni-caudal	1,651746359	
P(T<=t) bi-caudal	4,79548E-07	
t crítico bi-caudal	1,970707395	

Fonte: Elaborado pelas autoras.

O valor de t (5,187600234) é muito grande, indicando uma diferença significativa entre as médias das duas amostras. Os valores p (2,39774E-07 para uni-caudal e 4,79548E-07 para bi-caudal) são extremamente baixos (muito abaixo de 0,05). Isso significa que podemos rejeitar a hipótese nula. Em outras palavras, há evidência estatística muito forte para concluir que as médias dos grupos "Exaustão Emocional" e "Descrença" são diferentes. O valor de t é muito maior que os valores críticos uni e bi-caudais, o que reforça a rejeição da hipótese nula.

Em resumo, o teste t encontrou diferenças significativas entre os grupos analisados. Há uma diferença estatisticamente significativa entre os grupos "Exaustão Emocional" e "Descrença".

Quadro 13: Teste t - Exaustão Emocional x Eficácia Acadêmica

Teste-t: duas amostras presumindo variâncias equivalentes		
	Variável 1	Variável 2
Média	4,7	4,132440476
Variância	1,209369369	1,07464384
Observações	112	112
Variância agrupada	1,142006605	
Hipótese da diferença de média	0	
gl	222	
Stat t	3,974395856	
P(T<=t) uni-caudal	4,77147E-05	
t crítico uni-caudal	1,651746359	
P(T<=t) bi-caudal	9,54294E-05	
t crítico bi-caudal	1,970707395	

Fonte: Elaborado pelas autoras.

O valor de t (3,974395856) é relativamente grande, indicando uma diferença significativa entre as médias das duas amostras. Os valores p (4,77147E-05 para uni-caudal e 9,54294E-05 para bi-caudal) são muito baixos (abaixo de 0,05). Isso significa que podemos rejeitar a hipótese nula. Em outras palavras, há evidência estatística muito forte para concluir que as médias dos grupos "Exaustão Emocional" e "Eficácia Acadêmica" são diferentes. O valor de t é muito maior que os valores críticos uni e bi-caudais, o que reforça a rejeição da hipótese nula.

Em resumo, o teste t encontrou diferenças significativas entre os grupos analisados. Há uma diferença estatisticamente significativa entre os grupos "Exaustão Emocional" e "Eficácia Acadêmica".

Quadro 14: Teste t - Descrença x Eficácia Acadêmica

Teste-t: duas amostras presumindo variâncias equivalentes		
	Variável 1	Variável 2
Média	3,783482143	4,132440476
Variância	2,286594072	1,07464384
Observações	112	112
Variância agrupada	1,680618956	
Hipótese da diferença de média	0	
gl	222	
Stat t	2,014340843	
$P(T \leq t)$ uni-caudal	0,022590082	
t crítico uni-caudal	1,651746359	
$P(T \leq t)$ bi-caudal	0,045180163	
t crítico bi-caudal	1,970707395	

Fonte: Elaborado pelas autoras.

O valor de t (-2,014340843) é relativamente grande em valor absoluto, indicando uma diferença considerável entre as médias das duas amostras. Os valores p (0,022590082 para uni-caudal e 0,045180163 para bi-caudal) são baixos (abaixo de 0,05). Isso significa que podemos rejeitar a hipótese nula. Em outras palavras, há evidência estatística suficiente para concluir que as médias dos grupos "Descrença" e "Eficácia Acadêmica" são diferentes. O valor de t é maior que os valores críticos uni e bi-caudais, o que reforça a rejeição da hipótese nula.

Em resumo, o teste t encontrou diferenças significativas entre os grupos analisados. Há uma diferença estatisticamente significativa entre os grupos "Descrença" e "Eficácia Acadêmica".

Como a exaustão emocional, a descrença e a eficácia acadêmica são entendidas universalmente como as principais dimensões do *Burnout*, de acordo com o "Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI-SS)" (MAROCO; TECEDDEIRO, 2009) a diferença significativa entre os testes t já era esperada, por se tratarem de diferentes componentes do todo.

