



SÍNDROME DE BURNOUT EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM: DIAGNÓSTICO DAS EVIDÊNCIAS CIENTÍFICAS ATUAIS

Ciências da Saúde, Edição 123 JUN/23 SUMÁRIO / 16/06/2023

BURNOUT SYNDROME IN NURSING STUDENTS: DIAGNOSIS OF CURRENT SCIENTIFIC EVIDENCE

REGISTRO DOI: 10.5281/zenodo.8048346

Helena Tagliaferro Rocha¹

Vívian Marcella dos Santos Silva²

Jandson de Oliveira Soares³

Thycia Maria Cerqueira de Farias⁴

RESUMO

Introdução: A síndrome de Burnout é definida como um distúrbio psicológico desencadeado pela exposição crônica ao estresse no trabalho, e pode se iniciar até mesmo no nível acadêmico, ou seja, durante a formação e preparação para o exercício profissional, uma vez que realizam atividades semelhantes às dos profissionais da área e são influenciados pelo seu ambiente de prática clínica. **Objetivo geral:** Descrever sobre a síndrome de burnout em estudantes de enfermagem, detectando os impactos e a prevenção dessa doença na saúde mental dos estudantes. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa de literatura (RIL), com abordagem qualitativa.

Resultados: Foram identificados 166 estudos e 9 foram selecionados para os resultados. Com a análise, notou-se que dos estudos lidos na íntegra que assim compuseram a amostra (n=9), os locais de ocorrência das pesquisas foram: Brasil com 5 estudos, Irã com 2 estudos, Suíça e Islândia com um estudo cada. **Discussão:** Por meio da análise dos 9 artigos, foi possível observar que a síndrome de burnout já está atingindo boa parte dos estudantes de enfermagem, predominantemente no sexo feminino. Foram definidas 3 causas da síndrome, a exaustão emocional, a perda de motivação e a perda de compromisso com os estudos. Os estudantes comumente não demonstram todos os sintomas, majoritariamente apresentando maior ênfase em um sintoma específico.

Conclusão: Diante do exposto, constatou-se que a maioria dos alunos apresentava sintomas da Síndrome de Burnout. A presença das três dimensões do burnout foi perceptível nos alunos devido a vários fatores que estão constantemente presentes em suas vidas, dentre eles, aspectos sociodemográficos, como falta de atividade física ou de lazer, além do estresse acadêmico que aumenta com o tempo.

Descritores: “Saúde Mental” “Burnout” “Estudantes” “Enfermagem” “Prevenção”

Abstract

Introduction: Burnout syndrome is defined as a psychological disorder triggered by chronic exposure to stress at work, and it can start even at the academic level, that is, during training and preparation for professional practice, since they perform similar activities to those of professionals in the area and are influenced by their clinical practice environment. **General objective:** To describe burnout syndrome in nursing students, detecting the impacts and prevention of this disease on students' mental health. Method: This is an integrative literature review (ILR), with a qualitative approach. **Results:** We identified 166 studies and 9 were selected for the results. With the analysis, it was noted that the studies read in full that made up the sample (n=9), the places where the research took place were: Brazil with 5 studies, Iran with 2 studies, Switzerland and Iceland with one study each.

Discussion: Through the analysis of the 9 articles, it was possible to observe that the burnout syndrome is already affecting a large number of nursing students, predominantly females. 3 causes of the syndrome were defined, emotional exhaustion, loss of motivation and loss of commitment to studies. Students commonly do not demonstrate all symptoms, most of them showing greater emphasis on a specific symptom. **Conclusion:** Given the above, it was found that most students had symptoms of Burnout Syndrome. The presence of the three dimensions of burnout was noticeable in students due to several factors that are constantly present in their lives, including socio demographic aspects, such as lack of physical activity or leisure, in addition to academic stress that increases over time.

Keywords: “Mental Health” “Burnout” “Students” “Nursing” “Prevention”

1 INTRODUÇÃO

A síndrome de Burnout é definida como um distúrbio psicológico desencadeado pela exposição crônica ao estresse no trabalho, e pode se iniciar até mesmo no nível acadêmico, ou seja, durante a formação e preparação para o exercício profissional, uma vez que realizam atividades semelhantes às dos profissionais da área e são influenciados pelo seu ambiente de prática clínica (LIMA, 2022).

A fase inicial dos cursos da área da saúde é marcada por grandes mudanças na vida pessoal e social dos alunos, o que pode levar ao surgimento de adversidades como possíveis dúvidas e insatisfação com suas escolhas. Entre outras coisas, exposição a pacientes gravemente enfermos, coexistência com a morte, privação de lazer e desenvolvimento cooperativo de dor e estresse (LIMA, 2022).

