



**FAPAC- FACULDADE PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS
INSTITUTO TOCANTINENSE PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS PORTO LTDA
CURSO DE MEDICINA**

**BEATRIZ CARVALHO DA SILVA
LAYRA WANÊSSA GUIDA CARDOSO**

SÍNDROME DE BURNOUT EM DISCENTES: UMA REVISÃO DE LITERATURA

PORTO NACIONAL – TO.

2020

BEATRIZ CARVALHO DA SILVA
LAYRA WANÊSSA GUIDA CARDOSO

SÍNDROME DE BURNOUT EM DISCENTES: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Artigo Científico submetido ao Curso de Medicina da FAPAC/ITPAC Porto Nacional, como requisito parcial para a obtenção do Grau de Bacharel em Medicina.

Orientador: Profª Drª Nelzir Martins Costa

PORTO NACIONAL – TO.
2020

SÍNDROME DE BURNOUT EM DISCENTES: UMA REVISÃO DE LITERATURA

BURNOUT SYNDROME IN DISCENT: A LITERATURE REVIEW

Beatriz Carvalho da Silva¹
Layra Wanêssa Guida Cardoso¹
Nelzir Martins Costa²

¹ Acadêmicos do Curso de Medicina – Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos

² Docente – Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos (Orientadora)

RESUMO: Introdução: A palavra *burnout* deriva do inglês que significa “queimar-se”, “esgotamento” devido a essa tradução também é conhecida como Síndrome do Esgotamento Profissional. É caracterizada por pensamentos negativos diários, esgotamento físico e psicológico, sentimentos de inferioridade, alterações no sono e humor. Esse cenário reflete no ambiente de trabalho, sobretudo em indivíduos que diariamente lidam com exigências e compromisso são os mais acometidos por essa síndrome. Sua importância faz-se presente em razão da persistência do agravo ainda nos dias atuais, visto que acomete diversos profissionais, em especial os discentes. Assim, é fundamental a realização de uma revisão de literatura a fim de dimensionar sua ocorrência em discentes. **Objetivo:** Revisar as evidências disponíveis na literatura sobre a Síndrome de Burnout entre discentes. **Metodologia:** Levantamento de estudos que passaram por critérios de inclusão e exclusão, sendo que os trabalhos selecionados foram publicados entre 2007 e 2020, utilizados bancos de dados da Literatura Internacional em Ciências da Saúde e Biomédica (PubMed/ MEDLINE), Biblioteca Científica Eletrônica *Online* (ScieELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe (LILACS). **Resultados e discussões:** Foram eleitos 7 artigos que preenchiam os critérios de inclusão. Em razão disso, foi realizado um quadro para evidenciar os resultados, no qual aborda título da pesquisa, autores/periódicos/ano, objetivos, tipo de estudo e principais resultados. Estudos demonstraram o impacto que o estresse diário, elevadas cargas de trabalho e extensas atividades curriculares contribuem para a predisposição da Síndrome de *Burnout*. **Considerações Finais:** Nota-se que o convívio de forma intensa com outras pessoas pode levar a essa síndrome, logo, esse agravo, não é específico apenas de profissionais, ou seja, pode afetar, também, estudantes. Desse modo, o acometimento de estudantes por essa síndrome alerta para um cenário ainda pouco discutido no meio acadêmico e profissional.

Palavras-chave: Discentes. Estresse psicológico. Esgotamento Profissional.

ABSTRACT: Introduction: The word burnout is derived from the English meaning "to burn out", "exhaustion" due to this translation is also known as Professional Burnout Syndrome. It is characterized by daily negative thoughts, physical and psychological exhaustion, feelings of inferiority, changes in sleep and mood. This scenario reflects in the work environment, especially in individuals who daily deal with demands and commitment are the most affected by this syndrome. Its

importance is present due to the persistence of the grievance even today, since it affects several professionals, especially students. Thus, it is essential to conduct a literature review in order to measure its occurrence in students. **Objective:** To review the evidence available in the literature on Burnout Syndrome among students. **Methodology:** Survey of studies that passed inclusion and exclusion criteria, and the selected works were published between 2007 and 2020, using databases of International Literature in Health Sciences and Biomedicine (PubMed/ MEDLINE), Scientific Electronic Library Online (ScieELO), Latin American and Caribbean Literature (LILACS). **Results and discussions:** 7 articles were elected that met the inclusion criteria. Because of this, a table was made to show the results, in which the title of the research, authors/periods/year, objectives, type of study and main results were discussed. Studies demonstrated the impact that daily stress, high workloads and extensive curriculum activities contribute to the predisposition of Burnout Syndrome. **Conclusion:** It is noted that living with other people in an intense way can lead to this syndrome, so this grievance is not only specific to professionals, that is, it can also affect students. Thus, the involvement of students by this syndrome alerts to a scenario still little discussed in academic and professional circles.