4.9.5. Resumo

Quadro 15: Análise relacionada ao nível de Burnout

ANÁLISE POR PERÍODO			
DADO ANALISADO	NÍVEL DE <i>BURNOUT</i> (1-6)	NÍVEL DE <i>BURNOUT</i> (%)	CLASSIFICAÇÃO DE <i>BURNOUT</i>
1° ao 5° período	4,2	70,00%	Moderado – alto
6° ao 12° período	4,25	70,83%	Moderado – alto

ANÁLISE RELACIONADA À DIFICULDADE FINANCEIRA			
DADO ANALISADO: DECLARAÇÃO DE DIFICULDADE FINANCEIRA	NÍVEL DE <i>BURNOUT</i>	NÍVEL DE <i>BURNOUT</i> (%)	CLASSIFICAÇÃO DE <i>BURNOUT</i>
Sim	4,55	75,83%	Moderado – alto
Às vezes	4,15	69,17%	Moderado – alto
Não	4,13	68,83%	Moderado – alto

ANÁLISE RELACIONADA AO MODO DE MORAR			
DADO ANALISADO	NÍVEL DE <i>BURNOUT</i>	NÍVEL DE <i>BURNOUT</i> (%)	CLASSIFICAÇÃO DE <i>BURNOUT</i>
Moram com amigos	4,26	71,00%	Moderado – alto
Moram com família	4,2	70,00%	Moderado – alto
Moram em república	4,3	71,67%	Moderado – alto
Moram sozinhos	4,23	70,50%	Moderado – alto

ANÁLISE A PARTIR DA CLASSIFICAÇÃO ACADÊMICA			
DADO ANALISADO	NÍVEL DE <i>BURNOUT</i> (1-6)	NÍVEL DE <i>BURNOUT</i> (%)	CLASSIFICAÇÃO DE <i>BURNOUT</i>
Exaustão emocional	4,7	78,33%	Moderado – alto
Descrença	3,78	63,00%	Moderado – alto
Eficácia acadêmica	4,13	68,83%	Moderado – alto

ANÁLISE GERAL			
DADO ANALISADO	NÍVEL DE <i>BURNOUT</i> (1-6)	NÍVEL DE <i>BURNOUT</i> (%)	CLASSIFICAÇÃO DE <i>BURNOUT</i>
<i>Burnout</i> geral	4,23	70,50%	Moderado – alto

Fonte: Elaborado pelas autoras.

A Análise geral indica um nível de *Burnout* moderado-alto, com uma pontuação de 4,23 (70,5%), ressaltando a importância de estratégias para prevenção e manejo do estresse.

Dado os resultados e comparando-os com os estudos da curva de Yerkes-Dodson, representada na Figura 1 (Borba, 2023), indica-se que o grupo pesquisado se encontra, em grande maioria, em um nível de distresse que varia da sobrecarga à exaustão.

O quadro e o gráfico abaixo apresentam o nível de *Burnout*, de acordo com a classificação adotada, pela média e quantidade de entrevistados.

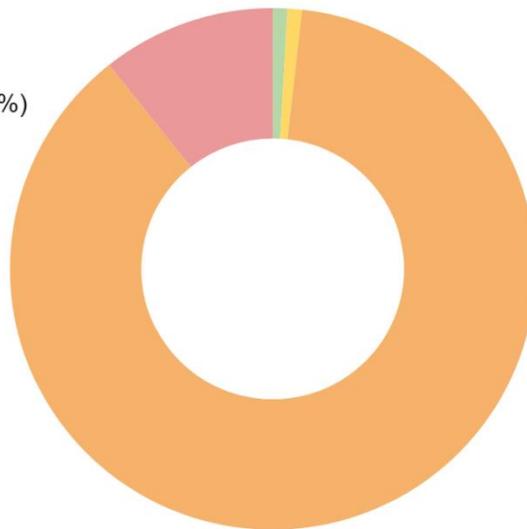
Quadro 16: Média de Burnout nos entrevistados de acordo com classificação

Média de Burnout nos entrevistados de acordo com classificação			
Baixo	Moderado	Moderado - Alto	Alto
1 Entrevistado	1 Entrevistado	98 Entrevistados	12 Entrevistados
2,866666667	3	4,125252525	5,194444444

Fonte: Elaborado pelas autoras.

