

## (Des)conhecimento da Síndrome de Burnout entre acadêmicos de enfermagem

### Nursing students' unawareness of Burnout Syndrome

## (Des)conocimiento del Síndrome de Burnout entre estudiantes de enfermería

Sabrina Corral-Mulato<sup>1</sup>; Sonia Maria Villela Bueno<sup>II</sup>

**RESUMO:** O estudo objetivou investigar o conhecimento do aluno de enfermagem sobre a Síndrome de Burnout e promover um programa educativo nesse sentido. Para tanto foi realizada uma pesquisa quali-quantitativa, mediada pela metodologia da pesquisa-ação, utilizando a observação participante e questionário, em uma universidade pública do interior de São Paulo, de novembro/2009 até julho/2010. A análise dos dados foi feita por categorização, resultando em eixos temáticos norteadores do programa educativo. Participaram 29 alunos do 4º ano de licenciatura, maioria mulher, entre 20 e 25 anos, solteira. Destes, 9(31%) não conheciam a síndrome, 19(65%) conheciam, porém, 4(21%) não se lembravam e 3(15,8%) se equivocaram. Sabendo que serão futuros profissionais vulneráveis para o estresse, cansaço e desconforto físico (enfermagem/docência), ressalta-se a necessidade de um programa educativo, visando a identificação adequada e busca de auxílio para prevenção, controle e tratamento precoce desta síndrome.

**Palavras-Chave:** Burnout; estudantes de enfermagem; educação em saúde; promoção da saúde.

**ABSTRACT:** The study aimed to assess nursing students' knowledge of Burnout Syndrome, and to promote an educational program in this respect. To that end, a qualitative and quantitative study, mediated by the action-research methodology using participatory observation and a questionnaire, was conducted at a public university in São Paulo, from November 2009 to July 2010. Data was analyzed by categorization, which resulted in guiding themes for the educational program. The participants were 29 4<sup>th</sup> year undergraduate students, mostly women, between 20 and 25 years old, and unmarried. Of these, 9(31%) were unaware of the syndrome, 19(65%) knew of it, but 4(21%) did not remember and 3(15,8%) were wrong. The knowledge that these future health nursing/teaching professionals will be liable to stress, fatigue and physical discomfort underlines the need for an educational program to enable them to identify this syndrome properly and seek appropriate care for its prevention, control and early treatment.

**Keywords:** Burnout syndrome; nursing students; health education; health promotion.

**RESUMEN:** El objetivo del estudio fue evaluar los conocimientos del estudiante de enfermería sobre el Síndrome de Burnout y promover programa educativo en esa dirección. A tal fin, se realizó investigación cualitativa y cuantitativa, mediada por investigación-acción, utilizando observación participante y cuestionario, celebrada en una universidad pública de São Paulo-SP-Brasil, desde noviembre/2009 a julio/2010. El análisis de los datos fue por categorización, dando como resultado temas orientadores del programa educativo. Participaron 29 estudiantes de pregrado de 4º año, la mayoría mujeres, entre 20 y 25 años, soltera. De estos, 9(31%) no conocían el síndrome, 19(65%) conocían, sin embargo, 4(21%) no tenían recordación, y 3(15,8%) se equivocaron. Sabiendo de que los futuros profesionales son vulnerables para el estrese, fatiga y malestar físico (enfermería/enseñanza), se resalta la necesidad de un programa educativo, destinado a la identificación adecuada y busca de ayuda en la prevención, control y tratamiento precoz de este síndrome.

**Palabras Clave:** Burnout; estudiantes de enfermería; educación en salud; promoción de la salud.

## INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout é uma doença consequente da desarmonia entre as esferas somática, intelectual e emocional, e pode levar a graves consequências nas esferas pessoal, familiar e profissional. Apresenta-se de forma insidiosa, lenta, progressiva e dificilmente é detectada nesta fase, podendo causar sensação de mal-estar indefinido físico ou mental, resultante de excesso de trabalho<sup>1</sup>.

