

Estressores acadêmicos como preditores da síndrome de *burnout* em estudantes

Academic stressors as predictors of burnout syndrome in university students

Estresores académicos como predictores del síndrome de burnout en estudiantes universitarios

Sheila Gonçalves Câmara^I

Mary Sandra Carlotto^{II}

RESUMO

A Síndrome de *Burnout* em estudantes é um sentimento de esgotamento devido às demandas do estudo, decorrendo em uma atitude de descrença e um senso de ineficácia da formação profissional. O objetivo do estudo foi identificar o poder preditivo dos estressores acadêmicos sobre a Síndrome de *Burnout* em uma amostra de 1.169 estudantes universitários. Como instrumentos foram utilizados a Escala de Avaliação da Síndrome de *Burnout* em Estudantes Universitários, um questionário sociodemográfico e acadêmico e um questionário de estressores acadêmicos. Os estressores que predisseram a Síndrome de *Burnout* foram: relação com professores, conciliar estudo e lazer, muitas disciplinas para cursar, relação com colegas, realizar trabalhos extraclasse, realizar provas e trabalhos de aula, realizar provas e trabalhos de aula, e conciliar estudos/estágio profissional. Os resultados sugerem a necessidade de intervenção nos estressores acadêmicos presentes no contexto universitário.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout. Estresse Acadêmico. Estudantes Universitários.

ABSTRACT

Burnout Syndrome in students is a feeling of exhaustion due to the demands of the study proceeding in an attitude of disbelief and a sense of ineffectiveness of professional training. The objective of the study was to identify the predictive power of academic stressors on Burnout Syndrome in a sample of 1,169 university students. As instruments, the Burnout Syndrome Assessment Scale in University Students, a sociodemographic and academic questionnaire, and a questionnaire on academic stressors were used. The stressors that predicted Burnout Syndrome were relationships with teachers, reconciling study and leisure, many subjects to take, relationships with colleagues, performing extracurricular work, performing tests and class work, performing tests and class work, and reconciling studies / professional internships. The results suggest the need for intervention in academic stressors present in the university context.

Keywords: Burnout Syndrome. Academic Stress. University Students.

^IUniversidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre, Porto Alegre, RS, Brasil. E-mail: sheila.gcamara@gmail.com

^{II}<https://orcid.org/0000-0001-6761-7644>

^{II}Universidade de Brasília, Brasília, DF, Brasil. E-mail: mary.carlotto@unb.br <https://orcid.org/0000-0003-2336-5224>

RESUMEN

El Síndrome de Burnout en los estudiantes es una sensación de agotamiento por las exigencias del estudio, traduciéndose en una actitud de incredulidad y una sensación de ineficacia de la formación profesional. El objetivo del estudio fue identificar el poder predictivo de los estresores académicos para el Síndrome de Burnout en una muestra de 1.169 estudiantes universitarios. Se utilizaron como instrumentos la Escala de Evaluación del Síndrome de Burnout en Estudiantes Universitarios, un cuestionario sociodemográfico y académico y un cuestionario de estresores académicos. Los factores estresantes que predijeron el Síndrome de Burnout fueron: relaciones con los profesores, conciliar estudio y trabajo, muchas disciplinas para estudiar, relaciones con compañeros, hacer trabajo extraescolar, hacer pruebas y trabajos en clase y conciliar estudios / prácticas. Los resultados sugieren la necesidad de intervención en los estresores académicos presentes en el contexto universitario.

Palabras clave: Síndrome de Burnout. Estrés Académico. Estudiantes Universitarios.

INTRODUÇÃO

O ingresso no ensino universitário implica mudanças significativas, como estabelecimento de novos vínculos afetivos, necessidade de maior autonomia, capacidade de resolver problemas e atender a novas exigências e demandas acadêmicas (Sahão e Kienen, 2021). O início da vida universitária pode representar, para muitos jovens, a saída de casa, o desligamento da família e a sua inserção em atividades diferentes das executadas até então no ensino médio. Isso implica mudanças no seu estilo de vida e na forma de executar seus estudos acadêmicos (Cushman e West, 2006; Vizzotto, Neves de Jesus e Calé Martins, 2017).