Figura 20: Gráfico Porcentagem de Burnout nos entrevistados x classificação

- Baixo (0,9%)
- Moderado (0,9%)
- Moderado - Alto (87,5%)
- Alto (10,7%)



Fonte: Elaborado pelas autoras.

O quadro e o gráfico ilustram os resultados anteriores, apresentando que 98 dos entrevistados (87,5%) apresentaram nível moderado - alto de *Burnout*. Apenas 0,9% apresentaram nível baixo, 0,9% apresentaram nível moderado e apenas 10,7% apresentaram nível alto.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo investigou a incidência da Síndrome de *Burnout* (SB) entre estudantes de graduação de Instituições Federais de Ensino Superior, considerando suas dimensões de exaustão emocional, despersonalização e baixo sentimento de realização. A partir da aplicação do questionário MSI a 112 estudantes, identificou-se uma alta prevalência do fenômeno, com 70,50% dos participantes classificados nos níveis moderado a alto de *Burnout* e uma média geral de 4,23 no índice da síndrome.

A análise por período acadêmico revelou que tanto os estudantes do 1º ao 5º período (70,00%, média de 4,2) quanto os do 6º ao 12º período (70,83%, média de 4,25) apresentam níveis elevados de *Burnout*. Mesmo que a análise do teste t não tenha apresentado diferença significativa entre os resultados, há leve tendência de aumento nos períodos mais avançados. Observou-se um pico da síndrome no 4º e 8º períodos, indicando que esses são momentos críticos na trajetória acadêmica, possivelmente associados ao aumento da carga de estudos e avaliações mais exigentes. A leve redução dos níveis de *Burnout* nos períodos finais pode estar relacionada à evasão daqueles que não suportam a pressão acadêmica.

A relação entre dificuldades financeiras e *Burnout* ficou evidente nos resultados. A aplicação do teste t encontrou diferenças estatísticas significativas entre os grupos analisados. Estudantes que relataram instabilidade econômica apresentaram índices superiores de exaustão emocional (75,83%, média de 4,55) em comparação àqueles que não enfrentam dificuldades financeiras (68,83%, média de 4,13). Esse achado reforça a importância de considerar fatores socioeconômicos na análise da saúde mental universitária, uma vez que a insegurança financeira pode potencializar os impactos negativos do ambiente acadêmico.

Apesar do teste t não apresentar diferença estatística significativa em relação a influência do tipo de moradia nos níveis de *Burnout*, há uma leve diferença nos resultados apresentados. Aqueles que moram com amigos (71,00%, média de 4,26) ou em repúblicas (71,67%, média de 4,3) relataram níveis ligeiramente mais altos da síndrome do que aqueles que vivem com a família (70,00%, média de 4,2) ou sozinhos (70,50%, média de 4,23). Esses dados sugerem que o suporte social e a estabilidade proporcionados pelo convívio familiar podem atenuar os sintomas do *Burnout*, enquanto o isolamento ou a convivência em ambientes de maior instabilidade podem intensificá-los.

No que se refere à distribuição por área de formação, os dados indicam que estudantes das Ciências Sociais Aplicadas, Ciências Exatas e Ciências Humanas apresentam maiores

índices de exaustão emocional e descrença, enquanto alunos das Ciências da Saúde e Ciências Sociais demonstram menor impacto. Essa diferença pode estar relacionada à carga horária, ao tipo de avaliação e às exigências específicas de cada curso.