A síndrome de Burnout foi introduzida no início da década de 1970 pelo psicanalista Freudenberger, que usou o termo para descrever gradual esgotamento profissional, perda de motivação e falta de compromisso com o trabalho. Em meados de 1974, Freudenberger observou que muitos dos voluntários com quem trabalhava apresentavam uma perda gradual de humor, motivação e desempenho. Através de seus artigos, o conceito de síndrome de burnout foi revisado e ampliado. Nos anos seguintes, em 1977, Maslach usou publicamente o termo para referir-se a uma situação que afeta, com maior frequência, aquelas pessoas que, em decorrência de sua profissão, mantêm um relacionamento direto e contínuo com outras pessoas (VASCONCELOS, 2020).

Devido às responsabilidades, a carga de trabalho e as demandas físicas e psicológicas requeridas na enfermagem têm sido relacionadas à vulnerabilidade ao burnout, uma síndrome psicológica capaz de emergir em resposta aos estressores emocionais e interpessoais crônicos do ambiente rotineiro de estudos e convívio social, resultando em esgotamento emocional, indiferença quanto aos demais e insatisfação com as atividades exercidas (PITANGUI, 2021).

Ao passar do tempo essa síndrome vem sendo avaliada por estudos internacionais e nacionais, pelo grande índice de casos diagnosticados, principalmente no pós covid-19, onde todos os estudantes passaram por mudanças de hábitos e um novo estilo de vida e estudo, tendo que se reorganizar e adaptar-se ao novo. Os estudantes normalmente não se preparam psicologicamente o suficiente para algumas situações a serem enfrentadas dentro ambiente estudo. Tendo em vista que, esses estudantes acabam adquirindo um mix de sentimentos de dúvida, decepção, ansiedade, medo, tristeza, raiva e angústia (LOPES *et al.*, 2020).

À medida que os alunos progredem no curso, a prevalência da síndrome aumenta, o que pode afetar negativamente o desempenho acadêmico, a saúde mental, a qualidade de vida, a empatia e a compaixão desses alunos. Além disso, precede o envolvimento do paciente pode levar a uma má qualidade do atendimento. Logo, a síndrome de burnout está se tornando conhecida entre boa parte dos profissionais e alunos de graduação. Entretanto, nas instituições nacionais existe uma carência de programas preventivos, que busquem sua detecção, assim como reduzir sua incidência e a prevalência nos acadêmicos de enfermagem (LIMA, 2022).

Devido a ocorrência de alguns sintomas principalmente do estresse, pode alterar o estado de humor e levar para um estado depressivo, pode-se relacionar ao desenvolvimento da depressão no indivíduo. Por tanto, os níveis encontrados preocupam, pois essa síndrome pode minar o desenvolvimento profissional, colocar pacientes em risco e gerar consequências para a saúde física e mental do estudante, tais como: perturbações do sono, aparecimento de sintomas depressivos e ideações suicidas, abuso de álcool e outras drogas (LOPES *et al.*, 2020).

Portanto, devido às suas consequências, a síndrome do burnout é um problema de saúde pública, que despertou grande interesse e atenção da comunidade e da organização científica. Entre os enfermeiros, pode ter um impacto negativo na qualidade do atendimento fornecido para os pacientes (BORGES *et al.*, 2021).

Diante do que foi exposto no texto emergiu a seguinte pergunta para este estudo: “Quais as medidas preventivas da síndrome de Burnout em estudantes de enfermagem?” Logo o objetivo para esta é descrever sobre a síndrome de burnout em estudantes de enfermagem, detectando os impactos e a prevenção dessa doença na saúde mental dos estudantes.

