

Saúde mental e vida universitária: desvendando *burnout* em estudantes de Psicologia

Igor Iuco Castro-Silva

Professor Adjunto dos Cursos de Psicologia e Odontologia e do Mestrado Acadêmico em Biotecnologia da Universidade Federal do Ceará (UFC), Sobral, Brasil

✉ igor.iuco@sobral.ufc.br

Jacques Antonio Cavalcante Maciel

Professor Adjunto do Curso de Odontologia da Universidade Federal do Ceará (UFC) e da Rede Nordeste de Formação em Saúde da Família da Universidade

Estadual Vale do Acaraú (RENASF-UVA), Sobral, Brasil

✉ jacques.maciel@sobral.ufc.br

Marcelo Miranda de Melo

Professor Associado dos Cursos de Finanças e Economia e do Mestrado Acadêmico em Biotecnologia da Universidade Federal do Ceará (UFC), Sobral, Brasil

✉ marcelomirandamelo3m@gmail.com

Recebido em 19 de abril de 2020

Aceito em 18 de maio de 2021

Resumo:

A síndrome de *burnout* em adultos ou trabalhadores tem sido objeto crescente de pesquisas mundiais. Entretanto, o esgotamento psicológico em estudantes universitários carece de discussões no Brasil. O objetivo deste estudo foi identificar a presença de *burnout* e suas subescalas em estudantes de psicologia. Estudo descritivo transversal foi conduzido em estudantes voluntários de um curso de Psicologia de universidade pública do interior do Nordeste. Foram aplicados questionário demográfico e o *Maslach Burnout Inventory Student Survey* (MBI-SS) validado para português. As faixas de frequência de *burnout* (alta exaustão emocional, alta descrença e baixa eficácia profissional) e de suas subescalas individuais foram comparadas por sexo, faixa etária e períodos acadêmicos (primeiro, terceiro, quinto, sétimo e nono). Os dados não paramétricos tiveram análise estatística pelo teste do qui-quadrado para amostras independentes e pós-teste exato de Fisher, considerando graus de confiança de 95% ou 90%. Na amostra de 135 participantes, houve uma prevalência geral em *burnout* de 20%. Não houve associação de *burnout* quanto ao sexo ou a idade. Houve diferenças entre os períodos, com terceiro e quinto período exibindo *burnout* maior que os demais, e maior associação de duas subescalas nas variáveis analisadas. Os resultados valorizaram o uso do MBI-SS e evidenciaram a importância do monitoramento da saúde mental dos estudantes durante sua formação universitária.

Palavras-chave: Saúde do Estudante, Universidades, Esgotamento Psicológico, Saúde Mental.

Mental health and university life: unraveling burnout in psychology students

Abstract:

Burnout syndrome in adults or workers has been the subject of growing research worldwide. However, psychological exhaustion among university students needs to be discussed in Brazil. The aim of this study was to identify the presence of burnout and its subscales in psychology students. A cross-sectional study descriptive study was carried out on volunteer students from a Psychology course at a public university in the inland of Brazilian Northeast region. Demographic questionnaire

and Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS) validated for Portuguese were applied. The frequency ranges of burnout (high emotional exhaustion, high disbelief, and low professional effectiveness) and their individual subscales were compared by gender, age group and academic periods (first, third, fifth, seventh and ninth). Nonparametric data were statistically analyzed using chi-square test for independent samples and Fisher's exact post-test, considering 95% or 90% confidence levels. In the sample of 135 participants, there was a general prevalence in burnout of 20%. There was no association of burnout regarding gender or age group. There were differences between the periods with third and fifth period showing higher burnout than the others, and a greater association of two subscales in the analyzed variables. The results highlighted the use of MBI-SS and enhanced the importance of monitoring the students' mental health during their university education.

Keywords: Student Health, Universities, Burnout, Psychological, Mental Health.

Salud mental y vida universitaria: desentrañar el agotamiento en estudiantes de psicología

Resumen:

El síndrome de burnout en adultos o trabajadores ha sido objeto de una creciente investigación en todo el mundo. Sin embargo, el agotamiento psicológico entre los estudiantes universitarios debe ser discutido en Brasil. El objetivo de este estudio fue identificar la presencia de burnout y sus subescalas en estudiantes de psicología. Se realizó un estudio descriptivo transversal en estudiantes voluntarios de un curso de psicología en una universidad pública en el interior de la región noreste de Brasil. Se aplicaron cuestionario demográfico y Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS) validado para portugués. Los rangos de frecuencia de burnout (alto agotamiento emocional, alta incredulidad y baja efectividad profesional) y sus subescalas individuales se compararon por sexo, grupo de edad y períodos académicos (primeiro, tercero, quinto, séptimo y noveno). Los datos no paramétricos se analizaron estadísticamente utilizando la prueba de chi-cuadrado para muestras independientes y la prueba posterior exacta de Fisher, considerando niveles de confianza del 95% o 90%. En la muestra de 135 participantes, hubo una prevalencia general en burnout del 20%. No hubo asociación de burnout con respecto al sexo o la edad. Hubo diferencias entre los períodos, siendo el tercer y quinto período los que mostraron mayor burnout que los demás, y una mayor asociación de dos subescalas en las variables analizadas. Los resultados valoraron el uso de MBI-SS y mostraron la importancia de monitorear la salud mental de los estudiantes durante su educación universitaria.

Palabras clave: Salud del Estudiante, Universidades, Agotamiento Psicológico, Salud Mental.

INTRODUÇÃO

A síndrome de *burnout*, fundamentada pela teoria sociopsicológica, surge em resposta a estressores interpessoais e é produto da expressão trifatorial de alta exaustão emocional (EE), alta descrença (D) e baixa eficácia profissional (EP) associadas à atividade acadêmica ou laboral, conforme definição de Carlotto e Câmara (2006). *Burnout* já foi descrito na Classificação Internacional de Doenças como um estado de exaustão vital (CID-10 – Z73.0) e hoje situa-se como um fenômeno ocupacional, não classificado como doença ou condição de saúde, mas como fator que influencia o estado de saúde ou o contato com os serviços de saúde pela CID-11 (ZORZANELLI; VIEIRA; RUSSO, 2016). *Burnout* pode ser difícil de diferenciar da

depressão devido à similaridade de fatores predisponentes e sintomas, o que reveste de importância um diagnóstico bem acurado (SCHONFELD; BIANCHI; PALAZZI, 2018).

Maciel *et al.* (2018) afirmaram que o ambiente laboral é cenário de vastos estudos sobre *burnout*, saúde mental e insatisfação, sendo os profissionais da saúde mais vulneráveis a estes riscos ocupacionais. Fatores sociodemográficos poderiam justificar as variações de frequência de *burnout* em diferentes grupos populacionais ao redor do mundo, incluindo sexo, renda, vínculo laboral, interação social, dentre outros (MATTOS *et al.*, 2020; BARBOSA *et al.*, 2018; MACIEL *et al.*, 2018; PACHECO *et al.*, 2017; COSTA *et al.*, 2012). Mais recentemente, o *burnout* parental também tem sido objeto de debate internacional (MATIAS *et al.*, 2020). Fatores psicossociais do ambiente acadêmico podem predispor a *burnout*, conforme verificado por Villamar-Sánchez *et al.* (2019) com questões organizacionais e sociais influenciando o esgotamento de docentes em uma universidade pública do México. Nagy *et al.* (2019) observaram altos graus de *burnout* junto a depressão, ansiedade e pensamentos de desistência do curso em doutorado biomédico nos Estados Unidos. A ocorrência crescente de vulnerabilidade psicológica, adoecimento e transtorno mental comum em estudantes universitários dirige um olhar mais atento a este público (ARINO; BARDAGI, 2018).