Além disso, a análise por dimensão da síndrome revelou que a exaustão emocional é o aspecto mais afetado, com 78,33% dos estudantes apresentando altos índices (média de 4,7), seguida pela descrença (63,00%, média de 3,78) e pela eficácia acadêmica (68,83%, média de 4,13). A análise estatística por teste t revelou uma grande diferença entre os resultados apresentados. Esses resultados indicam que a fadiga mental e emocional é o fator predominante do *Burnout* acadêmico, o que pode comprometer tanto o desempenho acadêmico quanto o bem-estar geral dos estudantes.

Embora esta pesquisa tenha limitações, como o uso de uma amostra por conveniência, seus achados contribuem para a ampliação do conhecimento sobre a Síndrome de *Burnout* no ambiente universitário e podem subsidiar a formulação de estratégias institucionais mais eficazes, ou ainda o autocuidado com a saúde mental dos próprios alunos. Diante disso, destaca-se a necessidade de investimentos em programas de apoio psicológico, ações de promoção da saúde mental e medidas que minimizem o estresse acadêmico, como estratégias de gestão do tempo, planejamento acadêmico e suporte financeiro, ou ainda o auto cuidado com a saúde mental dos próprios alunos.

Por fim, sugere-se que estudos futuros aprofundem a investigação de outros fatores que possam influenciar a incidência do *Burnout*, como a carga horária de estudos, a relação com docentes e a presença de transtornos psicológicos pré-existentes. Compreender melhor esses aspectos permitirá a formulação de políticas institucionais mais eficazes e contribuirá para a melhoria da experiência acadêmica e do bem-estar dos estudantes.

REFERÊNCIAS

- ASSUNÇÃO, Hugo; MARÔCO, João. Utilização de medicamentos em estudantes universitários com *Burnout*. *Psic., Saúde & Doenças*, v. 21, n. 1, p. 15-21, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.15309/20psd210104>. Acesso em: 12 de jan. de 2025.
- BERTASSO, N. C., Endo, G. Y, Colares-Santos, L., Rodrigues, V. C., Caetano, W. A. O que se pesquisa sobre a síndrome de *Burnout*? Uma análise bibliométrica e sistemática. *Ciências Sociais Aplicadas Em Revista*, 26(46), 38–51. 2023. DOI: <https://doi.org/10.48075/csar.v26i46.30313>. Acesso em: 12 de jan. de 2025.
- BORBA, JV de. Avaliação dos efeitos promovidos pelo estresse agudo e estresse estressante imprevisível sobre o padrão do comportamento exploratório em peixe-zebra. 2023. Dissertação de Mestrado. [Programa de Pós-Graduação em Ciências Biológicas: Bioquímica Toxicológica](#) da Universidade Federal de Santa Maria – Rio Grande do Sul. Disponível em: <https://repositorio.ufsm.br/handle/1/28334>. Acesso em: 22 de jan. de 2025.
- CABRAL, Cindy Araújo. **Emoções e aprendizagem**: a importância da dimensão afetiva no processo de aprendizagem e sua contribuição na formação de novos docentes. Trabalho de conclusão de curso apresentado a Universidade Federal da Paraíba 2023. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/29203>. Acesso em: 22 de jan. de 2025.
- CADIZ, V. *et al.* A síndrome de *Burnout* e os valores organizacionais: um estudo comparativo em hospitais universitários. *Revista de Psicologia*, São Paulo, v. 25, n. 1, p. 11-23, 1997. FREUDENBERGER, H. J. *The staff Burnout syndrome: Job stress in the human services*. New York: Doubleday, 1974. Disponível em: https://www.scielo.br/j/prc/a/kKNxbMsGvwQH_6FmnyRwD3Ps/. Acesso em: 22 de jan. de 2025.
- CALAINHO, Paula; CRUZ, Sofia Alexandra; CERDEIRA, Jorge. *Burnout* no ensino superior: Um estudo exploratório. In: Fórum Sociológico. Série II. CESNOVA, 2022. p. 47-59. [Journals.openedition.org/sociologico](http://journals.openedition.org/sociologico). URL: http://journals.openedition.org/sociologico/10_862; DOI: <https://doi.org/10.4000/sociologico.10862>. Acesso em: 12 de jan. de 2025.
- CAMPOS, Isabele Fontenele de Santiago; CAMARA, Gisele Ferreira; CARNEIRO, Amanda Galdino; KUBRUSLY, Marcos; PEIXOTO, Raquel Autran Coelho; PEIXOTO, Arnaldo Aires. Síndrome do impostor e sua associação com depressão e *Burnout* entre estudantes de medicina. *Revista brasileira de educação médica*. 46(2), e068. 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-5271v46.2-20200491>. Acesso em: 10 de jan. de 2025.
- CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Síndrome de *Burnout* em estudantes universitários trabalhadores e não trabalhadores. *Revista Estudos Psicológicos*, Peru, v. 3, n. 3, p. 21-34, jul. 2023 DOI: <https://doi.org/10.35622/j.rep.2023.03.002>. Acesso em: 20 de jan. de 2025.
- CERIBELI, Harrison Bachion; CAMÊLO, Bruno de Carvalho; MACIEL, Gustavo Nunes. *Burnout* no ensino superior: um estudo no contexto brasileiro. *Revista Gestão e*