2 METODOLOGIA

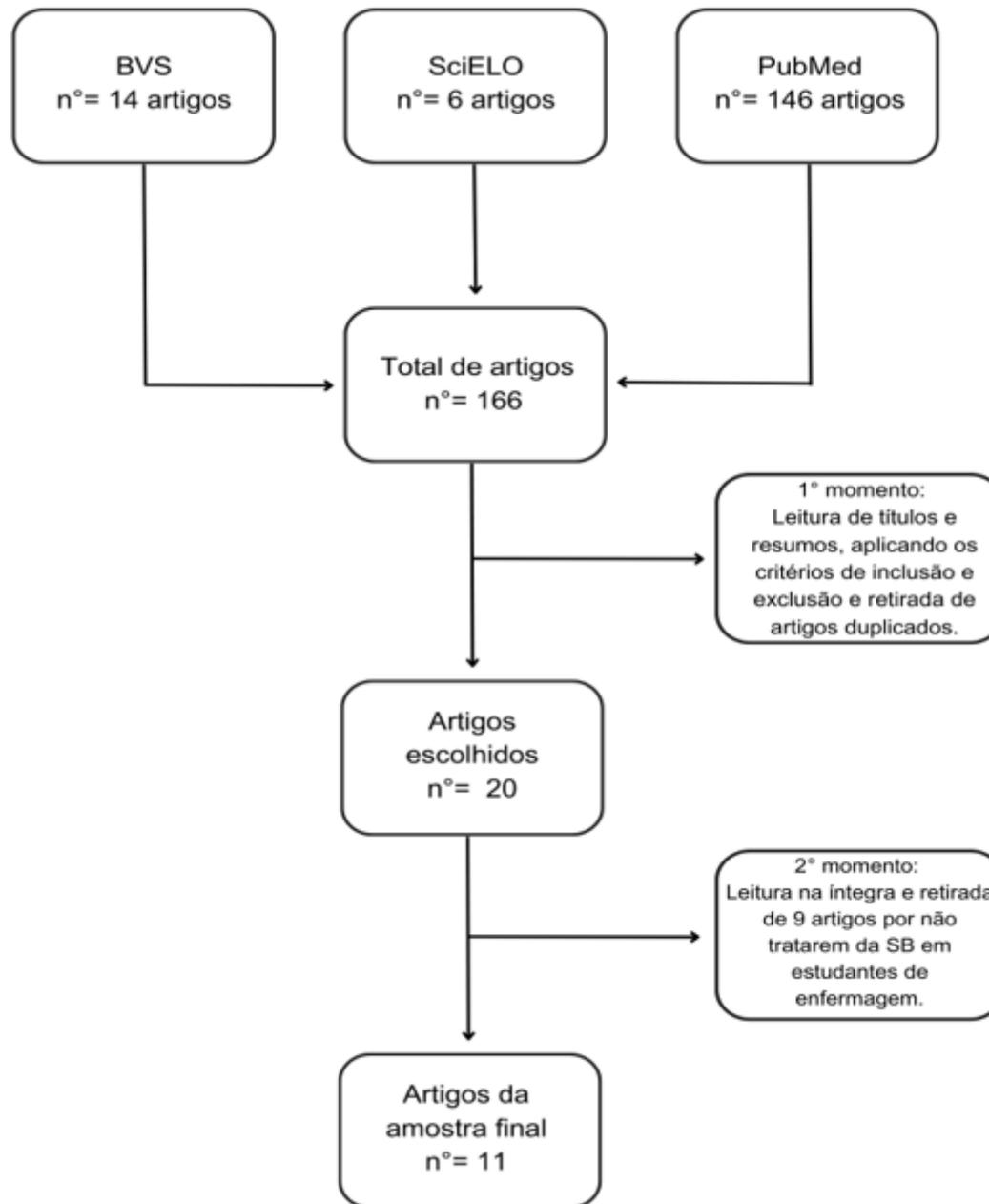
Trata-se de uma revisão integrativa de literatura (RIL), com abordagem qualitativa, é um dos métodos de pesquisa utilizados na PBE que permite a incorporação das evidências na prática clínica, é fundamentada em conhecimento científico, com resultados de qualidade e com custo efetividade. Este método requer a formulação de um problema, a pesquisa de literatura, a avaliação crítica de um conjunto de dados, a análise de dados e a apresentação dos resultados. Deste modo, permite reunir e sintetizar resultados de pesquisas sobre um tema delimitado ou questão, de forma sistemática e ordenada, contribuindo para o aprofundamento do conhecimento do tema investigado (DE SOUSA *et al*, 2017).

As pesquisas foram realizadas nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), National Library of Medicine, EUA (PubMed) e Scientific Eletronic Library Online (SciELO), no período de novembro de 2022 e junho de 2023. Para o levantamento deste estudo foram utilizados os seguintes descritores DeCS (Descritores em Ciências da Saúde): “Saúde Mental” “Burnout” “Estudantes” “Enfermagem” “Prevenção”.

Foram utilizados como critérios a inclusão de artigos nos idiomas português, inglês e espanhol, publicados entre 2018 e 2023, incluindo estudos observacionais de corte transversal ou longitudinal e estudos de caso, que investigaram a prevalência da síndrome de burnout em estudantes de enfermagem. Foram excluídos estudos de estimativa, cartas ao editor e estudos de revisão bibliográfica.

A triagem dos artigos encontrados foi realizada, a priori, através da leitura do título. Quando a leitura do título não era suficiente para definir se o artigo seria ou não incluído, procedia-se com a leitura do resumo, e, ainda em caso de dúvida, o artigo era lido na íntegra. Sendo assim para construção desse trabalho de conclusão de curso foram selecionados 11 artigos.

Figura 1. Fluxograma de seleção dos artigos na amostra desta revisão integrativa



3 RESULTADOS

Foram identificados 166 estudos e 9 foram selecionados para os resultados. Com a análise, notou-se que dos estudos lidos na íntegra que assim compuseram a amostra (n=9), os locais de ocorrência das pesquisas foram: Brasil com 5 estudos, Irã com 2 estudos, Suíça e Islândia com um estudo cada.

A partir das referências selecionadas para a amostra final, a Tabela 1 lista as características de acordo com o ano de publicação e número de estudos correspondente.

Tabela 1– distribuição de amostra por ano de publicação

Ano de publicação	Nº de estudos
20192020202120222023	13122
Total = 9	

Fonte: elaborado pelas autoras a partir da busca de dados (2023).

A Tabela 2 lista os artigos de nº1 a nº9, seguindo um roteiro estruturado no qual são fornecidas as seguintes informações: nº, autor, ano, base de dados e local do estudo.

Tabela 2. Distribuição dos artigos de acordo com nº, autor, ano, base de dados e local de estudo.