Apesar de a maioria dos estudos sobre Burnout estar relacionada aos profissionais das áreas principal-

mente da saúde e educação, esta síndrome já vem sendo considerada uma questão relevante e diferenciada também em relação aos estudantes das áreas correlatas<sup>2</sup>. Nesse sentido, alguns pesquisadores estão aplicando o conceito e realizando importantes estudos com esta população, em diversos setores da área da saúde<sup>2-10</sup>.

Neste ínterim, o objetivo deste estudo foi investigar o conhecimento do aluno de enfermagem sobre a Síndrome de Burnout e promover um programa educativo nesse sentido.

<sup>1</sup>Aluna de Pós-Doutorado da Universidade de São Paulo, Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Departamento de Enfermagem Psiquiátrica e Ciências Humanas. Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil. E-mail: sbcorral@yahoo.com.br.

<sup>II</sup>Professora Titular da Universidade de São Paulo, Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Departamento de Enfermagem Psiquiátrica e Ciências Humanas. Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil. E-mail: smvbueno@ceerp.usp.br

## REVISÃO DE LITERATURA

A Síndrome de Burnout é uma reação cumulativa a estressores ocupacionais contínuos, caracterizada como importante fator de risco para problemas de saúde mental, sendo capaz de provocar impacto importante na vida familiar e no trabalho do indivíduo afetado<sup>11</sup>.

Pode ser causada por fatores individuais, ambientais e genéticos, quando ocorrem simultaneamente. Ademais, o alto contingente de elementos imponderáveis do trabalho, uma relativa identificação, bem como os laços afetivos que, muitas vezes, se estabelecem entre o profissional e seu cliente podem contribuir para uma maior incidência<sup>12</sup>.

Os primeiros sinais do sofrimento mental são: a perda de energia e o cansaço contínuo, exaustão, desinteresse e apatia, entre outros<sup>13</sup>.

Os principais sintomas apresentados na Síndrome de Burnout são<sup>1</sup>:

- Físicos (fadiga constante e progressiva, distúrbios do sono e dores musculares, crises de sudorese e cefaléia do tipo tensional ou enxaqueca, opressão precordial ou palpitações, perturbações gastrintestinais e diminuição da imunidade);

- Psíquicos (diminuição da memória evocativa e de fixação, dificuldade de concentração, diminuição da capacidade de tomar decisões, manifestações paranóides, sentir-se injustiçado, incompreendido, fixação de ideias e obsessão por determinados problemas, ideação fantasiosa, lentificação do pensamento e dificuldade de aprender fatos novos, diminuição da espontaneidade e criatividade em geral);

- Emocionais (desânimo, perda do entusiasmo e da alegria, ansiedade e depressão, impaciência, irritação, pessimismo, autodepreciação e culpa);

- Comportamentais (tendência ao isolamento, menor flexibilidade nos relacionamentos, dificuldade na aceitação de novas situações, perda de interesse pelo trabalho e lazer, aumento do consumo de bebidas alcoólicas, tabaco e drogas tranquilizantes, além de forte tendência para o absentismo).

A Síndrome de Burnout não afeta somente os profissionais docentes, mas também os estudantes de áreas correlatas. Pode-se visualizar íntima relação entre trabalho (estágio) e estudo, sendo afetado o desempenho nas duas dimensões<sup>3</sup>.

Estudo anterior com alunos de graduação em enfermagem, do 1º ao 4º. ano, observou elevada média na dimensão *reduzida realização profissional*, alertando para a necessidade de intervenção junto aos participantes, objetivando reencontrar a motivação inicial da sua escolha profissional<sup>4</sup>.

Ainda, os alunos quando se aproximam do final do curso de graduação vivenciam situações diversas

como o medo quanto ao futuro, deixando as responsabilidades de ser aluno para se tornar profissional, exigências que podem ser citadas como fontes de estresse<sup>14</sup>.