Segundo Robins, Roberts e Sarris (2018), o aumento de publicações sobre *burnout* acadêmico sinaliza a tentativa de prevenir precocemente a evolução deste fenômeno, da fase de estudos para o mercado de trabalho. Santos *et al.* (2021) afirmam que pesquisas com cursantes de medicina superam o dobro de demais cursos superiores no Brasil. Há prevalências variáveis sobre *burnout* em estudantes do ensino superior no país, com medicina apresentando frequências de 10,3% conforme Costa *et al.* (2012), 20% segundo Mori, Valente e Nascimento (2012) ou até discrepantes 44% contra 11% de outras áreas de acordo com os achados de Santos *et al.* (2021). Galán *et al.* (2014) observaram uma média de *burnout* de 39% em curso de odontologia na Espanha, ainda com associação à depressão e ideação suicida. Campos *et al.* (2013) sugeriram que as diferenças quanto as frequências de subescalas e de *burnout* podem ter forte associação com o tipo de curso e a variedade cultural entre países.

O dimensionamento de *burnout* em universitários, bem como formas reais para seu enfrentamento, constituem objetos de importante debate dialético, embora haja carência de evidências na área de psicologia, segundo Santos *et al.* (2021), Baptista *et al.* (2019), Nassar, Andrade e Arévalo (2018) e Freire *et al.* (2012). Rozeira *et al.* (2018) investigaram a saúde

mental de estudantes de um curso de Psicologia do sudeste brasileiro e verificaram altas taxas de alteração do humor em período de avaliações, desconhecimento do sentido de estar saudável e ingresso na universidade como um fator atenuador de problemas na saúde mental. Já Baptista *et al.* (2019) associaram sofrimento psíquico dos estudantes, declínio motivacional e de segurança em atuar na profissão com o decorrer da formação acadêmica. A maioria dos estudos em cursos de psicologia no Brasil ocorre em cidades grandes e instituições privadas, conforme Chaves *et al.* (2019), Lopes e Guimarães (2016), Fogaça *et al.* (2012), Carlotto *et al.* (2010), Tarnowski e Carlotto (2007) e Carlotto, Nakamura e Câmara (2006). Permanece como lacuna do conhecimento se, na realidade de uma universidade pública do interior do país, estudantes de psicologia também estariam sujeitos ao *burnout* e haveria alguma predisposição por questões demográficas ou pela própria trajetória do curso.

Dessa forma, o objetivo desse trabalho foi identificar a presença de *burnout* e suas subescalas em estudantes de psicologia de uma universidade pública do interior do Nordeste brasileiro.

MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo, de caráter descritivo e transversal, foi conduzido em conformidade aos requerimentos éticos-legais vigentes para pesquisas envolvendo seres humanos da Resolução do Conselho Nacional de Saúde nº. 466/2012. Houve anuência institucional para submissão desta pesquisa ao sistema Plataforma Brasil/CEP/CONEP, com apreciação e aceitação pelo Comitê de Ética em Pesquisa local, da Universidade Estadual Vale do Acaraú (CEP-UVA, CAAE nº. 45100115.8.0000.5054, protocolo nº. 1.086.328). Somente após a sua aprovação, teve início a fase de coleta de dados.

A amostra probabilística deste estudo foi composta por estudantes do bacharelado em psicologia de uma universidade pública do interior da Região Nordeste, do *Campus* de Sobral da Universidade Federal do Ceará, cidade a 232 km de Fortaleza, capital do Estado do Ceará, Brasil. O projeto pedagógico do curso, de natureza integral com aulas presenciais matutinas e vespertinas, é constituído por 10 períodos de duração e prevê o ingresso anual de alunos. A abordagem aos participantes foi realizada por meio da técnica da bola de neve (KIRCHHERR;

CHARLES, 2018). Em ambiente extraclasse e individualmente, o pesquisador convidou à participação no estudo e esclareceu os seus propósitos, procedimentos, benefícios e riscos, conferindo autonomia à colaboração voluntária de cada estudante. Foram adotados como critérios de inclusão: toda a população de alunos do curso, de 192 indivíduos matriculados no primeiro semestre de 2017 nos períodos ímpares (1, 3, 5, 7 ou 9), de ambos os sexos e de todas as idades. Como critérios de exclusão: participantes que não assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, não preencheram corretamente os questionários ou de períodos pares (2, 4, 6, 8 ou 10), diante da não oferta regular de matrícula nestes durante o período de realização desta pesquisa.

A coleta de dados foi realizada por meio de dois questionários físicos entregues para preenchimento por cada participante: um questionário demográfico simples, com perguntas sobre sexo (masculino ou feminino) e idade (categorizada em três faixas: ≤ 19 anos, 20-22 anos e ≥ 23 anos), e um questionário psicométrico MBI-SS, baseado nos referenciais teórico-metodológicos de adaptação transcultural e validação para a língua portuguesa de Carlotto e Câmara (2006) e Campos e Maroco (2012). O tempo médio estimado de preenchimento dos questionários foi de 10 minutos.

Existem diferentes instrumentos psicométricos para avaliação de *burnout*. Segundo Maslach, Jackson e Leiter (2018), há 5 variações do instrumento mais utilizado, o *Maslach Burnout Inventory: Human Services Survey* (MBI-HSS, para profissionais de serviços humanos), *Medical Personnel* (MBI-MP, para equipe médica), *Educators Survey* (MBI-ES, para professores), *General Survey* (MBI-GS, para uso geral) e *Student Survey* (MBI-SS, para estudantes em ensino médio e universidade). O instrumento MBI-SS foi validado pela maioria dos trabalhos temáticos, com nível satisfatório de consistência interna para EE e D e moderado para EP (BONI *et al.*, 2018; PORTOGHESE *et al.*, 2018; CAMPOS; MAROCO, 2012; CARLOTTO; CÂMARA, 2006).

Cada subescala (EE, D e EP) esteve intimamente ligada a um conjunto das 15 perguntas que compuseram o questionário psicométrico. As 5 perguntas dentro da subescala EE foram: “1- Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos”; “4- Estudar e frequentar as aulas são, para mim, um grande esforço”; “6- Tenho me tornado menos interessado nos meus estudos desde que entrei nesta universidade”; “8- Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos”; “12- Considero-me um bom estudante”. As 4

perguntas dentro da subescala D foram: “2- Sinto-me esgotado no fim de um dia que tenho aula”; “9- Eu questiono o sentido e a importância de meus estudos”, “10- Posso resolver os problemas que surgem nos meus estudos”; “14- Tenho aprendido muitas coisas interessantes no decorrer dos meus estudos”. As 6 perguntas dentro da subescala EP foram: “3- Sinto-me cansado quando me levanto para enfrentar outro dia de aula”; “5- Sinto-me consumido pelos meus estudos”; “7- Tenho me tornado menos interessado nos meus estudos”; “11- Acredito que eu seja eficaz na contribuição das aulas que frequento”; “13- Sinto-me estimulado quando concluo com êxito a minha meta de estudos”; “15- Durante as aulas, sinto-me confiante: realizo minhas tarefas de forma eficaz”. Para cada pergunta, há 7 possíveis respostas objetivas indicativas de frequência da autopercepção, variando de 0 a 6 em escala Likert, sendo 0 (nunca), 1 (uma vez ao ano ou menos), 2 (uma vez ao mês ou menos), 3 (algumas vezes ao mês), 4 (uma vez por semana), 5 (algumas vezes por semana) e 6 (todos os dias). (CAMPOS; MAROCO, 2012; CARLOTTO; CÂMARA, 2006).