N	Autor	Ano	Base de dados	Local de estudo
----------	--------------	------------	----------------------	------------------------

1	ASSUNÇÃO <i>et al.</i>	2019	BVS	Salvador-BR
2	VASCONCELOS <i>et al.</i>	2020	SciELO	São Paulo-BR
3	LOPES <i>et al.</i>	2020	SciELO	Foz do Iguaçu-BR
4	GALDINO <i>et al.</i>	2020	PubMed	Bandeirantes-BR
5	SVEINSDÓTTIR <i>et al.</i>	2021	PubMed	Reykjavik-IS
6	LIMA <i>et al.</i>	2022	BVS	Salvador-BR
7	MARESCA <i>et al.</i>	2022	PubMed	Basel-SWI
8	GHODS <i>et al.</i>	2023	PubMed	Neyshabur-IR
9	VELANDO-SORIANO <i>et al.</i>	2023	PubMed	IR

Quadro 1- Síntese dos estudos.

Ano	País	Título	Autores	Delineamento do Estudo	Principais Resultados/Desfecho
2019	Brasil	A ocorrência da Síndrome de Burnout em	ASSUNÇÃO, <i>et al.</i>	Estudo observacional,	Dos participantes, 66,5% eram mulheres, 33,1% eram homens, a maioria 59,3% morava com a família, 73,9% tinham

		universitários de cursos da área da saúde de uma instituição privada na região Norte de Minas Gerais: um estudo transversal		analítico, transversal	renda familiar superior a 3 salários mínimos, 71,3% não ingeriam bebidas alcoólicas, 96,3% negavam fumar, 64,9% negavam de uso de medicamentos devido à pesquisa. Entre os alunos, 14,44% sofrem de síndrome de burnout.
2020	Brasil	Fatores preditivos da síndrome de burnout em acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública.	VASCONCELOS, <i>et al.</i>	Estudo quantitativo, descritivo, transversal.	Foram 100 alunos que participaram da pesquisa, dos quais 20% apresentavam síndrome de burnout. Alunos do segundo ($p = 0,036$) e terceiro ano ($p = 0,046$), os que fazem uso de medicamentos ($p = 0,002$) e os que pensam em desistir ($p = 0,001$) foram significativamente associados ao burnout. Apenas os alunos que estavam pensando no abandono do curso ($p = 0,025$) manteve associação significativa modelo de regressão logística múltipla,

					o que significa que a probabilidade de um indivíduo da população da qual a amostra foi extraída apresentando síndrome de burnout foi maior nesta variável.
2020	Brasil	Burnout em estudantes de Enfermagem: preditores e associação com empatia e autoeficácia.	LOPES <i>et al</i>	estudo analítico transversal	Neste estudo 6,0% dos alunos apresentaram alto burnout, 36,3% alta exaustão emocional, 37,7% alta despersonalização e 28,2% baixa realização pessoal. Os preditores de burnout foram: ausência de atividade física; carga horária semanal >24 horas; baixa preocupação empática. Houve correlações negativas entre empatia (preocupação empática e tomada de perspectiva) e despersonalização; autoeficácia e exaustão emocional; e correlações positivas entre realização pessoal e empatia e autoeficácia.
2020	Brasil	Burnout among nursing	GALDINO <i>et al.</i>	Estudo de método misto	A prevalência da síndrome de burnout foi de 10,5% entre os pesquisados.

		students: a mixed method study		explicativo sequencial	Quanto mais avançado o ano escolar, maior o esgotamento ($p=0,003$), despersonalização ($p < 0,001$) e baixo nível acadêmico.
2021	Islândia	Predictors of university nursing students burnout at the time of the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study	SVEINSDÓTTIR <i>et al.</i>	Estudo transversal	As principais descobertas mostram que 51% da variabilidade no esgotamento pessoal dos alunos foi explicada por seu estresse percebido, saúde mental e suporte percebido. Além disso, o estresse percebido, o apoio e os níveis educacionais dos alunos previram 42% de variabilidade em seu esgotamento acadêmico. O burnout relacionado com a colaboração com os colegas foi explicado pela saúde física dos estudantes de enfermagem e pelo seu nível educacional, explicando 6% da variabilidade no burnout dos colegas.
2022	Brasil	Síndrome de burnout e fatores associados em	LIMA <i>et al.</i>	Estudo transversal	A prevalência da Síndrome de Burnout foi de 31,2%. A variável curso apresentou significância estatística ($p < 0,05$) para Síndrome de Burnout, com maior

		estudantes da área da saúde.			prevalência nos alunos dos cursos de Medicina Veterinária e Odontologia.
2022	Suíça	Coping Strategies of Healthcare Professionals with Burnout Syndrome: A Systematic Review	MARESCA <i>et al.</i>	Revisão narrativa	As estratégias de enfrentamento mais comuns que os estudos da literatura mostraram foram eficientes, em particular apoio social e emocional, atividade física, autocuidado físico, distanciamento emocional e físico do trabalho. Os mecanismos de enfrentamento associados a menos burnout também foram bem-estar físico, variedade clínica, estabelecer limites, transcendental, paixão pelo trabalho, expectativas realistas, lembrar pacientes e atividades organizacionais. Além disso, foi útil ouvir as necessidades e preferências da equipe sobre alguns tipos de treinamento.
2023	Irã	Academic burnout in nursing students: An	GHODS <i>et al.</i>	Abordagem sequencial explicativa de método misto	Os resultados de um teste ANOVA mostraram diferenças nas pontuações de burnout em diferentes semestres ($p = .02$) que foram confirmados pelos