Keywords: Students. Psychological stress. Professional exhaustion.

1 INTRODUÇÃO

A Síndrome de *Burnout* é um agravo de saúde mental que acomete, principalmente, aqueles que possuem maior carga de trabalho associado ao estresse profissional. A palavra *burnout* deriva do inglês que significa “queimar-se”, “esgotamento” devido a essa tradução também é conhecida como Síndrome do Esgotamento Profissional (FERNANDES, 2014). Diante disso, nota-se o desenvolvimento de um perfil do profissional acometido, o qual foi formado ao longo de décadas.

Seguindo esse contexto, observa-se que com a eclosão da Revolução Industrial e, por conseguinte, dos avanços tecnológicos houve uma progressiva cobrança por produtividade. Tal fato, culminou no surgimento de trabalhadores que têm grandes exigências sejam pessoais sejam externas. Todos esses fatores em conjunto prejudicam a qualidade de vida do profissional. Desse modo, em 1999, Christina Maslach e Michael Leiter, associaram essa síndrome a três dimensões que envolveram a exaustão emocional, falta de realização profissional e a despersonalização (MOREIRA; SOUZA; YAMAGUCHI, 2018).

Entre as manifestações clínicas, destacam-se os pensamentos negativos diários, alterações no sono e no humor, cansaço físico e psicológico, sentimentos de inferioridade, além de dores e alteração do sistema cardiovascular e do trato gastrointestinal. Nesse cenário, observa-se que tais sintomas refletem no ambiente

profissional, o que prejudica o trabalhador a se destacar no seu campo de atuação. Dessa forma, é recomendado a procura por um profissional especializado, sendo o psiquiatra e o psicólogo os mais indicados para ajudarem no tratamento dessa síndrome (BRASIL, 2019).

Em meio a essas características, salienta-se, que a Síndrome de *Burnout* acomete diferentes profissionais, isso porque tem como fator mais importante a sobrecarga de atividades no trabalho. Em razão disso, os indivíduos que diariamente lidam com essa exigência e compromisso são os mais afetados, pode-se citar docentes, profissionais de saúde, policiais e outros cargos (BRASIL, 2019).

Vale ressaltar que, o convívio de forma intensa com outras pessoas pode levar a essa síndrome, logo, esse agravo, não é específico apenas de profissionais, ou seja, pode afetar, também, estudantes. Desse modo, o objetivo deste estudo foi realizar uma revisão sistemática com o intuito de reunir evidências disponíveis na literatura sobre o acometimento da Síndrome de Burnout em discentes.

2 METODOLOGIA

O presente artigo trata-se de um estudo exploratório com abordagem qualitativa por meio de um levantamento bibliográfico sobre a Síndrome de Burnout em estudantes. Para a obtenção das informações, foram utilizados artigos disponíveis em bases de dados indexadas sobre a Síndrome de Burnout em discentes.

Os artigos passaram por critérios de inclusão e exclusão sendo que os trabalhos selecionados foram publicados entre 2007 e 2020, com as palavras-chaves citadas e que continham o assunto de modo a contribuir com esse estudo. Foram utilizados textos na língua portuguesa, inglesa e espanhola pesquisados nos bancos de dados Literatura Internacional em Ciências da Saúde e Biomédica (PubMed/ MEDLINE), Biblioteca Científica Eletrônica *Online* (ScieELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe (LILACS). As palavras usadas como descritores foram “Síndrome de Burnout”, “estudantes” e “depressão”. Ocorreu uma seleção inicial dos textos com base no título e resumo, após isso foi avaliado todo o conteúdo do trabalho.

Em relação aos aspectos éticos, foi respeitado a propriedade intelectual de cada autor por meio das referências e houve a dispensa da submissão ao Comitê de

Ética em Pesquisa e o uso do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, pois esse trabalho utiliza apenas material científico já publicado.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após o levantamento de dados sobre a Síndrome de Burnout e a análise dos artigos na íntegra foram selecionados 7 artigos que preenchiam os critérios de inclusão. Desse modo, foi feito um quadro para evidenciar os resultados, no qual aborda título da pesquisa, autores/periódicos/ano, objetivos, tipo de estudo e principais resultados.