Os jovens geralmente ingressam na universidade com a expectativa de alcançar um emprego estável, posição e reconhecimento social e, para tanto, necessitam conviver em um ambiente altamente competitivo (Caballero Domínguez, 2012). Segundo o autor, muitos estudantes não possuem recursos econômicos, apoio social, recursos psicológicos familiares ou funcionais que lhes permitam lidar adequadamente com os estressores característicos do processo de ensino-aprendizagem no contexto universitário. Altos níveis de estresse podem contribuir para o surgimento de respostas emocionais, cognitivas e comportamentais que podem afetar negativamente a saúde e a adaptação dos estudantes ao contexto acadêmico e ao seu processo de formação. Estudantes universitários, ao ingressar na universidade, passam a direcionar seu tempo para trabalhos, provas, monitorias, estágios, entre outras atividades, e deixam de lado questões que lhes eram importantes anteriormente, tais como família, amigos, relacionamentos afetivos, religião, academia, atividades esportivas e de recreação, com sérios prejuízos à sua saúde mental (Cortez *et al.*, 2017). Assim, o processo adaptativo envolve questões pessoais, sociais e econômicas, o que pode levar a interferências na saúde física e psíquica dessa população (Souza, 2017), principalmente ansiedade, depressão e estresse (Sahão e Kienen, 2021).

O estresse é uma questão importante para os alunos, que lidam com uma variedade de desafios acadêmicos, sociais e pessoais. Quando o estresse é percebido negativamente ou se torna excessivo, pode afetar tanto a saúde quanto o desempenho acadêmico (Madigan e Curran, 2021). O estresse acadêmico é um processo sistêmico, de natureza psicológica e adaptativa, que ocorre quando o estudante é submetido a uma série de demandas que, na sua avaliação, são percebidas como estressantes (Benuzzi e Benuzzi, 2021).

A inserção no ensino superior envolve o processo de adaptação, vivenciado pela saída do ensino médio e o ingresso no ensino superior; a socialização com novos colegas e professores; novas

regras e novos conteúdos de aprendizagem, que exigem maior autonomia e responsabilidades; e expectativas com o mundo do trabalho. Todos esses processos constituem-se em estressores que se apresentam como importante fonte de exaustão emocional (Tarnowski e Carlottto, 2007). Outros estressores nesse processo correspondem à falta de tempo para o lazer, família, amigos e necessidades pessoais, a preocupações quanto ao futuro profissional e a dívidas acadêmicas (Nogueira-Martins, 2002), sobrecarga de disciplinas ou de trabalhos acadêmicos, dificuldades financeiras e econômicas, situações familiares, atuação dos professores e dificuldades na assimilação das matérias (Abacar, Aliante e Antonio, 2021). Além disso, é preciso considerar a pressão existente por boas notas ou por grande produtividade dentro da própria graduação, a pressão imposta pelos docentes, a pressão imposta pelos pais e a autoexigência. No que se refere a sintomas propriamente ditos, estão: fadiga, distúrbios do sono, irritabilidade, perda de iniciativa, falta de atenção e de concentração, alterações da memória, impaciência, tendência ao isolamento e perda de interesse pelos estudos (Alves *et al.*, 2022).

Estressores, se persistentes, podem levar à Síndrome de *Burnout* (SB) em estudantes universitários, caracterizada como uma forma de estresse crônico, maligno e insidioso, geralmente não percebido no meio acadêmico, que pode afetar o desenvolvimento, compromisso e satisfação dos estudantes com a sua formação e vida acadêmica, além de sua saúde (Caballero Domínguez, 2012).

A SB tem sido considerada um problema social de extrema relevância e vem sendo estudada em vários países. Trata-se de uma resposta aos estressores interpessoais ocorridos na situação de trabalho (Maslach, Schaufeli e Leiter, 2001) e consiste em três dimensões: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional (Maslach e Jackson, 1981). A exaustão emocional é caracterizada pela falta ou carência de energia, entusiasmo e por sentimento de esgotamento de recursos. Os trabalhadores acreditam que já não têm condições de despender mais energia para o atendimento de seu cliente ou demais pessoas como faziam antes. A despersonalização faz com que o profissional passe a tratar os clientes, colegas e a organização como objetos, de maneira que pode desenvolver insensibilidade emocional. Já a baixa realização profissional caracteriza-se por uma tendência do trabalhador em se autoavaliar de forma negativa. As pessoas sentem-se infelizes consigo mesmas e insatisfeitas com seu desenvolvimento profissional (Maslach, Schaufeli e Leiter, 2001).