Planejamento, Salvador, v. 23, p. 250-267, jan./dez. 2022 DOI: <https://dx.doi.org/10.53706/gep.v.23.7389>. Acesso em: 12 de jan. de 2025.

COSTA, Wilnaira; MOTA, N. B., DE SOUSA LEITE, L. O., DE MELO, F. N. O., LIMA FILHO, A. C. M. Avaliação dos níveis de estresse e Síndrome de *Burnout* em acadêmicos de medicina de uma universidade no Maranhão. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 23, n. 7, p. e12898-e12898, 2023. DOI: <https://doi.org/10.25248/reas.e12898.2023>. Acesso em: 12 de jan. de 2025.

DINIS, T., Santiago, LM, Caetano, IR, & Marôco, JP (2020). Perfeccionismo, *Burnout* e Atividades Extracurriculares entre Estudantes de Medicina da Universidade de Coimbra. **Acta Médica Portuguesa**, 33 (6), 367–375. DOI: <https://doi.org/10.20344/amp.12083>. Acesso em: 12 de jan. de 2025.

EMERSON, D. J., HAIR, J. F. SMITH, K. J. Psychological distress, *Burnout*, and business student turnover: The role of resilience as a coping mechanism. **Research in Higher Education**, 64, 228–259. 2023. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11162-022-09704-9>. Acesso em: 12 de jan. de 2025.

FIELD, Andy P. *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics*. 5. ed. Thousand Oaks: Sage Publications Inc., 2018. ISBN 9781526436566. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Abdelrahman-Zueter/post/What_are_the_conditions_for_using_Ordinal_Logistic_regression_Can_anyone_share_the_various_regression_methods_and_their_application/attachment/59d637d8c49f478072ea5080/AS%3A273691429015552%401442264529487/download/DISCOVERING+STATISTICS.pdf. Acesso em: 12 abr. 2025.

FIORILLI, C., BARNI, D., RUSSO, C., MARCHETTI, V., ANGELINI, G., ROMANO, L. Esgotamento dos estudantes na universidade: o papel do gênero e do status do trabalhador. **Revista Internacional de Pesquisa Ambiental e Saúde Pública**, 19(18), 11341. 2022. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph191811341>. Acesso em: 12 de jan. de 2025.

GHERARDI-DONATO, Edilaine Cristina da Silva; QUINHONEIRO, D. C. G., GIMENEZ, L. B. H., SIQUEIRA, L. H. H., DIAZ-SERRANO, K. V.; ZANETTI, A. C. G., Efetividade de uma intervenção baseada em Mindfulness para redução de estresse e melhora da qualidade de vida em estudantes de enfermagem: Effectson stress andqualityoflife. **SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.** (Ed. port.), Ribeirão Preto, v. 16, n. 3, p. 33-43, set. 2020. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.152589>. Acesso em: 12 de jan. de 2025.