A análise de dados foi baseada em Boni *et al.* (2018) e Maciel *et al.* (2018). Para cada subescala, foi analisada a frequência das variáveis ordinais, distribuídas em baixa, moderada ou alta. Para a subescala EE, uma pontuação maior ou igual a 15 indicou um nível alto, de 10 a 14, moderado e igual ou menor que 9, baixo. Para a subescala D, uma pontuação maior ou igual a 7 indicou um nível alto, de 2 a 6, moderado e igual ou menor que 1, baixo. Para a subescala EP, uma pontuação igual ou menor que 22 indicou um nível baixo, entre 23 e 27, moderado e igual ou maior que 28, alto. (BONI *et al.*, 2018). Para a associação das subescalas, foi analisada a frequência das variáveis nominais, distribuídas em uma subescala com progressão a *burnout* (alta EE, alta D ou baixa EP), duas subescalas com progressão a *burnout* (alta EE e alta D; alta EE ou baixa EP; alta D ou baixa EP) e três subescalas ou *burnout* propriamente dito (alta EE, alta D e baixa EP) (MACIEL *et al.*, 2018).

Para verificar a associação entre os dados demográficos e as variáveis psicométricas, foi realizada análise com o *software* estatístico *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS®, versão 20.0, IBM, EUA). A análise estatística utilizou o teste do qui-quadrado (χ^2) para amostras independentes com grau de confiança de 95% ou 90%, em que os resultados foram considerados significativos se $p < 0,05$ ou $p < 0,10$, respectivamente. O pós-teste aplicado foi o exato de Fisher, considerando os mesmos graus de confiança descritos.

RESULTADOS

Dos 192 estudantes convidados, 135 aceitaram participar voluntariamente. Dessa forma, a amostra representou 70,3% do total de matriculados no curso em análise. A amostra mínima estatisticamente representativa foi calculada considerando 95% de grau de confiança ($Z_{\alpha/2}=1,96$) além de 5% de margem de erro e chegou-se ao valor de 128 participantes. O número de 135 participantes superou o mínimo necessário, induzindo uma maior robustez aos resultados. Houve uma prevalência geral de 27 respondentes (ou 20% da amostra) com *burnout*.

Não foram encontradas diferenças significativas entre o sexo masculino e o feminino, na análise da frequência das três subescalas ou da associação de subescalas para *burnout*. Houve maior associação de duas subescalas do que três subescalas (*burnout*) (Tabela 1).

Tabela 1 – Frequência absoluta e relativa de *burnout* e subescalas em estudantes de psicologia segundo o sexo (n=135).

Subescalas	Masculino (n= 38)	Feminino (n=97)	P
Exaustão emocional (EE)			
Baixa (≤ 9)	11 (28,9%)	22 (22,7%)	p=0,7388*
Moderada (10-14)	12 (31,6%)	32 (33,0%)	
Alta (≥ 15)	15 (39,5%)	43 (44,3%)	
Descrença (D)			
Baixa (≤ 1)	0 (0%)	0 (0%)	p=1*
Moderada (2-6)	0 (0%)	0 (0%)	
Alta (≥ 7)	38 (100%)	97 (100%)	
Eficácia profissional (EP)			
Baixa (≤ 22)	28 (73,7%)	69 (71,1%)	p=0,8371*
Moderada (23-27)	8 (21,1%)	20 (20,6%)	
Alta (≥ 28)	2 (5,3%)	8 (8,2%)	
Associação das subescalas			
1 subescala	1 (2,6%)	5 (5,2%)	p=0,5729*
2 subescalas	31 (81,6%)	71 (73,2%)	
3 subescalas (<i>burnout</i>)	6 (15,8%)	21 (21,6%)	

Legenda: Teste estatístico do χ^2 e pós-teste exato de Fisher, com diferenças entre grupos não significativas (*).

Fonte: Elaborada pelo autor.

Não foram encontradas diferenças significativas entre as três faixas etárias categorizadas, na análise da frequência das três subescalas ou da associação de subescalas para *burnout*. Houve maior associação de duas subescalas do que três subescalas (*burnout*) (Tabela 2).

Tabela 2 – Frequência absoluta e relativa de *burnout* e subescalas em estudantes de psicologia segundo a idade (n=135).

Subescalas	≤19 anos (n=46)	20-22 anos (n=56)	≥23 anos (n=33)	p
Exaustão emocional (EE)				
Baixa (≤9)	13 (28,3%)	13 (23,2%)	7 (21,2%)	p=0,7422*
Moderada (10-14)	17 (37,0%)	17 (30,4%)	10 (30,3%)	
Alta (≥15)	16 (34,8%)	26 (46,4%)	16 (48,5%)	
Descrença (D)				
Baixa (≤1)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	p=1*
Moderada (2-6)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	
Alta (≥7)	46 (100%)	56 (100%)	33 (100%)	
Eficácia profissional (EP)				
Baixa (≤22)	36 (78,3%)	38 (67,9%)	23 (69,7%)	p=0,5870*
Moderada (23-27)	8 (17,4%)	14 (25,0%)	6 (18,2%)	
Alta (≥28)	2 (4,3%)	4 (7,1%)	4 (12,1%)	
Associação das subescalas				
1 subescala	3 (6,5%)	2 (3,6%)	1 (3,0%)	p=0,8990*
2 subescalas	33 (71,7%)	44 (78,6%)	25 (75,8%)	
3 subescalas (<i>burnout</i>)	10 (21,7%)	10 (17,9%)	7 (21,2%)	

Legenda: Teste estatístico do χ^2 e pós-teste exato de Fisher, com diferenças entre grupos não significativas (*).

Fonte: Elaborada pelo autor.

Houve diferenças significativas entre os períodos do curso, na análise da frequência das três subescalas ou da associação de subescalas para *burnout*. Em relação às subescalas, exaustão emocional foi baixa no primeiro período, alta no terceiro e no quinto período e moderada no sétimo e nono período. A descrença foi alta para o total da amostra. Já a eficácia profissional foi baixa para todos os períodos analisados, com maior destaque para o primeiro período. Apesar da prevalência de três subescalas (*burnout*) não apresentar variação

significativa entre os períodos conforme a distribuição da amostra, houve maior associação de duas subescalas (Tabela 3).

Tabela 3 – Frequência absoluta e relativa de *burnout* e subescalas em estudantes de psicologia segundo o período (n=135).