O interesse sobre a SB ocasionou uma ampliação de seu campo de estudo: desde as primeiras investigações centradas em profissionais de ajuda, passou-se a outros âmbitos profissionais e, posteriormente, surgiram estudos com estudantes (Ricardo e Paneque, 2013; Rosales-Ricardo *et al.*, 2021). O alargamento do conceito de *Burnout* em estudantes, ou seja, a uma atividade pré-profissional, embora já tenha emergido em alguns estudos dispersos ao longo dos anos, foi proposto com rigor e suporte empírico por Schaufeli *et al.* (2002). Embora estudantes universitários não sejam trabalhadores em um sentido formal contratual, pois não há remuneração por seu trabalho, do ponto de vista psicológico e social, muitas das atividades realizadas são comparáveis às de um trabalhador. Como qualquer funcionário, eles fazem parte de uma organização onde desempenham um determinado papel, realizam tarefas que exigem esforço, possuem metas a cumprir e seu desempenho é constantemente avaliado e recompensado por seus professores que exercem uma função muito semelhante ao de uma chefia em um contexto de trabalho (Caballero Domínguez, Bresó e González Gutiérrez, 2015).

O construto de *Burnout* em estudantes também consiste em três dimensões (Martínez *et al.*, 2002): sentimento de exaustão devido às demandas do estudo, derivando para uma atitude de descrença em relação a ele, e um sentimento de ineficácia profissional, isto é, de que o ensino não lhe oportuniza aprendizagem útil para sua formação profissional. Assim, dentre universitários, o *burnout* caracteriza-se por um sentimento de esgotamento devido às demandas de estudo e à

falta de relação teórico-prática, resultando em uma atitude de descrença e um senso de ineficácia profissional. De acordo com Caballero Domínguez (2012), trata-se de um processo e resposta ao estresse crônico que surge no processo de ensino-aprendizagem e que afeta o sentimento de competência do estudante e suas relações interpessoais. O *burnout* pode repercutir negativamente no bem-estar dos estudantes podendo gerar quadros ansiogênicos (Kordzanganeh *et al.*, 2021), sintomas depressivos (Al-Alawi *et al.*, 2019) e o abandono dos estudos (Carlotto e Câmara, 2008; Salgado e Au-Yong-Oliveira, 2021).

Se o *burnout* em profissionais é uma questão já consolidada em diferentes estudos (Rodríguez-Marín, 1995; Maslach, Schaufeli e Leiter, 2001), pode-se pensar que o *burnout* em estudantes também se mostre uma questão relevante e diferenciada devido aos inúmeros estressores presentes no contexto universitário (Caballero Domínguez, Hederich e Palacio Sañudo, 2009; Romano *et al.*, 2021; Jagodics e Szabó, 2022). Cushway (1992) pontua que o início do *burnout* pode se dar já durante a fase acadêmica, no período de preparação para o trabalho. Assim, detectar precocemente níveis sintomáticos significativos pode constituir um indicador de possíveis dificuldades, tanto em nível de êxito educacional como profissional, possibilitando intervenções preventivas (Martinez *et al.*, 2002; Chen, Li e Feng, 2021). Sua análise pode prevenir comportamentos como baixo desempenho acadêmico, evasão (Montoya-Restrepo *et al.*, 2021) e impactos negativos no sistema educacional (Fariborz, Hadi e Ali, 2019).

Estudos sobre a SB em estudantes têm sido realizados, em sua maioria, com estudantes de medicina (Silvestre *et al.*, 2021), enfermagem (Albuquerque, Barbosa e Pacheco, 2021), fisioterapia (Schulke *et al.*, 2011), odontologia (Oliveira e Oliveira, 2018), psicologia (Castro-Silva, Maciel e Melo, 2021) e estudantes da área da saúde em geral (Carlotto, Nakamura e Câmara, 2006; Pinto *et al.*, 2018). Seus resultados revelam importantes prejuízos tanto no âmbito pessoal como no desempenho acadêmico dos estudantes.

Estudos neste sentido podem ser relevantes para educadores, estudantes e futuros empregadores e clientes (Balogun *et al.*, 1995). Portanto, o *burnout* em estudantes universitários é um aspecto importante da eficácia de uma instituição e, como tal, pode ter implicações políticas distintas para instituições de ensino superior (Li e Huang, 2014). Nesse sentido, o presente estudo buscou, por meio de um estudo observacional, analítico e transversal, verificar o poder preditivo dos estressores acadêmicos para a SB em estudantes universitários.

MÉTODO

PARTICIPANTES

Os participantes foram 1.169 estudantes universitários que estavam há mais de um semestre na universidade. Foram identificados seis *outliers* pela análise dos resíduos. Assim, a amostra final ficou composta por 1.163 participantes.