		explanatory sequential design			dados qualitativos. Além das três dimensões do modelo de burnout de Maslach (exaustão, cinismo e sentimento de inadequação), os dados qualitativos do presente estudo indicaram a presença de uma quarta dimensão (estilo de aprendizagem incompatível).
2023	Irã	Factors related to the appearance and development of burnout in nursing students: a systematic review and meta-analysis	VELANDO-SORIANO <i>et al.</i>	Revisão sistemática com meta-análise	Uma amostra de n = 33 estudos foi incluída. São identificadas três variáveis que podem influenciar o burnout em estudantes de enfermagem: fatores acadêmicos, interpessoais, ambientais e/ou sociais. As metanálises, com amostra maior de n = 418 estudantes de enfermagem, mostram que alguns fatores de personalidade, empatia e resiliência estão correlacionados com exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal.

5 DISCUSSÃO

Por meio da análise dos 9 artigos, foi possível observar que a síndrome de burnout já esta atingindo boa parte dos estudantes de enfermagem, predominantemente no sexo feminino. Foram definidas 3 causas da síndrome, a exaustão emocional, a perda de motivação e a perda de compromisso com os estudos. Os estudantes comumente não demonstram todos os sintomas, majoritariamente apresentando maior ênfase em um sintoma específico (VASCONCELOS, 2020).

A literatura afirma que os estudantes de enfermagem que são percebidos como inexperientes, enfrentam situações angustiantes vivenciadas em ambientes de prática clínica, e acabam ficando mais estressados e desenvolvem emoções negativas em relação às atividades teóricas e práticas, o que pode ser influenciado pelo estresse ocupacional, que ao longo dos anos pode ser um fator contribuinte para a síndrome (VASCONCELOS, 2020).

Diante disso, segundo Assunção (2019) a pesquisa foi realizada com 540 acadêmicos de 5 cursos da área da saúde, nele é relatado que 66,9% são do sexo feminino e 33,1% do sexo masculino, apenas 6,7% dos acadêmicos entrevistados são da área de enfermagem. Foi avaliado que a exaustão profissional indica a existência do desgaste emocional pelos alunos “regular”, na descrença mostra falta de entusiasmo, interesse e incerteza como “quase nunca”, e no sentimento de eficácia profissional mostra como “quase sempre”, demonstrando que esses estudante se sentem competentes. A SB foi identificada em 14,4% dos estudantes entrevistados. Tem uma relação significativa entre a exaustão emocional e o ano que está sendo cursado. Em relação ao abandono, a minoria que pretende largar o curso teve médias altas nas três dimensões analisadas, como justificativa, tem-se que os acadêmicos encontram-se abatidos diante da falta de estímulo e decepção quando não viram os resultados de

seus esforços. Dados relevantes foram registrados sobre o uso de medicamentos para auxiliar as atividades acadêmicas. Consonante estudo anterior, aponta-se que aqueles que nunca aderiram à medicação apresentaram taxas mais baixas de exaustão e descrença.

Nesse contexto, Segundo Vasconcelos (2020) houve associação significativa entre os acadêmicos que pensavam em desistir do curso e a ocorrência da síndrome, mostrando que o resultado encontrado é consistente. Na pesquisa 36% dos estudantes estavam no primeiro ano de curso, a porcentagem de indivíduos com altos níveis de exaustão emocional, altos níveis de descrença e a baixa eficácia profissional foram: 75%, 29% e 33%, respectivamente, enquanto a prevalência da síndrome de burnout foi alta, equivalente a 20% dos acadêmicos. Com relação ao uso de medicamentos, de acordo com estudos encontrados na literatura nacional, a prevalência da síndrome de burnout é maior nos acadêmicos que faziam uso de algum medicamento. Evidencia-se, assim, que medicamentos usados por pessoas com a síndrome buscando inibir os sintomas, geralmente estão se automedicando sem consultar um médico ou psiquiatra. Pode ser difícil encontrar um profissional que possa diagnosticar com precisão ou mesmo identificar um diagnóstico adequado, muitas vezes é mal diagnosticado, como depressão ou estresse, o que piora a condição, provocando o agravamento do quadro clínico e a dificultando sua subnotificação.