GOMES, Tarsila Dantas da Silva. **Estresse ocupacional, um fenômeno coletivo**: evidências da manifestação em equipes de trabalho. Dissertação de mestrado apresentada Universidade de Brasília - Instituto de Psicologia Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social, do Trabalho e das Organizações 2018. Disponível em: <http://repositorio2.unb.br/jspui/handle/10482/31423>. Acesso em: 11 de jan. de 2025.

GONÇALVES, A. C. M., BALDEZ, A. L. N., NEVES, L. de P., RESENDE, J. C., RODRIGUES, M. C. C.; SILVA, M. A. da. Análise da Síndrome de *Burnout* em estudantes dos cursos noturnos de um centro universitário. **Caderno Pedagógico**, 21(8), e7211. 2024.

Disponível em DOI: <https://doi.org/10.54033/cadpedv21n8-264>. Acesso em: 12 de jan. de 2025.

GONÇALVES, Ana Carolina A. Viana; PEREIRA, Bruno Pscheidt; SOUZA, Edimilson Torquato de; FERNANDES, Gleys Mara Gomes; FITARONI, Juliana Batista. **A IMPORTÂNCIA DE INTERVENÇÕES PARA A PREVENÇÃO DE SUICÍDIOS NO AMBIENTE UNIVERSITÁRIO**. TCC de Psicologia apresentado a UNIVAG – Universidade de Vargem Grande – Mato Grosso, 2024. Disponível em: <https://repositoriodigital.univag.com.br/index.php/Psico/article/view/1946>. Acesso em: 12 de jan. de 2025.

ICLAIKOVSKI FARIAS RODRIGUES; PEREIRA, M. D. P. Síndrome de *Burnout* em profissionais da área da saúde: uma revisão. **Journal of Education Science and Health, [S. l.]**, v. 2, n. 4, p. 1–14, 2022. DOI: 10.52832/jesh.v2i4.176. Disponível em: <https://bio10publicacao.com.br/jesh/article/view/176>. Acesso em: 28 jan. 2025.

JÚNIOR, Pérciles Saraiva Leitão; COSTA, Sueli de Souza; BRITO, Arthur Gomes da Silva; MEDEIROS, Isaías Sousa Mendonça de; MARTINS, José Germano Ferraz; Segundo Ancelmo Portela de Araújo. *Burnout*: manifestações no ciclo básico do curso de Medicina. **Research, Society and Development, [S. l.]**, v. 11, n. 6, p. e46311629251, 2022. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i6.29251>. Acesso em: 20 jan. de 2025.

K LIMA, Maria Rocha de; MORAES, E. A. de. A Relação Entre o *Burnout* e Engajamento Com a Autoeficácia e Autorregulação dos Estudantes Universitários. **Administração: Ensino E Pesquisa**, 24(1) 2023. DOI: <https://doi.org/10.13058/raep.2023.v24n1.2356>. Acesso em: 20 jan. de 2025.

LEITE VF, KOGIEN M, MAIA MCW, BITTENCOURT MN, RÉZIO LA, MARCON SR. Indicadores de sofrimento emocional e atenção plena em estudantes universitários: estudo transversal. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasil, 2024;77(5):e20230499. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2023-0499pt>. Acesso em: 17 jan. de 2025.

LIMA, G. A. de., MEURER, A. M.; LOPES, I. F.; ANTONELLI, R. A. Síndrome de *Burnout*, ansiedade, desempenho acadêmico e características autodeclaradas de estudantes da área de negócios. **RACE - Revista De Administração, Contabilidade E Economia**, 20(3), 351–380.2022.DOI: <https://doi.org/10.18593/race.23708>. Acesso em: 21 jan. de 2025.

MARCHI, Adriela de; LEAL, Fabiana Soares Fernandes. As estratégias adotadas nos planos de desenvolvimento institucional das instituições de ensino superior em relação à síndrome de *Burnout*. **Revista Ensino de Ciências e Humanidades - Cidadania, Diversidade e Bem Estar - RECH**, São Paulo, Editora da Universidade, v. 7, n. 2, p. 439-462, jul-dez 2023. Disponível em: <https://periodicos.ufam.edu.br/index.php/rech/article/view/12922>. Acesso em: 21 jan. de 2025.