A maioria era de mulheres (70,1%), estado civil solteiro (89,6%), sem filhos (92%) e idade média de 24,26 anos (DP = 6,00; amplitude: 17 a 57 anos). Também a maioria dos estudantes estava entre o 6º e 10º semestre do curso (53,3%), eram de universidade pública (64,2%) e não trabalhavam (59,7%). Estavam matriculados em cursos pertencentes às oito áreas da árvore de conhecimento do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) (<http://lattes.cnpq.br/web/dgp/arvore-do-conhecimento>): Ciências Humanas (21,7%), Ciências Sociais e Aplicadas (19,4%), Ciências da Saúde (15%), Engenharias (12,7%), Linguística, Letras e Artes (10%), Ciências Exatas e da Terra (8,6%), Ciências Agrárias (6,8%) e Ciências Biológicas (6,8%). A maior parcela dos participantes era do estado do Rio Grande do Sul (37,3%) e os demais, variando de 0,3 a 8,9%, estavam distribuídos nos 26 estados do Brasil e o Distrito Federal.

INSTRUMENTOS

Os dados foram coletados por meio dos seguintes instrumentos autoaplicáveis:

1. Questionário de dados sociodemográficos: sexo, idade, estado civil, filhos (sim/não); acadêmicos como curso, turno, semestre atual, número de disciplinas em curso, ano de início do curso, tipo de instituição (pública/privada), possui outro curso superior (sim/não), possui outro curso superior incompleto (sim/não), trabalha atualmente (sim/não); e psicossociais como custeio dos estudos (próprio/familiares/bolsa de estudos/financiamento) satisfação com o curso (sim/não), satisfação com a universidade (sim/não), pensar em desistir do curso (sim/não), possuir atividade específica de lazer (sim/não);
2. Escala de Avaliação da SB em Estudantes Universitários (ESB-eu) construída por Carlotto e Câmara (2020). O instrumento constitui-se de 14 itens distribuídos em 3 dimensões: Desgaste emocional e físico (DEF) (06 itens; alfa = 0,83, ex. item: “após minhas aulas, sinto-me com pouca energia para realizar outras atividades”), Distanciamento (DIST) (04 itens; alfa = 0,84; ex. de item: “Meu interesse pelo curso tem diminuído”) e Ineficácia da formação (INEF) (04 itens; alfa = 0,80; ex. de item: “Os conteúdos do meu curso não têm me proporcionado aprendizado”). Os itens são avaliados por meio de uma escala de frequência de 5 pontos variando de 0 (nunca) a 4 (todo os dias); e
3. Questionário de estressores em estudantes elaborada por Carlotto, Câmara e Borges (2005). O questionário é composto de 12 itens: 1) Muitas disciplinas para cursar; 2) Realizar provas e trabalhos de aula; 3) Realizar trabalhos extraclasse 4) Realizar trabalhos em grupo; 5) Relação com professores; 6) Relação com colegas; 7) Conciliar trabalho e curso; 8) Conciliar estudo e família; 9) Conciliar estudo e relacionamento afetivo; 10) Conciliar estudo e lazer; 11) Conciliar estudos e estágio profissional; 12) Custos econômicos relacionados ao curso.

PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS

A pesquisa foi apresentada aos participantes por meio de formulário eletrônico via redes sociais e *e-mails* de contato das pesquisadoras e dos membros do grupo de pesquisa, explicando que se tratava de uma pesquisa voluntária, sem nenhuma obrigatoriedade, anônima e confidencial. Foi mencionado no enunciado que poderiam participar da pesquisa apenas estudantes universitários que frequentavam uma universidade há mais de um ano. O tempo de resposta foi, em média, de 20 minutos. Para a coleta de dados foi utilizada uma plataforma virtual na qual constavam a ESB-eu e os questionários sociodemográfico, acadêmico e o de estressores acadêmicos; e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os participantes somente acessavam os instrumentos após concordar com o TCLE.

O estudo cumpriu os procedimentos éticos conforme resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (CNS). Todos os participantes apresentaram sua concordância em participar do estudo após a leitura TCLE disponível na primeira página do instrumento *on-line*. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do Vale do Rio dos Sinos.

PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DE DADOS

O banco de dados foi analisado em pacote estatístico PASW, versão 26 (SPSS/PASW Inc., Chicago, IL). Para identificar os preditores, foi empreendida uma análise de regressão linear múltipla, método *Stepwise*, após a avaliação de seus pressupostos, de acordo com Field (2009). Foi verificada a ausência de multicolinearidade, pois todos os valores das correlações ficaram abaixo de 0,541, os valores de *Variance Inflation Factor* (VIF) situaram-se abaixo de 4 (1,417) e os valores de tolerância foram inferiores a 1 (0,848). A análise do coeficiente de Durbin-Watson identificou valor próximo a 2 (1,968), indicando a independência da distribuição e a não correlação dos resíduos. A distância

de Cook apresentou valor inferior a 1 (0,001), indicando não existir preditores atípicos e um adequado ajuste dos modelos. A análise assumiu a SB como variável dependente e como variáveis independentes os estressores acadêmicos.

A seleção das variáveis preditoras adotou nível de significância de $p < 0,05$. Na análise de regressão, a magnitude do efeito foi obtida pelos coeficientes de regressão padronizados e calculados no modelo final, de acordo com Marôco (2007).

RESULTADOS

Os resultados obtidos indicam que a média da SB foi de 3,86, indicando que o grupo de investigados apresentam os sintomas da síndrome “todos os dias” (ponto 4 da escala). Com relação aos estressores, pode-se observar que os maiores índices foram obtidos em “múltiplas disciplinas para cursar”, “realizar provas e trabalhos de aula” e “realizar trabalhos em grupo” (Tabela 1).

A Tabela 2 apresenta os resultados da análise de regressão linear, que considerou a SB como variável dependente e, como variáveis preditoras, os estressores acadêmicos.

Dentre os 12 estressores em estudo, sete constituíram-se em preditores de SB em estudantes universitários. O mais importante revelou-se ser a relação com professores ($\beta = 0,31$), seguido da dificuldade em conciliar estudo e lazer ($\beta = 0,18$). As muitas disciplinas a serem cursadas e o relacionamento com colegas ficaram em terceiro lugar de importância ($\beta = 0,12$), a realização de trabalhos extraclasse e as provas e trabalhos de aula em quarto ($\beta = 0,09$), e, por último, conciliar estudos/estágio profissional ($\beta = 0,06$). O conjunto de preditores apresentou uma capacidade explicativa de 39% sobre a SB.

Os resultados revelam uma magnitude de efeito considerada elevada ($R^2 = 0,39$), de acordo com os parâmetros recomendados por Marôco (2007). Nesse sentido, indicam que as relações identificadas, possivelmente, também estarão presentes na população-alvo de estudantes universitários.

Tabela 1 - Média e desvio-padrão das variáveis em estudo

	M	DP
Síndrome de <i>Burnout</i>	3,86	0,68
Muitas disciplinas para cursar	3,25	0,78
Realizar provas e trabalhos de aula	3,13	0,80
Realizar trabalhos extraclasse	2,83	0,90
Realizar trabalhos em grupo	3,25	0,89
Relação com professores	1,92	0,87
Relação com colegas	2,04	0,92
Conciliar trabalho e curso	2,93	1,12
Conciliar estudo e família	2,75	1,05
Conciliar estudo e relacionamento afetivo	2,58	1,13
Conciliar estudo e lazer	2,92	1,00
Conciliar estudos e estágio profissional	2,77	1,06
Custos econômicos relacionados ao curso	2,84	1,12

M: média; DP: desvio padrão.
Fonte: elaborado pelos autores.

Tabela 2 - Modelo da análise de regressão linear múltipla para a Síndrome de *Burnout*

Estressores	R ²	R2 a	B	SE	β	t
Relação com professores	0,23	0,23	0,25	0,02	0,31**	12,10
Conciliar estudo e lazer	0,32	0,32	0,13	0,02	0,18**	6,81
Muitas disciplinas para cursar	0,35	0,35	0,11	0,02	0,12**	4,67
Relação com colegas	0,36	0,36	0,09	0,02	0,12**	4,91
Realizar trabalhos extraclasse	0,38	0,37	0,07	0,02	0,09**	3,49
Realizar provas e trabalhos de aula	0,38	0,38	0,08	0,02	0,09**	3,31
Conciliar estudos /estágio profissional	0,39	0,38	0,04	0,08	0,06*	2,46
<i>Model F</i>	103,74					

SE: eficiência de escala. *p < 0,05, **p < 0,01

Fonte: elaborado pelos autores.

DISCUSSÃO

Este estudo buscou identificar o poder preditivo dos estressores acadêmicos para a SB em estudantes universitários. Os resultados revelaram que sete estressores explicaram conjuntamente 39% da variação da SB. Assim, verifica-se que quanto maior a percepção de relação com professores, conciliar estudo e lazer, muitas disciplinas para cursar, relação com colegas, realizar trabalhos extraclasse, realizar provas e trabalhos de aula, e conciliar estudos/estágio profissional, maior é o índice de SB em estudantes.