Subescalas	1º. P (n=33)	3º. P (n=39)	5º. P (n=37)	7º. P (n=14)	9º. P (n=12)	P
Exaustão emocional (EE)						
Baixa (≤9)	17 (51,5%)	6 (15,4%)	4 (10,8%)	3 (21,4%)	3 (25,0%)	p=0,0028***
Moderada (10-14)	10 (30,3%)	14 (35,9%)	10 (27,0%)	5 (35,7%)	5 (41,7%)	
Alta (≥15)	6 (18,2%)	19 (48,7%)	23 (62,2%)	6 (4,4%)	4 (33,3%)	
Descrença (D)						
Baixa (≤1)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	p=1*
Moderada (2-6)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	
Alta (≥7)	33 (100%)	39 (100%)	37 (100%)	14 (100%)	12 (100%)	
Eficácia profissional (EP)						
Baixa (≤22)	31 (93,9%)	28 (71,8%)	20 (81,1%)	9 (64,3%)	9 (75,0%)	p=0,0582**
Moderada (23-27)	1 (3,0%)	9 (23,1%)	12 (32,4%)	4 (28,6%)	2 (16,7%)	
Alta (≥28)	1 (3,0%)	2 (5,1%)	5 (13,5%)	1 (7,1%)	1 (8,3%)	
Associação das subescalas						
1 subescala	0 (0%)	2 (5,1%)	3 (8,1%)	1 (7,1%)	0 (0%)	p=0,4497*
2 subescalas	29 (87,9%)	27 (69,2%)	25 (67,6%)	10 (71,4%)	11 (91,7%)	
3 subescalas (<i>burnout</i>)	4 (12,1%)	10 (25,6%)	9 (24,3%)	3 (21,4%)	1 (8,3%)	

Legenda: Teste estatístico do χ^2 e pós-teste exato de Fisher, com diferenças entre grupos não significativas (*) ou significativas com grau de confiança de 90% (**) ou 95% (***).

Fonte: Elaborada pelo autor.

Para os estudantes que apresentaram altas pontuações nas subescalas EE ou D ou baixa EP, foi realizado encaminhamento pelo pesquisador para um acompanhamento social ou psicoterapêutico individual pelos setores especializados disponíveis da própria instituição.

DISCUSSÃO

Carlotto e Câmara (2006) consideraram que o diagnóstico de *burnout* em estudantes possibilita intervenções preventivas, limitando possíveis dificuldades que atinjam o período

de formação acadêmica e prossigam durante a vida profissional. O MIB-SS é considerado padrão-ouro para esta identificação global, embora outros instrumentos possam ter validade parcial ou capacidade discriminante em alguns quesitos, como o Inventário de Copenhagen (CBI-SS) para *burnout* pessoal ou relacionado ao estudo e o Inventário de Oldenburg (OLBI-SS) para exaustão (CAMPOS *et al.*, 2013).

Altas subescalas EE e D também foram observadas por Mucavêa, Abracar e Aliante (2020) em estudantes de psicologia de uma universidade pública em Moçambique, cenário similar a este estudo. A pontuação alta para a subescala D em toda a amostra foi inesperada neste estudo, sem diferença significativa tal como também verificada por Tarnowski e Carlotto (2007). Houve semelhança com o fenômeno observado por Lopes e Guimarães (2016), em que a subescala D foi a mais expressiva em estudantes de psicologia que cogitaram desistir do curso. A subescala EP também apontou diferenças significativas, porém com menor grau de confiança do que a EE, corroborando a maioria dos estudos que convergem sobre a reprodutibilidade das altas subescalas EE e D e a baixa EP como um fator hierárquico de segunda ordem no diagnóstico de *burnout* (MUCAVÊA; ABRACAR; ALIANTE, 2020; CHAVES *et al.*, 2019; FOGAÇA *et al.*, 2012; CARLOTTO *et al.*, 2010; MAROCO; TECEDIEIRO, 2009; MAROCO *et al.*, 2008; CARLOTTO; NAKAMURA; CÂMARA, 2006).

Segundo Brasil (2019), a idade média de universitários matriculados em bacharelados é de 19 anos para ingressantes e 23 anos para concluintes, entretanto pode haver disparidades tanto de ingresso quanto de conclusão do ensino superior. Essa variabilidade da idade em relação ao período equivalente do curso de graduação poderia explicar a falta de associação desta variável com *burnout* e suas subescalas na amostra estudada. Carlotto, Nakamura e Câmara (2006) verificaram que quanto menor a idade dos sujeitos, maior seriam as subescalas EE e D com o ensino e menor o sentimento de EP. Mucavêa, Abracar e Aliante (2020) registraram em estudantes de Psicologia uma subescala D com correlação inversa à idade. Já Lopes e Guimarães (2016) verificaram, entre 27 a 36 anos, altas subescalas EE e D, assim tornando pouco precisa a faixa etária como fator predisponente ao *burnout* em estudantes de psicologia.

O sexo feminino corresponde ao perfil típico de aluno no ensino superior no país, tanto na modalidade presencial quanto à distância, chegando a 71,3% das matrículas totais, de acordo com Brasil (2019). Esse dado converge com a expressiva representatividade

feminina no curso de psicologia deste estudo e em Chaves *et al.* (2019) e Lopes e Guimarães (2016). Entretanto, não foi possível constatar a associação de *burnout* com sexo, também refutada por Galán *et al.* (2014).

Houve diferenças entre períodos do curso de Psicologia, com aproximação aos achados de Carlotto, Nakamura e Câmara (2006), que afirmaram que quanto mais recente fosse o ingresso no curso ou mais avançado fosse o período, menor seria a subescala EE. Lopes e Guimarães (2016) verificaram altas subescalas EE e D em alunos intermediários e hipotetizaram que este fenômeno seria explicável pelo fato de estudantes de quinto período começarem a ter experiência com estágios práticos, dúvidas em relação ao curso escolhido e distanciamento dos estudos. Entretanto, Chaves *et al.* (2019), Fogaça *et al.* (2012) e Tarnowski e Carlotto (2007) afirmaram que estudantes ao final ou no quinto ano do curso de psicologia têm maior propensão às três escalas de *burnout*, com altas EE e D e baixa EP.

Fatores não abordados nessa pesquisa podem estar envolvidos na causalidade de *burnout*. Garratt-Reed *et al.* (2018) demonstraram associação forte entre o perfeccionismo e o pensamento negativo repetitivo com maior *burnout* em universitários australianos. Salgado e Au-Young-Oliveira (2021) encontraram baixos índices de desempenho acadêmico, expectativa sobre o curso, certeza sobre o futuro profissional, relação com os colegas, participação de atividades extracurriculares e prática de exercício físico como potencializadores de *burnout* em estudantes de Portugal. Souza, Caldas e De Antoni (2017) tipificaram como fatores de risco para adoecimento de universitários brasileiros: pensamento de abandono do curso, desempenho ruim, falta de apoio emocional, menor idade e insatisfação com o curso. Conforme Souza, Caldas e De Antoni (2017) e Tomaschewski-Barlem *et al.* (2014), a escassez de fatores de proteção, como atividades de lazer e semestre avançado, também gera maior propensão a *burnout* acadêmico. Chaves *et al.* (2019) e Tomaschewski-Barlem *et al.* (2014) demonstraram que conciliar trabalho com estudos afeta negativamente as subescalas de *burnout*. Em contrapartida, Carlotto *et al.* (2010) detectaram associação positiva de comportamento descomprometido e uso de substâncias com a síndrome em estudantes de psicologia. Fogaça *et al.* (2012) demonstraram que o turno do curso de psicologia não interfere nas subescalas de *burnout*. Já Mucavêa, Abacar e Aliante (2020) notaram maior predisposição do turno diurno à exaustão emocional de estudantes de psicologia em Moçambique. Ainda, Klein e Carmo (2019) inferiram que inequidades

socioeconômicas duradouras podem afetar criticamente as aspirações e o percurso acadêmico de uma primeira geração de estudantes universitários oriundos de periferias brasileiras.