Na perspectiva de Lopes (2020) a prevalência de burnout elevado entre os acadêmicos de enfermagem pesquisados foi de 6,0%. Em relação às subescalas de burnout, 36,3% dos estudantes apresentaram alta exaustão emocional, 37,7% apresentaram alta despersonalização, 28,2% apresentaram reduzida realização pessoal e 33,1% não tiveram alteração nas 3 subescalas. As pessoas com burnout elevado tinham pontuações estatisticamente mais altas em angústia pessoal e pontuações mais baixas e preocupação empática e tomada de perspectiva. A idade entre 18 e 24 anos, a carga horária semanal maior que 24h, a falta de atividade física e os valores mais baixos

de auto eficácia foram preditores de exaustão emocional elevada. A falta de atividades de lazer e os valores mais baixos de preocupação empática foram preditores de despersonalização elevada. Os valores mais baixos de preocupação empática e auto eficácia foram preditores de menor realização pessoal. O estudo foi realizado com alunos do 3º, 4º e 5º ano de faculdade, o estudo relata que houve um aumento significativo da SB em alunos do 5º em relação aos alunos do 4º ano. A alta taxa de exaustão emocional e despersonalização entre os alunos pesquisados, no primeiro experimento profissional, requerem a atenção dos responsáveis pelas formações em enfermagem e apontam para a necessidade de novas investigações sobre o fenômeno. Exaustão emocional é o sinal mais claro de burnout, capaz de predispor o seu desenvolvimento, ainda em estudo ou no futuro, quando efetivamente esses estudantes assumirem as funções laborais com a entrada no mercado de trabalho. Precusores do estudo do burnout sugerem que essa temática seja incluída no processo educacional preparatório para as carreiras em saúde, com o conhecimento e a discussão sobre o burnout fazendo parte do currículo educacional.

Segundo Galdino (2020) a pesquisa constatou que 76,3% apresentaram alta exaustão emocional e 31,6% alta despersonalização e 21,1% baixa eficácia. Com esses resultados constatou-se que 10,5% dos acadêmicos de enfermagem apresentavam a síndrome de burnout e 30,7% apresentaram alto desgaste emocional e despersonalização, portanto, poderiam desenvolver a síndrome. A exaustão emocional é a primeira a se manifestar, refletindo na falta de energia e recursos psicológicos para lidar com a sobrecarga acadêmica e pode ser prejudicial para a formação profissional. O indicado é essencial é reduzir a sobrecarga acadêmica desnecessária e ajudar esses alunos a desenvolver as habilidades necessárias para a melhora no gerenciamento do tempo. A despersonalização afeta os alunos mais velhos, mais avançado no ano escolar, com maior carga horária e com insatisfação com o curso. Em algumas instituições de ensino superior ainda predomina o

pensamento de que a saúde e o engajamento do aluno é uma responsabilidade exclusivamente do indivíduo e não da universidade, que não valoriza, respeita, ouve e investe em melhorar a postura dos alunos desinteressados.

Em compensação, Sveinsdóttir (2021) verificou que a maioria dos alunos do estudo experimentou um baixo nível de desgaste pessoal e acadêmico. No entanto, a pontuação média foi próxima a moderada, e mais de 40% dos alunos experimentaram burnout moderado a grave. Curiosamente, o esgotamento relacionado à colaboração foi baixo. Uma análise mais aprofundada dos dados revelou que os alunos que tinham problemas de saúde física e mental, apoio inadequado relacionado aos seus estudos e progresso desfavorável em seus estudos teóricos eram menos propensos a gostar de aprender online e lutavam para gerenciar seus estudos. Esses alunos relataram pontuações significativamente mais altas para esgotamento pessoal e acadêmico, que eram de gravidade moderada em comparação com baixa. A importância dessas descobertas não pode ser subestimada, pois o esgotamento acadêmico pode ter um impacto negativo no bem-estar dos alunos.

Diante disso, segundo Lima (2022) na pesquisa 31% apresentaram indícios de burnout, 30% alto risco, 20% baixo risco de desenvolver a síndrome e 17% não possuíam indícios de desenvolver a síndrome. A presença da síndrome nos estudantes de enfermagem foi de 20%. Essa síndrome ocorre entre universitários da área da saúde, possivelmente pela exposição a diversos estressores que afetam os aspectos racionais e emocionais do indivíduo, levando a sentimentos de angústia, dúvida e decepção. Um estudo com estudantes de enfermagem encontrou uma prevalência de sinais de SB entre estudantes de 10,5%. Tal síndrome, nos universitários, pode ocorrer devido às suas exposições a diversos fatores estressores que afetarão aspectos racionais e emocionais do indivíduo levando, conseqüentemente, ao surgimento de sentimentos, como angústia, dúvida e decepção. Alguns autores afirmam que, além dos fatores estressores característicos, o período dos estágios curriculares, que representa a

etapa decisiva do curso e a atuação direta com pessoas, também são fatores importantes e diferenciados para o surgimento da Síndrome de Burnout.