Os resultados obtidos confirmam o modelo teórico de *burnout* e a literatura que indica serem os estressores acadêmicos importantes fatores preditivos da síndrome em estudantes universitários (Carlotto, Câmara e Borges, 2005; Caballero Domínguez, Hederich e Palacio Sañudo, 2009; Caballero Domínguez, 2012). Estudantes que vivenciam maior estresse acadêmico apresentam maior tendência ao *burnout* (Gomes *et al.*, 2022).

No que diz respeito ao estressor “relação com professores”, pode-se entender esse resultado a partir dos resultados obtidos em estudo realizado por Oliveira *et al.* (2014) no que tange à percepção de alunos universitários sobre a relação professor-alunos. Neste, os estudantes apontam o descaso aparente, a inacessibilidade e a postura superior de alguns docentes como fatores que podem causar dificuldades. Também indicaram alguns aspectos referentes à didática dos professores, tais como a cobrança em provas de conteúdos que não foram explicados em aula, a utilização excessiva de seminários como atividades da disciplina e a falta de estrutura da aula. A dificuldade de entendimento dos objetivos dos alunos, que esperam dedicação e envolvimento dos docentes, e dos professores, que esperam um tratamento pessoal e profissional dos discentes, pode ocasionar conflitos.

As dificuldades no relacionamento, marcadas principalmente por excesso de formalidade, autoritarismo, distanciamento, rispidez, falta de interação e menor atenção às questões individuais do discente, podem comprometer as expectativas positivas dos educandos, e fazer com que se sintam expostos e/ou desmotivados para a aprendizagem e até para a continuidade dos estudos (Ribeiro, 2020). O resultado confirma a literatura, que indica que problemas relacionais são importantes preditores da SB em estudantes (Lin e Huang, 2014; Kim *et al.*, 2018; Wink, LaRusso e Smith, 2021). Um estudo longitudinal, realizado por Romano *et al.* (2021), investigou o papel protetor da percepção dos alunos sobre o apoio emocional dos professores em relação à SB. Nesse, identificou-se que os níveis de *burnout* apresentaram uma tendência de aumento ao longo do período letivo e que a sensibilidade dos professores tem papel protetor para a redução do risco de *burnout*. Segundo os

autores, esse resultado revela a importância de fortalecer a relação afetiva professor-aluno como medida de proteção contra o desenvolvimento da síndrome.

Quanto ao estressor “conciliar estudo e lazer”, considerando lazer como atividades realizadas no tempo livre da pessoa de acordo com seus interesses pessoais, após cumprir suas atividades obrigatórias formais (Isayama e Gomes, 2008), os estudantes universitários relatam dificuldades para vivenciar atividades de lazer por falta de tempo (Nogueira-Martins, 2002; Buzacarini e Corrêa, 2015; Silva Filho *et al.*, 2020). As contínuas demandas da formação universitária extrapolam o tempo dispendido na universidade e demandam grande quantidade de tempo para estudo, atualização e atividades. Além desses aspectos mais concretos, os jovens se sentem pressionados alcançar uma vida profissional de sucesso, o que acarreta limitação no tempo para dedicarem a atividades de lazer. O contexto de formação pode se tornar tão absorvente que as atividades de lazer passam a ser consideradas secundárias ou supérfluas. Esse estressor tem se caracterizado como um preditor da SB em estudantes (Carlotto, Câmara, e Borges, 2005; Carlotto e Câmara, 2008).

O estressor “muitas disciplinas para cursar” também foi identificado em outros estudos como um importante estressor em estudantes universitários (Carlotto, Nakamura e Câmara, 2006; Carlotto e Câmara, 2008; Ahmed e Shah, 2019; Abacar, Aliante e Antonio, 2021; Batista e Castro, 2022). A disposição das disciplinas nos currículos dos cursos segue um planejamento pedagógico, também coerente com o período previsto para o curso. Assim, o número de disciplinas de comporta a carga horária tende a não considerar as exigências específicas de cada uma delas e sua abrangência fora de sala de aula. Cursar muitas disciplinas implica disponibilizar maior carga horária para a realização do curso, aumentar o volume de trabalhos, leituras e avaliações (Carlotto, Nakamura e Câmara, 2006). Essa circunstância gera um sentimento de sobrecarga (Abacar, Aliante e Antonio, 2021; Batista e Castro, 2022) associado à SB (Carlotto, Nakamura e Câmara, 2006; Carlotto e Câmara, 2008; Ahmed e Shah, 2019). O resultado confirma os obtidos por Galdino *et al.* (2020), os quais identificaram que quanto maior carga horária de disciplinas, maior eram as três dimensões de *burnout* em estudantes de enfermagem.