As intervenções e os programas preventivos procuram destacar três níveis<sup>15</sup>:

- Centrados na resposta do indivíduo (ensinar ao trabalhador estratégias de enfrentamento adaptativas diante de situações estressantes);

- Centrados no contexto ocupacional (necessidade de mudar a situação em que se desenvolvem as atividades, principalmente na organização);

- Centrados na interação do contexto ocupacional e do indivíduo (combinam os dois níveis anteriores, entendendo o Burnout como consequência da relação do sujeito e o meio laboral).

Além disso, o desenvolvimento de métodos de orientação e treinamento para prevenção de disfunções e distúrbios emocionais deve ser meta centrada nos cursos de graduação<sup>14</sup>.

Desse modo, a informação se torna crucial, possibilitando aos profissionais estarem alerta sobre o problema bem como buscar ajuda, caso necessário<sup>16</sup>. Há necessidade de preparo dos futuros profissionais da saúde para que eles desenvolvam o cuidado de si, como condição precedente para cuidar de outros<sup>17</sup>.

## METODOLOGIA

A presente investigação apropriou-se da pesquisa quali-quantitativa, com cunho humanista, mediatizada pela metodologia da pesquisa-ação, segundo referenciais teóricos e metodológicos<sup>18-20</sup>. Essa permite o levantamento de necessidades/problemas e propõe o desenvolvimento de ações educativas, conjuntamente com os participantes do estudo, tendo em vista a reflexão e a mudança individual e a transformação da realidade sobre a temática central.

Este estudo foi realizado após aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), protocolo nº. 1079/2009, segundo a Resolução nº 196/96, do Conselho Nacional de Saúde, que orienta para as Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisas envolvendo Seres Humanos, atendendo aos preceitos éticos.

Os participantes da presente pesquisa se constituíram de 32 alunos do Curso de Licenciatura e Bacharelado em Enfermagem de uma faculdade pública do interior do Estado de São Paulo, que estavam cursando o quarto (4º.) ano de graduação, no ano letivo de 2009. Desses, 29 aceitaram participar da pesquisa. Esta turma foi selecionada por ser a primeira do curso nesta escola e estar prestes a concluir o curso de graduação sendo, portanto, uma amostra de conveniência.

A pesquisa constou de três momentos para a coleta de dados, descritos a seguir.

O primeiro foi a aplicação da técnica da observação participante, para detectar dados do ambiente acadêmico, que ocorreu na própria sala de aula, durante a disciplina de Metodologia do Ensino em Enfermagem I, no mês de novembro de 2009, em três encontros de 4 horas cada um, aproximadamente, fazendo-se uso do instrumento diário de campo.

Esta técnica realizada por contato direto do pesquisador com o fenômeno observado, para obter informações sobre a realidade dos participantes da pesquisa em seu contexto, é importante para captar situações que não são obtidas por meio de perguntas<sup>21</sup>.

Após, foi realizado o levantamento de dados sociodemográficos e questões do tema central, utilizando como instrumento um questionário autoaplicável desenvolvido e validado pelos autores. Essa coleta foi desenvolvida em sala de aula, após as atividades acadêmicas, em novembro de 2009, com duração de, aproximadamente, 30 minutos. Foram distribuídos 32 envelopes fechados contendo um questionário e duas cópias do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) assinadas pelo pesquisador e foram recebidos 29 questionários respondidos.

Para tanto, esse questionário constou de duas partes: a primeira com dados sociodemográficos; a segunda com questões relativas à temática do estudo: Você já ouviu falar em Síndrome de Burnout? O quê?

Para a identificação dos sujeitos foi atribuída a letra P, de participantes, e o número foi dado de acordo com a sequência de devolução dos envelopes.