MARTÍNEZ-RUBIO D., COLOMER-CARBONELL, A., SANABRIA-MAZO, J. P., PÉREZ-ARANDA, A., NAVARRETE, J., MARTÍNEZ-BROTÓNS, C.,...FELIU-SOLER, A. How mindfulness, self-compassion, and experiential avoidance are related to perceived stress in a sample of university students. **PLoS ONE**, 18(2), e 0280791, 2023. Disponível

em: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0280791>. Acesso em: 21 jan. de 2025.

MASLACH, C., JACKSON, S. E. The measurement of *Burnout*. **Journal of Occupation al Behavior**, 2(2), 99-116. 1981. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/job.4030020205>. Acesso em: 21 jan. de 2025.
 MASLACH, Christina; LEITER, Michael P. Compreendendo a experiência de *Burnout*: pesquisa recente e suas implicações para a psiquiatria. **World psychiatry**, 2016, 15.2: 103-111. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4911781>. Acesso em: 21 jan. de 2025.

MORAIS, Jairo Domingos de; NOBRE, Matheus de Sousa; DESIDERIO, Gabriel Alves; MARTINS, Francisco Iuri da Silva; FELIPE, Gilvan Ferreira. Impacto da pandemia da covid-19 na saúde de estudantes do ensino superior: um índice sintético global. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, Boa Vista, v. 18, n. 52, p. 678–696, 2024. DOI: 10.5281/zenodo.11206708. Disponível em: <https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/4205>. Acesso em: 20 jan. de 2025.

MOTA, Íris D. da, FARIAS, G. O., SILVA, R. da, FOLLE, A. (2017). Síndrome de *Burnout* em estudantes universitários: um olhar sobre as investigações. **Motrivivência**, 29, 243–256. DOI: <https://doi.org/10.5007/2175-8042.2017v29nespp243>. Acesso em: 21 jan. de 2025.

NAUJORKS, M. I., BARASUOL, E. B. *Burnout* docente no trabalho com a inclusão de alunos com necessidades educacionais especiais. **Revista Educação Especial**, 97–104. 2012. Recuperado de <https://periodicos.ufsm.br/educacaoespecial/article/view/4923>. Acesso em: 20 jan. de 2025.

SANTOS, D. C., KERN, B.; ZIMMER BALIN, T.; SCALCO, H., LIMBERGER, T. L.; MOURA, K. Síndrome de *Burnout* na adolescência: uma análise no período pandêmico em uma instituição pública federal. **Revista Educar Mais**, 5(5), 1272–1286. 2021. DOI: <https://doi.org/10.15536/reducarmais.5.2021.2524>. Acesso em: 20 jan. de 2025.

SILVA, Allana Brenda Mendes da; ZANETTE, Carla Bittencourt Felício. SÍNDROME DE *BURNOUT*: UM ESTUDO SOBRE SUA PREVALÊNCIA E IMPACTO NA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS. Trabalho do Curso de Psicologia apresentado a Faculdade Multivix Cachoeiro de Itapemirim-ES. **Revista ambiente Acadêmico** – v.10.1-jan-jun, 2024. página 25 .Edu.br. <https://multivix.edu.br/wp-content/uploads/Revista-Ambiente-Academico-v.10-n.1-jan-jun.-2024.pdf>. Acesso em: 20 de fev. de 2025.

SILVANY, M. A. A.; ARAUJO, M. M. S. de; SANTOS, C. O. dos; FERREIRA, H. S.; OLIVEIRA, I. C. de; CARVALHAL, D. G. F.; BOMFIM, M. V.; SOUZA, M. C. de. O impacto da Síndrome de *Burnout* no processo de ensino-aprendizagem. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, [S. l.], v. 16, n. 7, p. e4695, 2024. DOI: 10.55905/cuadv16n7-008. Disponível em: <https://ojs.cuadernoseducacion.com/ojs/index.php/ced/article/view/4695>. Acesso em: 20 jan. de 2025.