No que diz respeito ao estressor “relação com colegas”, em estudo realizado por Kienen e Botomé (2003), identificou-se que as principais dificuldades dos alunos em relação aos colegas eram a postura individualista, pouco cooperativa e de rivalidade. Diferentemente das relações estabelecidas no ensino médio, o contexto do ensino superior estabelece uma dicotomia entre a construção conjunta e a responsabilidade individual por sucesso futuro na área escolhida. Essa concepção da formação universitária, associada a uma perspectiva de restrição do mercado de trabalho, contribui para um funcionamento individualista em um processo de formação que se beneficia da interrelação grupal. Em investigação de Bardagi e Hutz (2012), os estudantes avaliaram negativamente o relacionamento com os colegas, atribuindo isso às diferenças de valores e estilos de vida. Ingressar em um determinado contexto acadêmico envolve o estresse de lidar com pessoas com circunstâncias de vida bastante distintas, processo que repercute em aprendizagem e crescimento pessoal. No entanto, há que se considerar que a transição imposta para esse novo contexto requer um importante esforço para lidar com a realidade, implicando em mudanças, as quais costumam ser geradoras de estresse. Os resultados obtidos confirmam o estudo de Salgado e Au-Yong-Oliveira (2021) que encontrou, em uma investigação com 207 estudantes universitários portugueses que, dentre vários fatores explicativos da SB, um deles foi a competitividade e os conflitos com colegas.

Os estressores “realização de trabalhos extraclasse” e “realização de provas e trabalhos em aula” foram identificados como estressores específicos preditores da SB em estudantes universitários. Embora esses sejam estressores bastante pontuais da vida acadêmica, é possível considerar que estão vinculados ao estressor referente à multiplicidade de disciplinas cursadas simultaneamente. A intensa sobrecarga de conteúdos vistos e cobrados em cada disciplina/semestre em pouco tempo é considerada como estressante para os acadêmicos. (Batista e Castro, 2022). Um estudo realizado

por Cushman e West (2006) destaca que estudantes universitários consideram como excessiva a quantidade de trabalhos acadêmicos que, somados aos exames, são considerados um dos principais fatores que contribuem para a sobrecarga e a SB.

Quanto ao estressor “conciliar estudos/estágio profissional”, destaca-se que os estágios se caracterizam como um momento importante do percurso acadêmico, tanto do ponto de vista pessoal como profissional. Essa etapa da vida acadêmica coloca o aluno diante de uma multiplicidade de desafios e tarefas percursoras da entrada no mundo profissional e na vida adulta, produzindo a oportunidade de testar os conhecimentos adquiridos ao longo do curso (Morgado, Silva e Rodrigues, 2018) e, não raras vezes, perceber as diferenças entre teoria e prática (Rocha Neto, 2020). A fase do estágio profissionalizante, geralmente, ocorre na fase final do curso, momento que desperta inseguranças no que diz respeito às suas próprias competências e à eficácia da sua formação assim como angústias quanto à sua inserção no mercado de trabalho (Rocha Neto, 2020).

A imprevisibilidade do cotidiano de trabalho, que produz novas demandas ao estudante, faz com que ele repense suas práticas constantemente. O excesso das situações desafiadoras convoca os estudantes a dedicarem-se, cada vez mais, às suas atividades de estágio, prejudicando o aproveitamento acadêmico e ocasionando uma sobrecarga de trabalho (Rocha Neto, 2020).

O conjunto de estressores preditores da SB em estudantes universitários revela que aspectos relacionais com professores e colegas, especialmente com professores, representam um importante aspecto, que pode contribuir para o adoecimento, mas que, também, revela-se como recurso importante a ser contemplado na prevenção da SB entre universitários. Também é importante considerar que a estrutura do ensino superior é geradora de sobrecarga física e mental, interferindo na qualidade de vida dos estudantes.

CONCLUSÃO

Os resultados obtidos permitem pensar em dois conjuntos de estressores que predizem a SB em estudantes, os relacionais e os de conteúdo da atividade acadêmica. Um dos pontos fortes do presente estudo é a utilização de um consistente modelo teórico dos construtos avaliados, a utilização de instrumento com adequados índices de confiabilidade e a alta magnitude do efeito das variáveis preditoras do modelo identificado.