Estratégias pedagógicas baseadas na melhoria de habilidades sociais podem prevenir *burnout* durante a graduação (KIEMA-JUNES *et al.*, 2020; CALCIDES *et al.*, 2019). Kiema-Junes *et al.* (2020) correlacionaram baixo *burnout* em estudantes de diferentes departamentos acadêmicos (educação, humanidades, ciências, medicina, economia e tecnologia) com maior engajamento interpares e com professores. Calcides *et al.* (2019) verificaram menos *burnout* em internos de medicina de universidade pública do nordeste brasileiro usando o grupo Balint, método baseado na reflexão periódica sobre a relação paciente-cuidador. Castro-Silva, Guerrero e Maciel (2018) aplicaram metodologias ativas em curso de psicologia, incluindo aprendizagem baseada em equipes, e promoveram maior envolvimento dos alunos, melhor desempenho acadêmico e redução de absentéismo. Em concordância, Tenório *et al.* (2016) utilizaram aprendizagem baseada em problemas em estudantes de medicina e verificaram neles um sofrimento psíquico menor e uma maior aproximação de professores e da pactuação de tarefas. Mais recentemente, Castro-Silva, Maciel e Araújo (2020) verificaram que atividades educacionais remotas em cursos de psicologia e odontologia valorizando os diferentes estilos de aprendizagem podem reduzir a tensão estudantil em tempos de pandemia. De forma contraditória, Mori, Valente e Nascimento (2012) detectaram *burnout* em estudantes de medicina após implantação de reforma curricular, sugerindo que novas metodologias também podem ser estressoras, quando não há um preparo prévio adequado do corpo docente ou discente para usufruto de suas potencialidades.

Atividades complementares também podem contribuir para o enfrentamento do *burnout* universitário. Oliveira *et al.* (2019c) promoveram uma Liga Interdisciplinar em Saúde Mental no Ceará, atuando junto às vulnerabilidades locais e fortalecendo estratégias promotoras de saúde mental ao estudante. Mangione *et al.* (2018) demonstraram que a exposição de graduandos em Medicina a humanidades (literatura, música, teatro e artes visuais) pode se relacionar a aquisição de qualidades pessoais positivas e *burnout* reduzido. Oliveira *et al.* (2019b) relataram uso de musicoterapia com universitários no Ceará, instigando a reflexão de letras, memória afetiva e relaxamento corporal, o que gerou relatos de redução significativa do estresse dos estudantes. Pospos *et al.* (2018) afirmaram que tecnologias digitais, como ferramentas baseadas na *web* e aplicativos móveis, podem mitigar *burnout*,

depressão e ideação suicida entre estudantes da área da saúde nos Estados Unidos, permitindo a veiculação de estratégias *online* como terapia comportamental cognitiva e técnicas de meditação, atenção plena, respiração e relaxamento. Coelho (2019) investiu na inteligência artificial para cuidados com a saúde emocional, criando o Aurora, um ambiente virtual útil para o universitário obter orientações gerais sobre ansiedade e depressão, bem como ser direcionado para uma escuta qualificada profissional. Carlotto *et al.* (2010) demonstraram que o acompanhamento psicológico mediando o *coping* ativo ou moderado e a reinterpretação positiva podem minimizar a síndrome de *burnout* em estudantes de psicologia no Brasil, corroborando Vizoso, Arias-Gundín e Rodríguez (2019), cujas intervenções com *coping* adaptado e otimismo puderam afetar positivamente a performance acadêmica.

Políticas institucionais de acolhimento via núcleo de atenção psicossocial e permanência estudantil são fundamentais para o bem-estar dos graduandos (GARCIA; CAPELLINI; REIS, 2020). Segundo Navarro-Abal *et al.* (2018), tais ações de assistência estudantil são muito contributivas para equilibrar iniquidades sociais, manter o clima organizacional positivo e prevenir *burnout* em estudantes universitários. Dados da Universidade Federal do Ceará (2019) mostram que a divisão de atenção ao estudante quintuplicou a oferta de seus serviços entre os anos de 2011 e 2018, incluindo atendimento psicológico, psicanálise e terapêutico, intervenção psicopedagógica e atendimento em atenção psicossocial. Esse quadro favorável demonstra o forte compromisso desta instituição de ensino pública federal com a saúde mental de sua comunidade acadêmica.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo demonstrou a presença de *burnout* e suas subescalas em estudantes de psicologia de uma universidade pública do Ceará, com prevalência associada ao período acadêmico. Tais resultados valorizaram o uso do MBI-SS e evidenciaram a importância do monitoramento da saúde mental dos estudantes durante sua formação universitária.

É importante fomentar o debate universitário sobre o binômio Educação Superior e saúde mental, buscando experiências acadêmicas mais positivas e programas institucionais

de acolhimento aos estudantes, com suporte psicológico contínuo nesta fase de construção de conhecimentos e preparo para a vida profissional.

Como limitações deste estudo, podem ser incluídos: o contexto temporal anterior ao período da pandemia por COVID-19, a não realização de associações multivariadas a fatores externos predisponentes ao *burnout* e a utilização exclusiva do MBI-SS em detrimento de outras possíveis baterias psicométricas.

Para futuros estudos e melhor compreender a importância dos tipos de fatores predisponentes à síndrome, constitui uma boa perspectiva aprofundar a análise de *burnout* no curso de psicologia no período trans ou pós-pandemia, associando às escalas de necessidades psicológicas primárias (fisiológicas e de segurança) ou secundárias (social, autoestima e realização pessoal) (CASTRO-SILVA; MACIEL; ARAÚJO, 2020).

De forma secundária, a fim de alcançar uma visão mais ampla do perfil do estudante de psicologia, seria ainda interessante traçar uma comparação com a qualidade de vida dos graduandos por meio do questionário WHOQOL-Bref para análise de domínios físico, psicológico, relações sociais e meio-ambiente (OLIVEIRA *et al.*, 2019a) e aplicar o inventário de saúde mental MHI, para cálculo do distresse ou bem-estar psicológico (OLIVEIRA *et al.*, 2021).

AGRADECIMENTOS

Ao Governo do Estado do Ceará e à Fundação Cearense de Apoio ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico pelo apoio financeiro (BPI-FUNCAP n. BP4-0172-00222.01.07/20).

REFERÊNCIAS

ARINO, D. O.; BARDAGI, M. P. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. **Psicologia em Pesquisa**, Juiz de Fora, v.12, n.3, p.44-52, 2018. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.24879/2018001200300544>>. Acesso em: 14 mai. 2021.

BAPTISTA, A. Z.; VILANOVA, F.; COSTA, A. B.; KOLLER, S. H. Psicólogos: estamos satisfeitos com nossa graduação? **Sociedade Brasileira de Psicologia**. Publicado em: 28 mai. 2019. Disponível em: <<https://www.sbponline.org.br/2019/05/psicologos-estamos-satisfeitos-com-nossa-graduacao>>. Acesso em: 13 mai. 2021.