Em contrapartida, Maresca (2022), indica que em ambientes ocupacionais onde responsabilidades, deveres e limites são claramente estabelecidos, o bem-estar psicológico dos funcionários é menos suscetível ao esgotamento. Além disso, fatores individuais também podem ser influenciados positivamente pelo ambiente circundante. Os profissionais de saúde frequentemente trabalham em um ambiente de alta pressão, principalmente quando lidam com pacientes gravemente enfermos ou com uma carga de trabalho aumentada. Como resultado, esse grupo corre um risco maior de desenvolver a síndrome de burnout. No entanto, parece que os sintomas de burnout são causados principalmente por práticas habituais e disfuncionais, bem como respostas psicológicas pessoais que impactam negativamente o bem-estar de um indivíduo, incluindo exaustão emocional, despersonalização e falta de realização pessoal. Ao invés de implementar seus recursos para enfrentar situações estressantes, um trabalhador poderia reagir de forma “explosiva” (agressividade, irritabilidade, atitudes de hostilidade e ressentimento), ou “impulsivamente” (consequente frustração, ansiedade crônica ou depressão severa). Esses sintomas podem piorar o relacionamento com colegas e até com pacientes.

Contudo, segundo Ghods (2023), os resultados da fase quantitativa do estudo Burnout estão acima do percentil 50, indicando que alunos de enfermagem tiveram níveis mais altos de esgotamento emocional do que a média nacional, e aqueles abaixo do percentil 50 se saíram melhor. Esse resultado é consistente com pesquisas internacionais que mostram que estudantes de enfermagem têm escores de burnout mais altos do que os escores médios da população em geral. Um dos principais resultados da fase quantitativa foi a evidência de burnout entre alunos do primeiro ano de enfermagem em comparação com alunos do último ano. Os alunos de enfermagem do 2º e 4º semestres experimentaram mais desgaste acadêmico em comparação com os outros

semestres. Neste estudo, uma das principais dimensões do burnout foi a exaustão. A carga de atividade é um fator ambiental influente que explica o esgotamento acadêmico. Quando as pessoas sentem que seus preciosos recursos estão sendo usados em atividades inúteis sem qualquer feedback positivo, suas condições físicas e mentais mudam gradativamente. Nesse sentido, os alunos se sentirão perdidos quando encontrarem vários problemas devido a restrições de tempo no processo de aprendizagem.

Por outro lado, segundo Velando-Soriano (2023), no contexto acadêmico, vários fatores têm sido associados ao esgotamento, incluindo dificuldades de aprendizagem e falta de conselheiros. Além disso, o esgotamento emocional dos alunos do último ano é muito superior ao dos alunos nos estágios iniciais de um curso universitário. No entanto, entre os estudos revisados, não há um consenso claro a esse respeito. Outros fatores associados ao burnout incluem interação e relacionamento inadequados com os professores, percepção de falta de apoio, excesso de deveres de casa e qualidade inadequada de ensino e organização, como horários, programação de aulas teóricas e práticas e informações sobre eventos. Em casos extremos, a perda de interesse pelos estudos pode levar ao abandono do curso. Além disso, o burnout pode levar os enfermeiros a deixar a profissão. Os homens (tanto graduados quanto estudantes) têm maior probabilidade de sofrer de burnout do que as mulheres. Embora as alunas do sexo feminino sejam mais propensas a experimentar níveis mais altos de burnout. A participação de atividades extracurriculares, estar empregado e exercícios físicos foram identificados como fatores de proteção contra o burnout. A melhor saúde subjetiva também foi associada a maior resistência ao burnout.

6 CONCLUSÃO

Diante do exposto, constatou-se que a maioria dos alunos apresentava sintomas da Síndrome de Burnout. A presença das três dimensões do burnout foi perceptível nos alunos devido a vários fatores que estão constantemente presentes em suas vidas, dentre eles, aspectos sociodemográficos, como falta de atividade física ou de lazer, além do estresse acadêmico que aumenta com o tempo.

Nesse cenário, salienta-se que os estudantes de enfermagem que sofreram de burnout em suas carreiras acadêmicas correm um risco maior de sofrer de burnout durante seu trabalho clínico. Portanto, é crucial que os alunos adquiram as habilidades e conhecimentos adequados para evitar serem acometidos por tal síndrome. Ressalta-se também a escassez de artigos disponíveis sobre o assunto, visto que, ainda há pouco interesse e investimento em pesquisar a Síndrome de Burnout em estudantes de enfermagem.

Sendo assim, conclui-se a relevância de abordar essa temática com os estudantes, desde a graduação, bem como, incentivar publicações a respeito da síndrome de Burnout em estudantes de enfermagem.

REFERÊNCIAS

ASSUNÇÃO, Darah *et al.* A ocorrência da Síndrome de Burnout em universitários de cursos da área da saúde de uma instituição privada na região Norte de Minas Gerais: um estudo transversal. **Revista de Ciências Médicas e Biológicas**, Salvador, v. 18, n. 1, p. 15-20, *jul.* 2019. Acesso em: 20/11/2022. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/cmbio/article/view/27685>

BORGES, Elizabete M. N., QUEIRÓS, Cristina M. L., ABREU, Margarida S. N. *et al.* Burnout among nurses: a multicentric comparative study. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**. 29:e3432, Junho-2021. Acesso em: 20/11/2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34190936/>