Quadro 1. Artigos selecionados para análise dos dados

Título	Autores/ Periódicos/ Ano	Objetivos	Tipo de estudo	Principais resultados
Ocorrência da Síndrome de Burnout em acadêmicos de medicina de instituição de ensino no interior de Minas Gerais.	Chagas MKS, <i>et al.</i> Revista de Medicina e Saúde de Brasília (2016)	Avaliar o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em estudantes de medicina de um centro universitário do interior de MG.	Estudo <i>survey</i> transversal com variáveis quantitativas.	Relação entre a síndrome e fatores estressores com achados da SB em acadêmicos de medicina com a necessidade de realização de novas pesquisadas direcionadas para esse grupo.
Síndrome de Burnout	PÊGO, PÊGO. Revista Brasileira de Medicina do Trabalho (2016)	Verificar os fatores de risco mais relevantes para o surgimento da SB e seu reflexo na sociedade e no ser humano.	Estudo qualitativo e transversal.	Há muitos sintomas relacionados a SB, os quais refletem em toda a vida do indivíduo. Soma-se a isso, que essa mazela pode ser evitada.
Síndrome de Burnout em Médicos de Estratégia Saúde da Família de Montes Claro, MG e Fatores Associados	Morais, A. J. D <i>et al.</i> Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade (2018)	Pesquisar a prevalência em Montes Claros-MG, da SB em médicos da Estratégia Saúde da Família e a interação com a qualidade de vida e o ambiente de trabalho	Estudo quantitativo, analítico e transversal como instrumentos: questionário <i>Maslach Burnout, Job Stress Scale</i> e <i>WHOKOL-BREF</i> e Escala Desequilíbrio-Esforço-Recompensa e teste Qui-quadrado de Pearson	Por meio da análise dos escores das dimensões Despersonalização e Exaustão, observou-se presença de SB moderada em todos os pesquisados. Como também, associado a elevada cobrança pessoal no trabalho, e um desequilíbrio na razão esforço-recompensa.

Physician Burnout: It Just Keeps Getting Worse	Peckam, Carol. Medscape (2019)	Evidenciou o aumento da síndrome entre os médicos e as especialidades mais acometidas.	Pesquisa exploratória com abordagem qualitativa por meio de levantamento bibliográfico	Verificou-se que os médicos norte-americanos sofrem mais Burnout. Soma-se a isso, que dentre os pesquisados as especialidades mais acometidas foram os cuidados intensivos com 53% e a área de emergência com 52%. Vale citar também que os médicos de família e internistas obtiveram um aumento dessa patologia em comparação a mesma pesquisa realizada anteriormente.
Burnout académico y síntomas relacionados con problemas de salud mental em universitarios colombianos	Escudeiros, A. M.; Colorado, Y. S.; Sañudo, J. P. Psychologia (2017)	Verificar a presença das dimensões da SB, em estudantes universitários colombianos e a diversidade dos agravos de saúde mental nesse grupo.	Estudo quantitativo do tipo explicativo e transversal	Verificou-se que o estudo foi obtido pela presença de 204 foram submetidos ao questionário de Maslach Burnout Inventory Student Survey e o Inventory of Symptoms. Assim, esse estudo concluiu que os sintomas pertinentes a agravos de saúde mental muda em relação ao acometimento de SB.
Prevalência de Síndrome de Burnout em um Centro de Cirurgia Académico-Asistencial Público em Chile	Astudillo, P. M.; Losada H. M.; Schneeberger, P. H.; Coronado, F.; Curitol, S. S. Revista de chilena de cirugía (2018)	Identificar o nível de SB por meio das dimensões de despersonalização, exaustão emocional e realização pessoal no ambiente de trabalho dos médicos do Serviço de Cirurgia do Hospital Hernán Henríquez Aravena e do Departamento de Cirurgia da Universidade de La Frontera	Estudo de coorte transversal	Constatou-se na pesquisa que a prevalência da SB usando da escala de MBI, apresentou 64,4%, e dentre as dimensões o valor mais significativo ocorreu pela despersonalização com 62%. Assim, a exaustão emocional contribui para o afastamento progressivo emocional e cognitivo das ocupações diárias. Alerta para ações que diminuam a SB, em especial em residentes e internos.
Síndrome de Burnout em estudantes universitários: um olhar sobre as investigações	Mota <i>et al.</i> Revista Motrivivência (2017)	Investigar publicações que apresentem SB em acadêmicos universitários	Estudo qualitativo, analítico e transversal com análise de estudos literários	A fase dos estágios da instituição é um momento importante que predispõe ao desenvolvimento da síndrome, visto que é um período novo, com situações e mazelas da realidade que não eram vivenciados inicialmente.