Após aplicação dos questionários, foi efetivado o levantamento dos problemas, para a análise das respostas obtidas, por meio do levantamento do universo temático (para identificação das categorias), fazendo uso de referencial teórico-metodológico<sup>19,20</sup>.

Este referencial se fundamenta na pedagogia da conscientização, dentro da abordagem crítico-social, que significa aprender a ler o mundo e compreender o seu contexto. Esse procedimento visa à descrição e interpretação da situação dos sujeitos pesquisados, caracterizando suas necessidades, conhecimentos prévios e habilidades. A organização dessa análise propõe as seguintes fases<sup>20</sup>: levantamento dos temas geradores; organização do material da coleta de dados; seleção e codificação de palavras e frases registradas/emitidas; síntese de palavras e frases selecionadas; ordem dos temas geradores.

Posteriormente foram desenvolvidas as ações/intervenções educativas, quando uma cartilha educativa foi elaborada pelos próprios pesquisadores, na qual foram abordados todos os aspectos da Síndrome de Burnout, com ilustrações e linguagem

adequada ao público alvo. Além disso, foi solicitado que os participantes fizessem uma avaliação do material distribuído.

A opção pela pesquisa-ação foi devido a ela nos permitir diagnosticar necessidades e propor ações/intervenções educativas, favorecendo melhor compreensão e interpretação dos achados. Isso nos permite, então, chegar à análise dos eixos temáticos, visando à elaboração, complementação e execução de um programa, além do planejamento e efetivação de uma cartilha educativa, considerando a importância da parceria, da cumplicidade e da conscientização dos sujeitos para a mudança e transformação<sup>20</sup>.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

### Dados pessoais e profissionais

Com relação aos dados pessoais, os alunos que participaram do presente estudo se caracterizam em: 24(82,8%) do sexo feminino; 19(65,5%) com idade entre 20 e 25 anos; 19(65,5%) católicos; 24(82,8%) solteiros; 25(86,2%) sem filhos. Todos ingressaram na universidade no ano de 2006, primeiro ano do Curso de Bacharelado e Licenciatura em Enfermagem, na citada escola e cursam entre cinco e sete matérias no oitavo período. Dos participantes, 23(79,3%) apenas estudam, nenhum possui outro curso superior e 7(24,1%) possuem experiência profissional na área da saúde. Com relação à cidade de procedência, 11(37,9%) são da cidade onde está localizada a universidade pesquisada e 10(34,5%) de cidades dessa mesma região; 14(48,3%) referiram morar com os pais e 6(20,7%) com marido/filhos.

### Categoria: conhecimento dos alunos sobre a Síndrome de Burnout

Quando perguntados sobre o conhecimento da Síndrome de Burnout, 9(31%) afirmaram que não a conhecem, 19(65%) disseram conhecer ou já terem ouvido falar dela e 1(3,4%) não respondeu a esta questão.

Em estudo realizado anteriormente com alunos de enfermagem do 1º ao 4º. ano, 62% referiram não conhecer a síndrome<sup>4</sup>, diferente deste estudo, no qual apenas 31% relataram o desconhecimento. Entretanto, apenas 1/3 dos pesquisados respondeu adequadamente à definição da mesma.

Apesar de 19 (65%) alunos responderem conhecer ou pelo menos saber do que se trata a Síndrome de Burnout, apenas 10(52,6%) deles deram respostas adequadas e conscientes sobre o tema. Dos que referiram conhecê-la, 4(21%) informaram não se lembrar do que se trata, 3(15,8%) deram respostas equivocadas sobre a síndrome e 2(10,5%) responderam de forma vaga sobre o assunto.

Sugerindo que grande parte deles realmente não sabia do que se tratava o problema em questão.

Em estudo anterior, entre os 38% que referiram conhecer a Síndrome de Burnout, 56,4% a definiram como sendo uma doença psicológica causada pelo estresse de uma profissão, 38,5% como exaustão, cansaço e limitação física devido à sobrecarga do trabalho e 5,1% como a pessoa que se torna *fria* perante o ser humano e o seu trabalho<sup>4</sup>.