Saúde mental e vida universitária: desvendando burnout em estudantes de Psicologia

- BARBOSA, M. L.; FERREIRA, B. L. R.; VARGAS, T. N.; SILVA, G. M. N.; NARDI, A. E.; MACHADO, S.; CAIXETA, L. Burnout Prevalence and Associated Factors Among Brazilian Medical Students. **Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health**, Xarja, v.14, n.2018, p.188-195, 2018. Disponível em: <<https://dx.doi.org/10.2174%2F1745017901814010188>>. Acesso em: 13 abr. 2020.
- BONI, R. A. S.; PAIVA, C. E.; DE OLIVEIRA, M. A.; LUCCHETTI, G.; FREGNANI, J. H. T. G.; PAIVA, B. S. R. Burnout among medical students during the first years of undergraduate school: Prevalence and associated factors. **PLOS ONE**, São Francisco, v.13, n.3, e0191746, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0191746>>. Acesso em: 12 abr. 2020.
- BRASIL. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep). **Censo da Educação Superior 2018**: notas estatísticas. Brasília, 2019. 44p. Disponível em: <<http://portal.inep.gov.br/censo-da-educacao-superior>>. Acesso em: 12 abr. 2020.
- CALCIDES, D. A. P.; DIDOU, R. D. N.; MELO, E. V.; OLIVA-COSTA, E. F. Burnout Syndrome in medical internship students and its prevention with Balint Group. **Revista da Associação Médica Brasileira**, São Paulo, v.65, n.11, p.1362-1367, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1806-9282.65.11.1362>>. Acesso em: 14 mai. 2021.
- CAMPOS, J. A. D. B.; MAROCO, J. Maslach Burnout Inventory – Student Survey: Portugal-Brazil cross-cultural adaptation. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v.46, n.5, p.816-824, 2012. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0034-89102012000500008>>. Acesso em: 12 abr. 2020.
- CAMPOS, J. A. D. B.; JORDANI, P. C.; ZUCOLOTO, M. L.; BONAFÉ, F. S. S.; MAROCO, J. Burnout in dental students: effectiveness of different methods. **Revista de Odontologia da UNESP**, Araraquara, v.42, n.5, p.324-329, 2013. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1807-25772013000500002>>. Acesso em: 13 abr. 2020.
- CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Características psicométricas do Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários brasileiros. **Psico-UFS**, Itatiba, v.11, n.2, p.167-173, 2006. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicousf/v11n2/v11n2a05.pdf>>. Acesso em: 12 abr. 2020.
- CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G.; OTTO, F.; KAUFFMANN, P. Síndrome de Burnout e Coping em estudantes de Psicologia. **Boletim de Psicologia**, São Paulo, v.59, n.131, p.167-178, 2010. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bolpsi/v59n131/v59n131a04.pdf>>. Acesso em: 12 abr. 2020.
- CARLOTTO, M. S.; NAKAMURA, A. P.; CÂMARA, S. G. Síndrome de Burnout em estudantes universitários da área da saúde. **PSICO**, Porto Alegre, v.37, n.1, p.57-62, 2006. Disponível em: <<http://revistaseletronicas.pucrs.br/revistapsico/ojs/index.php/revistapsico/article/view/1412/1111>>. Acesso em: 12 abr. 2020.
- CASTRO-SILVA, I. I.; GUERRERO, J. A. P.; MACIEL, J. A. C. De cromossomos a como somos: ressignificando o estudo da Fisiologia para Psicologia. In: DICKMANN, I. **DNA Educação**. São Paulo: Dialogar, 2018, v. 3, p. 107-125.
- CASTRO-SILVA, I. I.; MACIEL, J. A. C.; ARAÚJO, L. K. Estilos de aprendizagem e hierarquia de necessidades no planejamento educacional remoto em tempos de pandemia. **Revista Docência do Ensino Superior**, Belo Horizonte, v.10, e.024677, p.1-16, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.35699/2237-5864.2020.24677>>. Acesso em: 14 mai. 2021.
- CHAVES, J. F. M.; OLIVEIRA, R. V.; SOUSA, J. H. S.; ATHAYDE, R. A. A.; BARBOSA, S. C. Burnout em acadêmicos de Psicologia que conciliam trabalho e estudo. **Temas em Saúde**, João Pessoa, Edição especial FIP–Psicologia, p.83-98, 2019. Disponível em: <<http://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2019/03/fippi04.pdf>>. Acesso em: 12 abr. 2020.
- COELHO, M. C. **Aurora: um suporte aos estudantes universitários no cuidado da saúde emocional**. 2019. 24 f. TCC (Graduação em Sistemas e Mídias Digitais) - Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2019. <<http://www.repositorio.ufc.br/handle/riufc/55335>>. Acesso em: 14 mai. 2021.
- COSTA, E. F. O.; SANTOS, S. A.; SANTOS, A. T. R. A.; MELO, E. V.; ANDRADE, T. M. Burnout Syndrome and associated factors among medical students: a cross-sectional study. **Clinics**, São Paulo, v.67, n.6, p.573-579, 2012. Disponível em: <[https://doi.org/10.6061/clinics/2012\(06\)05](https://doi.org/10.6061/clinics/2012(06)05)>. Acesso em: 13 abr. 2020.
- FOGAÇA, M. C.; HAMASAKI, E. I. M.; BARBIERI, C. A. P.; BORSETTI, J.; MARTINS, R. Z.; SILVA, I. G.; RIBEIRO, L. P. Burnout em estudantes de psicologia: diferenças entre alunos iniciantes e concluintes. **Aletheia**, Canoas, n.38-39, p.124-131, 2012. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/aletheia/n38-39/n38-39a10.pdf>>. Acesso em: 12 abr. 2020.
- GALÁN, F.; RÍOS-SANTOS, J.-V.; POLO, J.; RÍOS-CARRASCO, B.; BULLÓN, P. Burnout, depression and suicidal ideation in dental students. **Medicina Oral Patología Oral y Cirugía Bucal**, Valencia, v.19, n.3, p.206-211, 2014. Disponível em: <<https://dx.doi.org/doi:10.4317/medoral.19281>>. Acesso em: 13 abr. 2020.