Fonte: elaborado pelos autores

Entre os autores pioneiros que escreveram sobre a Síndrome de *Burnout*, destaca-se Christina Maslach, a qual caracterizou essa síndrome em exaustão emocional, falta de realização profissional e despersonalização. A exaustão ou esgotamento emocional está relacionado a falta de energia, já, a falta de realização profissional envolve a avaliação que o indivíduo faz do seu desenvolvimento tanto emocional quanto pessoal, além da perda de confiança nas suas próprias realizações o que acarreta em um autoconceito negativo. Por fim, a despersonalização ou cinismo se refere aos sentimentos negativos, atitudes cínicas em relação às pessoas para quem presta serviço, há o endurecimento afetivo, sentimento de coisificação e o excessivo distanciamento das pessoas (PÊGO; PÊGO, 2016).

Em meio a esse cenário de estafa, evidencia-se que alguns profissionais são mais acometidos pela SB. Em razão disso, nota-se que os médicos pertencem a um dos grupos mais afetados. Exemplo de tal fato, é visto por um estudo em 2016 realizado em Montes Claros no estado de Minas Gerais, feito com médicos da Estratégia Saúde da Família o qual associou o estresse no trabalho com o desequilíbrio entre o esforço e a recompensa, além da qualidade de vida. O resultado revelou que 100% dos médicos avaliados possuem síndrome de *Burnout* moderada (MORAIS *et al.*, 2018). Soma-se a isso uma matéria de 2015 publicada pela Medscape que alertou para associação da SB com a depressão e o suicídio (PECKHAM, 2015).

Vale ressaltar que a SB não acomete somente profissionais, já que há comprovações na literatura sobre o envolvimento em discentes. Diante disso, destaca-se um estudo transversal explicativo realizado por Escudeiros *et al.* (2017), no qual avaliou 204 universitários de instituição pública, no Caribe colombiano que avaliou o acometimento dos estudantes pela Síndrome de *Burnout*, com idade de até 39 anos, de diversos cursos de graduação. Dessa maneira, os envolvidos foram avaliados por questionário (MBI) e, em média 40% dos discentes apresentaram sintomas iniciais de *Burnout*. Dentre a tríade de fatores da síndrome, tem notoriedade o esgotamento emocional e de modo intermediário os agravos de saúde mental. Assim, cita-se a depressão entre os acadêmicos com 18%, valores semelhantes de 17% por meio do quadro de somatização com obsessão, compulsões e ansiedade com 15% e próximo de 10% o psicoticismo. Logo, pode-se afirmar que *Burnout* também se relaciona com o adoecimento mental, em especial

ao ambiente acadêmico de intensa pressão e concorrência (ESCUDEROS; COLORADO; SAÑUDO, 2017).

Nesse contexto, nota-se que os estudantes de Medicina são um grupo de risco para a SB devido ao grande estresse diário durante a sua formação acadêmica. Desse modo, percebe-se que essa realidade de extensas atividades curriculares associada ao pouco tempo para o lazer pode levar a essa síndrome. Além de contribuir com o surgimento de alguns transtornos de humor até a automutilação e suicídio (CHAGAS *et al.*, 2016).

Com base nesses estudos, constata-se que o estresse é um fator altamente propenso à SB, prova disso é uma outra pesquisa transversal realizada no Chile em 2016 que analisou 43 acadêmicos do curso de Medicina acerca dessa síndrome da Universidade da Fronteira e no Hospital Hernán Henríque Aravena. Dessa forma, observou-se que aproximadamente 65% sofreram desse agravo de saúde, porém, quando se dividiu por hierarquia de formação, os internos tiveram maior expressividade dentre os demais. Isto explica-se pela inexperiência e menor capacitação na área, o qual leva o maior desgaste emocional e predisposição a *Burnout* (AUSTUDILLO *et al.*, 2018).