### Respostas adequadas

Dos 29 alunos, apenas 10(34,5%) responderam adequadamente sobre a Síndrome de Burnout, por exemplo:

*[...] é causada pelo estresse no trabalho, é mais comum entre profissionais da saúde e educação [...] (P5)*

*[...] essa síndrome abrange profissionais que têm mais relação com público (professores, enfermeiros, relações públicas) é o estresse cotidiano do profissional [...] (P9)*

*[...] uma doença ocupacional devido ao elevado grau de estresse, cansaço físico e mental [...] (P12)*

Estudo sobre a identificação de fatores de estresse destacou que isso pode proporcionar nos estudantes processo de reflexão sobre suas atividades escolares, melhorando o aproveitamento acadêmico e preparando-os para o enfrentamento do mercado de trabalho futuro<sup>22</sup>.

### Não se lembram do que se trata

Dos participantes, 4(21%) admitiram não se lembrar do que se trata, por exemplo:

*Não me recordo no momento [...] (P21)*

### Respostas equivocadas

Outros 3(15,8%) participantes responderam de forma equivocada, por exemplo:

*[...] é o conhecido limite de aguentar algo de uma pessoa [...] (P1)*

### Respostas vagas

E ainda, 2(6,9%) deles deram respostas vagas, por exemplo:

*[...] apenas como curiosidade, nada profundo [...] (P6)*

Com base nesses achados, depreendemos da necessidade de realizar um programa educativo para informá-los, conscientizá-los e para reflexão sobre o assunto de forma mais profunda e abrangente.

Para tanto, após a categorização das respostas foi elaborada uma cartilha educativa ilustrada contendo informações e explicações sobre a Síndrome

de Burnout e esta foi entregue a todos os alunos da turma participante (respondentes ou não da pesquisa) antes do final do curso de graduação.

Estudo recente verificou em residentes de enfermagem, com perfil parecido ao do presente estudo e idade média de 25,8 anos, que 17,2% apresentaram valores elevados de *exaustão emocional* e *despersonalização* e 18,8% revelaram *incompetência/falta de realização profissional*. Identificou ainda um dos residentes com alteração nas três subescalas de um inventário específico para Burnout, sendo caracterizado como portador da Síndrome de Burnout<sup>23</sup>.

Estudo com profissionais de enfermagem identificou que doenças mentais e comportamentais representam 23% dos casos de afastamento do trabalho. Nesse sentido, faz-se necessário traçar linhas de prevenção e intervenção para reduzir o absenteísmo, enfocando a qualidade de vida<sup>24</sup>.

Sendo assim, o período de graduação pode contribuir para a prevenção e o enfrentamento da Síndrome de Burnout<sup>5</sup>. Portanto, há necessidade de reforçar a informação, por meio de palestras, oficinas, cartilhas, discussões em grupo, possibilitando a detecção ou mesmo a intervenção precoce da Síndrome de Burnout, antes que o mal-estar se sobreponha ao seu desenvolvimento pessoal e profissional. Nessa perspectiva, a prevenção foi direcionada para a conscientização e o conhecimento da síndrome, como um importante aliado neste processo<sup>25</sup>.

Porém, há necessidade de que se atue sobre os alunos mais jovens que cursam os semestres iniciais, o que pode ser um caminho mais efetivo em termos de prevenção primária desta síndrome, ainda na fase de formação dos profissionais da área de saúde<sup>2</sup>.