- GARCIA, L. M.; CAPELLINI, V. L. M. F.; REIS, V. L. Saúde mental na universidade: a perspectiva de universitários da permanência estudantil. *Colloquium Humanarum*, Presidente Prudente, v.17, p.167-181, 2020. Disponível em: <<https://journal.unoeste.br/index.php/ch/article/view/3593>>. Acesso em: 14 mai. 2021.
- GARRATT-REED, D.; HOWELL, J.; HAYES, L.; BOYES, M. Is perfectionism associated with academic burnout through repetitive negative thinking? *Peer J*, Londres, v.6, e5004, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.7717/peerj.5004>>. Acesso em: 12 abr. 2020.
- KIEMA-JUNES, H.; HINTSANEN, M.; SOINI, H.; PYHÄLTÖ, K. The Role of Social Skills in Burnout and Engagement among University Students. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, Almería, v.18, n.50, p.77-100, 2020. Disponível em: <<http://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/2728/3487>>. Acesso em: 14 mai. 2021.
- KIRCHHERR, J.; CHARLES, K. Enhancing the sample diversity of snowball samples: recommendations from a research project on anti-dam movements in Southeast Asia. *PLoS One*, San Francisco, v.13, n.8, e.0201710, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0201710>>. Acesso em: 14 mai. 2021.
- KLEIN, C. H.; CARMO, M. M. "I Never Thought This Could Be for Me": Aspirational Capital, Identities, and Political Engagement among First-Generation College Students in São Paulo. *International Studies in Sociology of Education*, Germantown, v.28, n.3-4, p.259-278, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1080/09620214.2019.1626261>>. Acesso em: 13 mai. 2021.
- LOPES, F. L.; GUIMARÃES, G. S. Estudo da Síndrome de Burnout em estudantes de Psicologia. *Psicologia: Ensino & Informação*, São Paulo, v.7, n.1, p.40-58, 2016. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.21826/2179-58002016714058>>. Acesso em: 12 abr. 2020.
- MACIEL, J. A. C.; FARIAS, M. R.; SAMPAIO, J. J. C.; GUERRERO, J. A. P.; CASTRO-SILVA, I. I. Satisfacción profesional y prevalencia del síndrome de burnout en equipos de salud bucal de atención primaria en el Municipio Sobral, Ceará-Brasil. *Salud de los Trabajadores*, Carabobo, v.26, n.1, p.34-44, 2018. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/3758/375857991007.pdf>>. Acesso em: 12 abr. 2020.
- MASLACH, C.; JACKSON, S. E.; LEITER, M. *Maslach Burnout Inventory Manual*. 4. ed. Menlo Park: MindGarden, Inc., 2018.
- MANGIONE, S.; CHAKRABORTI, C.; STALTARI, G.; HARRISON, R.; TUNKEL, A. R.; LIOU, K. T.; CERCEO, E.; VOELLER, M.; BEDWELL, W. L.; FLETCHER, K.; KAHN, M. J. Medical Students' Exposure to the Humanities Correlates with Positive Personal Qualities and Reduced Burnout: A Multi-Institutional U.S. Survey. *Journal of General Internal Medicine*, Nova Iorque, v.33, n.5, p.628-634, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.1007/S11606-017-4275-8>>. Acesso em: 13 abr. 2020.
- MAROCO, J.; TECEDUIRO, M. Inventário de burnout de Maslach para estudantes portugueses. *Psicologia, Saúde & Doenças*, Lisboa, v.10, n.2, p.227-235, 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.mec.pt/pdf/psd/v10n2/v10n2a06.pdf>>. Acesso em: 12 abr. 2020.
- MAROCO, J.; TECEDUIRO, M.; MARTINS, P.; MEIRELES, A. O Burnout como factor hierárquico de 2ª ordem da Escala de Burnout de Maslach. *Análise Psicológica*, Lisboa, v.26, n.4, p.639-649, 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.mec.pt/pdf/aps/v26n4/v26n4a09.pdf>>. Acesso em: 12 abr. 2020.
- MATIAS, M.; AGUIAR, J.; CÉSAR, F.; BRAZ, A. C.; BARHAM, E. J.; LEME, V.; ELIAS, L.; GASPAR, M. F.; MIKOLAJCZAK, M.; ROSKAM, I.; FONTAINE, A. M. The Brazilian-Portuguese Version of the Parental Burnout Assessment: Transcultural Adaptation and Initial Validity Evidence. *New Directions for Child and Adolescent Development*, New Jersey, v.2020, n.174, p.67-83, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1002/cad.20374>>. Acesso em: 13 mai. 2021.
- MATTOS, C. A. C.; ABUD, G. M. B.; BARBOSA, K. S.; MOREIRA, M. L. R.; MANCEBO, C. H. A. A síndrome de Burnout entre estudantes universitários: uma investigação multivariada no bacharelado em administração de uma instituição federal de ensino superior na região norte do Brasil. *Revista GUAL*, Florianópolis, v.13, n.3, p.141-163, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.5007/1983-4535.2020v13n3p141>>. Acesso em: 14 mai. 2021.
- MORI, M. O.; VALENTE, T. C. O.; NASCIMENTO, L. F. C. Síndrome de Burnout e Rendimento Acadêmico em Estudantes da Primeira à Quarta Série de um Curso de Graduação em Medicina. *Revista Brasileira de Educação Médica*, Rio de Janeiro, v.36, n.4, p.536-540, 2012. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0100-55022012000600013>>. Acesso em: 13 abr. 2020.
- MUCAVÊA, P. L. A.; ABACAR, M.; ALIANTE, G. Burnout em estudantes de psicologia em uma universidade pública em Moçambique. *Revista Trabalho En(Cena)*, Palmas, v.5, n.1, p.163-180, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.20873/2526-1487V5N1P163>>. Acesso em: 14 mai. 2021.

Saúde mental e vida universitária: desvendando burnout em estudantes de Psicologia

NAGY, G. A.; FANG, C. M.; HISH, A. J.; KELLY, L.; NICCHITTA, C. V.; DZIRASA, K.; ROSENTHAL, M. Z. Burnout and Mental Health Problems in Biomedical Doctoral Students. **CBE - Life Sciences Education**, Bethesda, v.18, n.2, e.27, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1187/cbe.18-09-0198>>. Acesso em: 13 mai. 2021.

NASSAR, L. M.; ANDRADE, A. M. F.; ARÉVALO, J. L. S. Síndrome de burnout em estudantes de graduação dos cursos de Medicina, Enfermagem, Odontologia e Psicologia no Brasil: uma revisão do panorama brasileiro. **Revista de Atenção à Saúde**, São Caetano do Sul, v.16, n.57, p.98-109, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.13037/ras.vol16n57.5316>>. Acesso em: 12 abr. 2020.

NAVARRO-ABAL, Y.; GÓMEZ-SALGADO, J.; LÓPEZ-LÓPEZ, M. J.; CLIMENT-RODRÍGUEZ, J. A. Organisational Justice, Burnout, and Engagement in University Students: A Comparison between Stressful Aspects of Labour and University Organisation. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, Berna, v.15, n.10, e2116, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.3390/ijerph15102116>>. Acesso em: 12 abr. 2020.

OLIVEIRA, L. S.; OLIVEIRA, E. N.; ALMEIDA, P. C.; COSTA, M. S. A.; XIMENES-NETO, F. R. G.; VASCONCELOS, M. I. O.; ROCHA, A. M. P.; VASCONCELOS, A. K. C.; MOREIRA, R. M. M.; OLIVEIRA, M. L. S.; VASCONCELOS-SOBRINHO, N. Quality of life and mental health of university students: integrative review. **International Journal of Development Research**, São José do Rio Preto, v.9, n.9, p.30152-30158, 2019a. Disponível em: <<https://www.journalijdr.com/sites/default/files/issue-pdf/16940.pdf>>. Acesso em: 14 mai. 2021.

OLIVEIRA, L. S.; OLIVEIRA, E. N.; CAMPOS, M. P.; VASCONCELOS-SOBRINHO, N.; ARAGÃO, H. L.; FRANÇA, S. S. A música como estratégia de promoção de saúde mental entre estudantes universitários. **Revista Saúde em Redes**, Porto Alegre, v.5, n.3, p.329-341, 2019b. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.18310/24464813.2019v5n3p329341>>. Acesso em: 14 mai. 2021.