DE SOUSA, Luís Manuel Mota et al. A metodologia de revisão integrativa da literatura em enfermagem. **Revista investigação em enfermagem**, N°21 Série 2-Novembro 2017, v. 17, 2017. Acesso em: 06/05/2023. Disponível em: <http://www.sinaisvitais.pt/images/stories/Rie/RIE21.pdf#page=17>

GALDINO, M. J. Q. et al. Burnout among nursing students: a mixed method study. **Invest Educ Enferm**. Brasil, 2020 Feb;38(1):e07. Acesso em: 03/06/2023 Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7871479/>

GHODS, Ali A. et al. Academic burnout in nursing students: An explanatory sequential design. **Nurs Open**, Irã, 2023. Acesso em: 05/06/2023. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9834498/>

GOMES, Adriel S. S. et al. Fatores preditores da síndrome de burnout em estudantes de enfermagem: uma revisão integrativa. **Editora Científica**, Guarujá, São Paulo, v. 2, n. 12, p. 176-190, 2021. Acesso em: 04/02/2023. Disponível em: <https://www.editoracientifica.com.br/artigos/fatores-preditores-da-sindrome-de-burnout-em-estudantes-de-enfermagem-uma-revisao-integrativa>

LOPES, Adriana Rezende; NIHEI, Oscar Kenji. Burnout em estudantes de Enfermagem: preditores e associação com empatia e autoeficácia. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Foz do Iguaçu, Paraná, Brasil, v. 73, p. 1-8, 2020. Acesso em: 20/11/2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/RRDsk6ySNzGBJh3xxQMkRKs/?lang=pt>

LIMA, Amanda S. O. et al. Síndrome de burnout e fatores associados em estudantes da área da saúde. **Rev. Baiana de enfermagem**, Salvador, vol.36, Nov-2022. Acesso em: 05/01/2023. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/enfermagem/article/view/47376>

MARESCA, Giuseppa *et al.* Coping Strategies of Healthcare Professionals with Burnout Syndrome: A Systematic Review. *Medicina (Kaunas)*, Irã, 2023. Acesso em: 02/06/2023. Disponível em:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8877512/>

SVEINSDÓTTIR, Herdís *et al.* Predictors of university nursing students burnout at the time of the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. **Nurse Educ Today**, Islândia, 2021. Acesso em: 02/06/2023. Disponível em:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9756936/>

VASCONCELOS, Eduardo Motta *et al.* Fatores preditivos da síndrome de burnout em acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 54, p. 1-8, 2020. Acesso em:

10/03/2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/mX4Y6JLxjcZNPL8tyjzxWhk/?>

lang=pt#:~:text=Os%20fatores%20preditivos%20do%20burnout,pensamento%20de%20desistir%20do%20curso.

VELANDO-SORIANO, Almudena *et al.* Factors related to the appearance and development of burnout in nursing students: a systematic review and meta-analysis. **Front Public Health**, Irã, 2023. Acesso em: 07/06/2023. Disponível em:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10192626/>

¹Graduanda do Curso de Enfermagem – Cesmac; lenatagliaferro123@gmail.com. Currículo Lattes:

<http://lattes.cnpq.br/2867613012056081>

²prof. Mestre em Enfermagem – Cesmac; enfermeiraviv@gmail.com. Currículo Lattes:

<http://lattes.cnpq.br/8774721117679609>

³prof. Mestre em Enfermagem – UFAL; Docente Cesmac Jandson.oliveira@cesmac.edu.br. Currículo Lattes:

<http://lattes.cnpq.br/5027886166561621>

⁴prof. Mestre em Enfermagem – Cesmac; thycia10@hotmail.com Currículo Lattes:
<http://lattes.cnpq.br/6599258830188882>

[← Post anterior](#)

RevistaFT

A RevistaFT é uma Revista Científica Eletrônica Multidisciplinar Indexada de Alto Impacto e Qualis “B2” em 2023. Periodicidade mensal e de acesso livre. Leia gratuitamente todos os artigos e publique o seu também [clikando aqui](#).



Contato

Queremos te ouvir.

WhatsApp: 11 98597-3405

e-Mail:

contato@revistaft.com.br

ISSN: 1678-0817

CNPJ: 48.728.404/0001-22

CAPES – Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), fundação do Ministério da Educação (MEC), desempenha papel

Conselho Editorial

Editores Fundadores:

Dr. Oston de Lacerda
Mendes.

Dr. João Marcelo Gigliotti.

Editor Científico:

Dr. Oston de Lacerda
Mendes

Orientadoras:

Dra. Hevellyn Andrade
Monteiro

Dra. Chimene Kuhn Nobre

Dra. Edna Cristina

fundamental na expansão e consolidação da pós-graduação stricto sensu (mestrado e doutorado) em todos os estados da Federação.

Dra. Tais Santos Rosa

Revisores:

Lista atualizada periodicamente em revistaft.com.br/expediente
Venha fazer parte de nosso time de revisores também!

Copyright © Editora Oston Ltda. 1996 - 2023

Rua José Linhares, 134 - Leblon | Rio de Janeiro-RJ | Brasil