Em programas de prevenção/intervenção sugeridos e centrados tanto no indivíduo<sup>15</sup>, quanto no contexto ocupacional, o primeiro passo para obtenção de sucesso é o conhecimento do problema com: exposição teórica, conhecimento de antecedentes, a síndrome e suas consequências, entre outros. E os recursos utilizados podem ser desde a exposição da teoria, leitura de documentos, até estudos de casos. É preciso construir a situação, aprofundar o estudo das causas desencadeantes do problema, dos sintomas característicos e das possíveis consequências do processo, refletindo sobre os elementos envolvidos. Pois, quando se conhece o problema, pode-se aprender a identificá-lo melhor.

No entanto, estudo com alunos de enfermagem sobre o conhecimento do estresse demonstrou que mesmo tendo um conhecimento incipiente sobre o assunto na sua formação, eles sentem-se preparados para trabalharem o tema com outras pessoas, utilizando frequentemente o senso comum, correndo

o risco de transmitirem informações equivocadas<sup>26</sup>. Isso se torna preocupante, tendo em vista que serão profissionais formadores de opinião na área de saúde.

Além disso, estudo com acadêmicas de enfermagem identificou a importância da detecção precoce de níveis de estresse alterados e o cuidado a fim de minimizá-los, demonstrando a necessidade de a enfermagem cuidar primeiro de si para depois cuidar dos outros<sup>27</sup>.

Após a entrega das cartilhas, os estudantes mostraram-se animados principalmente por terem recebido uma resposta positiva de um pesquisador e direcionada a eles, pois, durante a coleta dos dados, eles criticavam frequentemente a falta de ações que pudessem beneficiá-los por parte das pesquisas realizadas anteriormente que, quando objetivavam ações, eram destinadas somente para as próximas turmas, tendo em vista que eles eram da primeira classe do Curso de Bacharelado e Licenciatura em Enfermagem da escola. Esta foi uma das maiores preocupações, pois havia a necessidade de proporcionar a eles um retorno adequado, que não só beneficiasse os alunos dos anos seguintes, mas que mostrasse a eles o quanto foram e continuavam sendo importantes neste processo.

Após a leitura do material, os participantes avaliaram a cartilha como objetiva, didática, sucinta e esclarecedora sobre a doença e seus riscos, demonstrando conscientização sobre a prevenção do adoecimento. A cartilha cumpre seus objetivos informando e promovendo a educação para a saúde, sendo relevante o trabalho no sentido de informar para prevenir e identificar os sinais e sintomas da Síndrome de Burnout. Ainda reconhecem a predisposição dos alunos de enfermagem à doença, sendo de suma importância seu conhecimento e reconhecimento.

Estudo anterior ressalta a importância desta ação, no sentido de que para responder às questões, os participantes necessitaram pensar sobre os seus conhecimentos no assunto, organizar suas idéias e colocá-las no papel, além de estimulá-los a buscar mais conhecimentos sobre o tema discutido<sup>25</sup>. Nesse processo há o desvelamento crítico, no qual ocorre a ação-reflexão-ação, sendo ação na leitura da questão, reflexão para respondê-la e ação ao colocar em palavras suas idéias e seu conhecimento organizado<sup>28</sup>.

## CONCLUSÃO

Pudemos perceber neste estudo que parte expressiva dos alunos do Curso de Graduação em Enfermagem e do Curso de Licenciatura ainda não sabe identificar adequadamente a Síndrome de Burnout, e outros acreditam que podem fazê-lo, mas têm idéias equivocadas ou generalizadas.

Tendo em vista a importância da prevenção da Síndrome de Burnout para a área da saúde, principalmente para as profissões de enfermagem e da educação e que o Curso de Licenciatura abarca as duas profissões, destacamos a grande necessidade de ações educativas no sentido de informação, reflexão e, conseqüentemente, promoção da saúde e qualidade de vida, além da prevenção da mesma ainda dentro das universidades.

Propomos, assim, que temas como este sejam amplamente discutidos e refletidos entre os professores e os alunos, para que o conhecimento dessa realidade e a identificação dos sinais e sintomas desse problema sejam apreendidos por eles e sejam aplicados no reconhecimento de possíveis sintomas em si mesmos, em familiares, entre colegas de trabalho e clientes.