OLIVEIRA, L. S.; OLIVEIRA, E. N.; CAMPOS, M. P.; VASCONCELOS, M. I. O.; COSTA, M. S. A.; ALMEIDA, P. C. Qualidade de vida de estudantes de uma universidade pública do Ceará. **Revista de Psicologia da UFC**, v.12, n.1, p.72-85, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.36517/revpsiufc.12.1.2021.6>>. Acesso em: 14 mai. 2021.

OLIVEIRA, E. N.; VIANA, L. S.; OLIVEIRA, L. S.; ARAGÃO, H. L.; SOUSA-FILHO, A. L.; VASCONCELOS-SOBRINHO, N.; AVILA, A. M. A. Liga interdisciplinar em saúde mental: trilhando caminhos para a promoção em saúde. **Revista Saúde em Redes**, Porto Alegre, v.5, n.3, p.317-327, 2019c. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.18310/24464813.2019v5n3p317327>>. Acesso em: 14 mai. 2021.

PACHECO, J. P.; GIACOMIN, H. T.; TAM, W. W.; RIBEIRO, T. B.; ARAB, C.; BEZERRA, I. M.; PINASCO, G. C. Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. **Brazilian Journal of Psychiatry**, São Paulo, v.39, n.4, p.369-378, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1516-4446-2017-2223>>. Acesso em: 13 abr. 2020.

PORTOGHESE, I.; LEITER, M. P.; MASLACH, C.; GALLETTA, M.; PORRU, F.; D'ALOJA, E.; FINCO, G.; CAMPAGNA, M. Measuring Burnout Among University Students: Factorial Validity, Invariance, and Latent Profiles of the Italian Version of the Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS). **Frontiers in Psychology**, Suíça, v. 9, e2105, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02105>>. Acesso em: 12 abr. 2020.

POSPOS, S.; YOUNG, I. T.; DOWNS, N.; IGLEWICZ, A.; DEPP, C.; CHEN, J. Y.; NEWTON, I.; LEE, K.; LIGHT, G. A.; ZISOOK, S. Web-based tools and mobile applications to mitigate burnout, depression and suicidality among healthcare students and professionals: a systematic review. **Academic Psychiatry**, Nova Iorque, v.42, n.1, p.109-120, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.1007/s40596-017-0868-0>>. Acesso em: 13 abr. 2020.

ROBINS, T. G.; ROBERTS, R. M.; SARRIS, A. The Role of Student Burnout in Predicting Future Burnout: Exploring the Transition from University to the Workplace. **Higher Education Research and Development**, Abingdon, v.37, n.1, p.115-130, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.1080/07294360.2017.1344827>>. Acesso em: 14 mai. 2021.

ROZEIRA, C. H. B.; NETTO, A. L. C.; FARIA, A. L.; COELHO, E. B.; VARGAS, A. F. M. Vivências na graduação em Psicologia: discutindo a saúde mental dos universitários. **Saúde em Redes**, Porto Alegre, v.4, n.4, p.175-189, 2018. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.18310/2446-4813.2018v4n4p175-189>>. Acesso em: 14 mai. 2021.

SALGADO, S.; AU-YONG-OLIVEIRA, M. Student Burnout: A Case Study about a Portuguese Public University. **Education Sciences**, Basileia, v.11, n.1, e.31, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.3390/educsci11010031>>. Acesso em: 13 abr. 2021.

SANTOS, B. S.; OLIVEIRA, C. C.; VASCONCELOS, P. F.; TAVARES, M. C. S.; ESTEVES, A. N.; CAETANO, A. V. B.; CASTRO, K. S.; BANDEIRA, A. N. C.; ROMANI, A. M.; MONTEIRO, J. V. L.; MATOS, G. C. N.; SILVA, T. S. F. Síndrome de burnout e suas repercussões na qualidade de vida de professores e alunos no Brasil. **International Journal of Development Research**, São José do Rio Preto, v.11, n.4, p.46363-46371, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.37118/ijdr.21585.04.2021>>. Acesso em: 13 mai. 2021.

SCHONFELD, I. S.; BIANCHI, R.; PALAZZI, S. What is the difference between depression and burnout? An ongoing debate. **Rivista di Psichiatria**, Roma, v.53, n.4, p.218-219, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.1708/2954.29699>>. Acesso em: 13 mai. 2021.

SOUZA, M. R.; CALDAS, T. C. G.; DE ANTONI, C. Fatores de adoecimento dos estudantes da área da saúde: uma revisão sistemática. **Revista Psicologia e Saúde em Debate**, Patos de Minas, v.3, n.1, p.99-126, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.22289/2446-922X.V3N1A8>>. Acesso em: 12 abr. 2020.

TARNOWSKI, M.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout em estudantes de Psicologia. **Trends in Psychology**, Ribeirão Preto, v.15, n.2, p.173-180, 2007. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v15n2/04.pdf>>. Acesso em: 12 abr. 2020.

TENÓRIO, L. P.; ARGOLO, V. A.; SÁ, H. P.; MELO, E. V.; COSTA, E. F. O. Saúde Mental de Estudantes de Escolas Médicas com Diferentes Modelos de Ensino. **Revista Brasileira de Educação Médica**, Rio de Janeiro, v.40, n.4, p.574-582, 2016. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1981-52712015v40n4e00192015>>. Acesso em: 13 abr. 2020.

TOMASCHEWSKI-BARLEM, J. G.; LUNARDI, V. L.; LUNARDI, G. L.; BARLEM, E. L. D.; SILVEIRA, R. S.; VIDAL, D. A. S. Burnout syndrome among undergraduate nursing students at a public university. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v.22, n.6, p.934-941, 2014. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0104-1169.3254.2498>>. Acesso em: 13 abr. 2020.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ. **Anuário estatístico UFC 2019**: Base 2018. Fortaleza: Universidade Federal do Ceará, 2019, 419 p. Disponível em: <http://www.ufc.br/images/files/a_universidade/anuario_estatistico/anuario_estatistico_ufc_2019_base_2018.pdf>. Acesso em: 13 abr. 2020.

VILLAMAR-SÁNCHEZ, D.; JUAREZ-GARCÍA, A.; GONZÁLEZ-CORZO, I. G; OSNAYA-MORENO, M. Psychosocial Factors and Burnout Syndrome in Academics of a Public University from Mexico. **Propósitos y Representaciones**, Lima, v.7, n.3, p.111-126, 2019. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.360>>. Acesso em: 13 mai. 2021.

VIZOSO, C.; ARIAS-GUNDÍN, O.; RODRÍGUEZ, C. Exploring Coping and Optimism as Predictors of Academic Burnout and Performance among University Students. **Educational Psychology**, Abingdon, v.39, n.6, p.768-783, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1080/01443410.2018.1545996>>. Acesso em: 14 mai. 2021.

ZORZANELLI, R.; VIEIRA, I.; RUSSO, J. A. Diversos nomes para o cansaço: categorias emergentes e sua relação com o mundo do trabalho. **Interface (Botucatu)**, Botucatu, v.20, n.56, p.77-88, 2016. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1807-57622015.0240>>. Acesso em: 12 abr. 2020.



Este trabalho está licenciado com uma Licença [Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).