SINICO, A, WINTER, L. L. Ansiedade na Performance Musical: definições, causas, sintomas, estratégias e tratamentos. **Revista do conservatório de música**, (5). 2012. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/index.php/RCM/article/view/2478>. Acesso em: 20 de fev. de 2025.

SOUZA, R. S. D.; TRIGUEIRO, R. P. C.; ALMEIDA, T. N. V. D.; OLIVEIRA, J. A. D. A pós-graduação e a síndrome de *Burnout*: estudo com alunos de mestrado em Administração. **Revista Pensamento Contemporâneo em Administração**, v. 4, n. 3, p. 12-21, 2010. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4417/441742840002.pdf>. Acesso em: 20 de fev. de 2025.

TRIOLA, Mario F. *Elementary Statistics*. 14. ed. Boston: Pearson, 2021. Disponível em: <https://books.tarbaweya.org/static/documents/uploads/pdf/Elementary%20statistics%20Triola.pdf>. Acesso em: 12 abr. 2025.

VASCONCELOS, TC de; DIAS, BRT; ANDRADE, LR, MELO, GF; BARBOSA, L, SOUZA E. Prevalência de Sintomas de Ansiedade e Depressão em Estudantes de Medicina. **Rev bras educ med** [Internet]. 2015 Jan;39(1):135–42. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v39n1e00042014>. Acesso em: 20 jan. de 2025.

VIANA, G. M., SILVA, T. G., OLIVEIRA, C. T., CASTRO, M. F. R., CARREIRO, D. L., COUTINHO, L. T. M., COUTINHO, W. L. M. Relação entre síndrome de *Burnout*, ansiedade e qualidade de vida entre estudantes de ciências da saúde. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, 12(1), 876-885, 2014. DOI: <http://dx.doi.org/10.5892/ruvrd.v12i1.1471>. Acesso em: 20 jan. de 2025.

VIEIRA, I. Conceito(s) de *Burnout*: questões atuais da pesquisa e a contribuição da clínica. **Revista Brasileira De Saúde Ocupacional**, 35(122), 269–276. 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0303-76572010000200009>. Acesso em: 20 jan. de 2025.

APÊNDICE II – QUESTIONÁRIO SOBRE A SÍNDROME DE BURNOUT.

SÍNDROME DE *BURNOUT* NOS ALUNOS DE GRADUAÇÃO DAS INSTITUIÇÕES FEDERAIS DE ENSINOS SUPERIORES.

Entre as perguntas presentes no questionário MSI, estão:

Qual é o seu curso de graduação?

Qual é o seu período?

Com quem você mora?

Possui dificuldades financeiras para permanecer na faculdade?

Você trabalha?

Recebe algum auxílio do governo?

Exaustão Emocional

1. Sinto-me esgotado(a) emocionalmente em relação às minhas atividades acadêmicas.
2. Sinto-me excessivamente exausto ao final do meu dia de estudo.
3. Levanto-me cansado(a) e sem disposição para estudar.
4. Estudar ou assistir a uma aula deixam-me tenso.
5. Os meus estudos deixam-me completamente esgotado.

Descrença

1. Eu questiono o sentido e a importância de meus estudos.
2. Tenho vindo a desinteressar-me pelos meus estudos desde que ingressei na universidade.
3. Sinto-me pouco entusiasmado com os meus estudos.
4. Sinto-me cada vez mais descrente relativamente à utilidade potencial dos meus estudos e da utilidade dos meus estudos.

Eficácia Acadêmica

- 1 - Tenho aprendido muitas matérias interessantes durante o meu curso
- 2 - Sinto-me confiante durante as aulas e consigo resolver as tarefas de forma eficaz.
- 3 - Sinto-me estimulado quando alcanço os meus objetivos escolares.
- 4 - Sinto que sou um bom aluno.
- 5 - Consigo resolver, de forma eficaz, os problemas que resultam dos meus estudos.
- 6 - Durante a aula, sinto que consigo acompanhar as matérias de forma eficaz.