Ademais, salientamos a importância de propor ações educativas para os participantes de pesquisas como esta, no intuito de que haja devolutivas positivas e para que eles não se sintam como meros fornecedores de dados, os quais serão utilizados em benefício de outras pessoas, que não os próprios participantes e tenham consciência da grande relevância que representam para os pesquisadores e o avanço da ciência.

Entre as limitações do estudo, destacamos a dificuldade em conciliar horário dos alunos para a realização de ações educativas como palestras, oficinas e a devolutiva da avaliação do material disponibilizado. Ainda, a reduzida amostra e único cenário que impedem a generalização dos achados.

## AGRADECIMENTO

À Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior pela bolsa de doutorado concedida.

## REFERÊNCIAS

1. França HH. A Síndrome do Burnout. *Rev Bras Med.* 1987; 44:5-7.
2. Carlotto MS, Nakamura AP, Câmara SG. Síndrome de Burnout em estudantes universitários da área da saúde. *Psico.* 2006 [citado em 31 mar 2014]. 37:57-62. Disponível em: <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/1412/1111>.
3. Barco DV, Miranda PY, Herrera CD, Álvarez FZC. El Síndrome de Burnout en enfermeros básicos del segundo año de la. *Rev Cubana Enferm.* 2008 [citado em 31 mar 2014]. 24:1-11. Disponível em: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03192008000300005&lng=pt](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192008000300005&lng=pt).
4. Barboza JIRC, Beresin R. Burnout syndrome in nursing undergraduate students. *Einstein.* 2007 [cited in 2014 mar 31]. 5:225-30. Available in: <http://apps.einstein.br/revista/arquivos/PDF/599-einstein.5.3.1.portugues.225-230.pdf>.