Diante do exposto, para Mota *et al.* (2017) o período de estágios na graduação pode contribuir para o desenvolvimento de SB, uma vez que a vivência da prática mostra as mazelas da atuação profissional e as suas dificuldades. No entanto, essas limitações não eram vivenciados na fase inicial da graduação do curso de Medicina, a qual tem um foco maior no contexto teórico. É imprescindível, assim, novas medidas de prevenção, como também identificar as fases iniciais de SB, a fim de que os acadêmicos não tenham a saúde mental acometida por essa síndrome no decorrer da graduação.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante das informações apresentadas no estudo, notou-se que a Síndrome de Burnout acomete diversos profissionais, sendo homens e mulheres, como também os discentes. Estes últimos são expostos diariamente a intensas atividades curriculares, estresse psicológico, tempo reduzido para exercícios e lazer, tal cenário que contribui para a predisposição à síndrome. Com isso, é válido salientar que os dados sugerem que a maioria dos indivíduos que diariamente lidam com sobrecarga de trabalho, exigência e compromisso, são os mais afetados. Isso porque, em razão

dessa mazela, prejudica o exercício do trabalho diário e as atividades curriculares dos estudantes.

Nesse sentido, é importante destacar a importância do cuidado com esses indivíduos, e a conscientização dessa patologia, sobretudo no meio acadêmico, a fim que o público prejudicado saiba reconhecer as primeiras manifestações clínicas da doença e realizar as mudanças necessárias para melhora do quadro associada a ajuda profissional.

REFERÊNCIAS

ASTUDILLO, Paula M.; LOSADA, Hector M.; SCHNEEBERGER, Pilar H.; CORONADO, Felipe; CURITOL Sonia S. Prevalencia de Síndrome de Burnout en un Centro de Cirugía Académico-Asistencial Público en Chile. **Revista chilena de cirugía**, Santiago, Chile, v. 70, n. 2, p.117-126, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Síndrome de Burnout: o que é, quais as causas, sintomas e como tratar. **Portal do Ministério da Saúde**, Brasília, 2019. Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/saude-mental/sindrome-de-burnout>>. Acesso em: 27 ago. 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria nº 1339, de 18 de novembro de 1999. Institui a lista de doenças relacionadas ao trabalho, a ser adotada como referência dos agravos originados no processo de trabalho no sistema único de saúde, para uso clínico e epidemiológico. **Diário Oficial da União**, Brasília, 1999.

CHAGAS, Maria Karoline Souza; JUNIOR, Dulcídio de Barros Moreira; CUNHA, Guilherme Nascimento; CAIXETA, Ronaldo Pereira; FONSECA, Edson Freire. Ocorrência da Síndrome de Burnout em acadêmicos de medicina de instituição de ensino no interior de Minas Gerais. **Revista de Medicina e Saúde de Brasília**, v. 5, n. 2, p. 234-245, 2016.

ESCUDEROS, Ailed Marengo; COLORADO, Yuly Suárez; SAÑUDO, Jorge Palacio. Burnout académico y síntomas relacionados con problemas de salud mental en universitarios colombianos. **Psychologia**, Colômbia, v. 11, n. 2, p. 45-55, 2017.

FERNANDES, Meirilene Alves. Síndrome de burnout e acidente de trabalho. **Revista Raízes no Direito**, Anápolis-GO, n. 3, 2014.

MORAIS, Ariadna Janice Drumond; TELES, Cristiane Borborema; ROCHA, Laryssa Ferreira; SILVEIRA, Marise Fagundes; PINHO, Lucinéia de. Síndrome de Burnout em Médicos de Estratégia Saúde da Família de Montes Claros, MG, e Fatores Associados. **Revista Brasileira de Medicina de Família de Comunidade**, Rio de Janeiro-RJ, v. 13, n. 40, p. 1-15, 2018.

MOREIRA, Hyan de Alvarenga; SOUZA, Karen Nattana de; YAMAGUCHI, Mirian Ueda. Síndrome de Burnout em médicos: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, Maringá-PR, v. 43, e3, 2018.

MOTA, Íris Dantas da; FARIAS, Gelcemar Oliveira; SILVA, Rudney da; FOLLE, Alexandra. Síndrome de Burnout em estudantes universitários: um olhar sobre as investigações. **Motrivivência**, Florianópolis, v. 29, n. esp., 2017.

PECKAM, Carol. Physician Burnout: It Just Keeps Getting Worse. **Medscape**, 26 jan. 2015. Disponível em: <<https://www.medscape.com/viewarticle/838437>>. Acesso em: 06 out. 2019.

PÊGO, Francinara Pereira Lopes; PÊGO, Delcir Rodrigues. Síndrome de Burnout. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, Anapólis-GO, v. 14, n. 2, p.171-176, 2016.