5. Amorim C. Síndrome de Burnout em fisioterapeutas e acadêmicos de fisioterapia: um estudo preliminar. In: Benevides-Pereira AMT, organizadora. *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador*. 3ª ed. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2008. p. 93-104.
6. Carlotto MS, Câmara SG. Preditores da Síndrome de Burnout em estudantes universitários. *Pensamento Psicológico*. 2008 [citado em 31 mar 2014]. 4:101-9. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80111670006>.
7. Campos JADB, Jordani PC, Zucoloto ML, Bonafé FSS, Maroco J. Síndrome de Burnout em graduandos de Odontologia. *Rev Bras Epidemiol*. 2012 [citado em 31 mar 2014]. 15:155-65. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbepid/v15n1/14.pdf>.
8. Carlotto MS, Câmara SG, Otto F, Kauffmann P. Síndrome de Burnout e Coping em estudantes de Psicologia. *Bol Psicol*. 2010 [citado em 31 mar 2014]. 59: 167-78. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bolpsi/v59n131/v59n131a04.pdf>.
9. Gan Y, Shang J, Zhang Y. Coping flexibility and locus of control as predictor of Burnout among Chinese college students. *Soc Behav Personal*. 2007; 35: 1087-98.
10. Schaufeli WB, Martínez IM, Marques-Pinto A, Salanova M, Bakker AB. Burnout and engagement in university students: a cross-national study. *J Cross-Cult Psychol*. 2002 [cited in 2014 mar 31]. 33:464-81. Available in: <http://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/185.pdf>.
11. Páfaró RC, Martino MMFD. Study on the stress over the nurse who works in two shifts at a pediatric oncology hospital in Campinas. *Rev esc enferm USP*. 2004 [cited in 2014 mar 31]. 38:152-60. Available in: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0080-62342004000200005&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342004000200005&lng=en) DOI 10.1590/S0080-62342004000200005.
12. Selligmann-Silva E. Psicopatologia e psicodinâmica do trabalho. In: Mendes R, organizador. *Patologia do trabalho*. São Paulo: Atheneu; 2005. p. 287-310.
13. Lipp MEN, organizadora. *Pesquisa sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco*. Campinas (SP): Papirus; 1996.
14. Costa ALS. Stress in nursing students: construction of determining factors. *Rev Min Enferm*. 2007 [cited in 2014 mar 31]. 11:414-19. Available in: [http://www.enf.ufmg.br/site\\_novo/modules/mastop\\_publish/files/files\\_4c0e3fb0d9783.pdf](http://www.enf.ufmg.br/site_novo/modules/mastop_publish/files/files_4c0e3fb0d9783.pdf).
15. Garrosa-Hernandes E, Benevides-Pereira AMT, Moreno-Jiménez B, Gonzáles JL. Prevenção e intervenção na Síndrome de Burnout: como prevenir (ou remediar) o processo de burnout. In: Benevides-Pereira AMT, organizadora. *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador*. 3ª ed. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2008. p. 227-72.
16. Oliveira RA, Ciampone MHT. Nursing students' life quality: building a process and interventions. *Rev esc enferm USP*. 2008 [cited in 2014 mar 31]. 42:57-65. Available in: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v42n1/08.pdf>.
17. Benevides-Pereira AMT. Burnout: o processo de adoecer pelo trabalho. In: Benevides-Pereira AMT, organizadora. *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador*. 3ª ed. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2008. p. 21-92.
18. Thiollent M. *Metodologia da pesquisa-ação*. 16ª ed. São Paulo: Cortez; 2009.
19. Freire P. *Educação como prática da liberdade*. 31ª ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra; 2010.
20. Bueno SMV. *Tratado de educação preventiva em sexualidade, DST-Aids e drogas nas escolas*. Ribeirão Preto (SP): FIERP; 2009.
21. Minayo MCS, organizadora. *Pesquisa social: teoria, método e criatividade*. 31ª ed. Rio de Janeiro: Vozes; 2012.
22. Silva VLS, Chiquito NC, Andrade RAPO, Brito MFP, Camelo SHH. Fatores de estresse no último ano do curso de graduação em enfermagem: percepção dos estudantes. *Rev enferm UERJ*. 2011 [cited in 2014 mar 2014]. 19:121-6. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v19n1/v19n1a20.pdf>.
23. Franco GP, Barros ALBL, Nogueira-Martins LA, Zeitoun SS. Burnout in nursing residents. *Rev esc enferm USP*. 2011 [cited in 2014 mar 31]. 45:12-8. Available in: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0080-62342011000100002&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342011000100002&lng=en) <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342011000100002>.
24. Magalhães NAC, Farias SNP, Mauro MYC, Donato MD, Domingos AM. O absenteísmo entre trabalhadores de enfermagem no contexto hospitalar. *Rev enferm UERJ*. 2011 [cited in 2014 mar 2014]. 19:224-30. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v19n2/v19n2a09.pdf>.
25. Corral-Mulato S, Bueno SMV. Teachers in nursing and burnout syndrome: educating for health. *Cuidart*. 2009 [cited in 2014 mar 31]. 3:99-104. Available in: <http://www.fundacaopadrealbino.org.br/facfipa/ner/pdf/ed05enfpsite.pdf>.
26. Corral-Mulato S, Baldissera, VDA, Santos JL, Philbert LAS, Bueno SMV. Estresse na vida do acadêmico em enfermagem. (Des)conhecimento e prevenção. *Invest Educ Enferm*. 2011 [cited in 2014 mar 2014]. 29:109-17. Disponível em: <http://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/iee/article/view/6595/8718>.
27. Santos VEP, Randünz V. O estresse de acadêmicas de enfermagem e a segurança do paciente. *Rev enferm UERJ*. 2011 [cited in 2014 mar 2014]. 19:616-20. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v19n4/v19n4a19.pdf>.
28. Freire P. *Pedagogia do oprimido*. 49ª ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra; 2010.