O estudo, todavia, apresenta algumas limitações que devem ser consideradas na leitura de seus resultados. Uma delas é seu delineamento transversal, que impede a análise de relações causais. Outra seria a regionalidade da maior parcela da amostra investigada, pertencente ao estado do Rio Grande do Sul, o qual possui características distintas de outras regiões do país, uma vez que há importantes variações dependendo da região.

A partir da investigação realizada, foram detectadas algumas áreas potenciais para pesquisas futuras. Assim, sugere-se estudos de delineamento longitudinal misto para avaliar o comportamento e estabilidade do modelo preditivo (Abbad e Carlotto, 2016) e conhecer como se desenvolve o processo de SB e o impacto dos estressores acadêmicos. A ampliação de estudos com amostras de diferentes estados do Brasil seria importante para verificar a influência cultural e socioeconômica dos estudantes e os fatores geradores de estresse. Por fim, sugere-se a análise da SB considerando o modelo Demandas-Recursos, o que viabilizaria a avaliação dos estressores como demandas e os recursos como mediadores.

Em relação às implicações para a prática, em termos de prevenção, é fundamental monitorar a SB desde o início da inserção do aluno no ambiente acadêmico, desenvolvendo ações com foco no adequado manejo dos estressores acadêmicos. É importante a construção de ações que visem a melhoria da qualidade das relações interpessoais alunos-professores e alunos-alunos. Quanto aos estressores relacionados ao conteúdo da atividade acadêmica, pode-se pensar em reestruturações que visem diminuir a sobrecarga discente.

Ações envolvendo toda a comunidade acadêmica em seus múltiplos níveis, são fundamentais para diminuir o estresse e a SB. A redução do estresse dos estudantes ocorre somente quando todos os envolvidos no processo de educação reconhecem as dificuldades e trabalham para aliviar as pressões colocadas aos alunos.

REFERÊNCIAS

ABACAR, Mussa; ALIANTE, Gildo; ANTONIO, Júlio Frederico. Stress e estratégias de coping em estudantes universitários. **Aletheia**, v. 54, n. 2, p. 133-144, 2021. Disponível em: <https://www.periodicos.ulbra.br/index.php/aletheia/article/view/6864>. Acesso em: 31 jan. 2022.

ABBAD, Gardênia da Silva; CARLOTTO, Mary Sandra. Analyzing challenges associated with the adoption of longitudinal studies in Work and Organizational Psychology. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, v. 16, n. 4, p. 340-348, 2016. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v16n4/v16n4a07.pdf>. Acesso em: 27 jun. 2022.

AHMED, Habib; SHAH, Syed Moin ud Din. Burnout among business students and its impact on academic performance. **RASD-Journal of Management**, v. 1, n. 1, p. 37-45, 2019. Disponível em: <https://journals.internationalrasd.org/index.php/jom/article/view/126>. Acesso em: 20 jan. 2022.

AL-ALAWI, Mohammed; AL-SINAWI, Hamed; AL-QUBTAN, Ali; AL-LAWATI, Jaber; AL-HABSI, Assad; AL-SHURAIQI, Mohammed; AL-ADAWI, Samir; PANCHATCHARAM, Sathiya Murthi. Prevalence and determinants of burnout syndrome and depression among medical students at Sultan Qaboos University: A cross-sectional analytical study from Oman. **Archives of Environmental & Occupational Health**, v. 74, n. 3, p. 130-139, 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29116906/>. Acesso em: 21 fev. 2022.

ALBUQUERQUE, Roberto Nascimento de; BARBOSA, Amanda Fukuyoshi; PACHECO, Gabriele Batista Ferreira. Síndrome de burnout em acadêmicos de enfermagem. **Revista de Pesquisa, Cuidado é Fundamental**, v. 13, p. 1596-1602, 2021. Disponível em: <https://seer.unirio.br/cuidadofundamental/article/view/10547>. Acesso em: 23 jan. 2022.

ALVES, Isabella Tavares; CONRADO, Gabrielle de Oliveira; GOMES, Giovana Celestino; TAVARES, Heitor Costa; MIRANDA, Mariana Rodrigues; LOPES, Yara Silva; MENDES, Kevyn Felipe. As complicações da vida acadêmica relacionada à Síndrome de Burnout: uma revisão integrativa de literatura. **Archives of Health**, Curitiba, v. 3, n. 2, p. 296-302, 2022. Disponível em: <https://ojs.latinamericanpublicacoes.com.br/ojs/index.php/ah/article/view/936>. Acesso em: 31 jan. 2022.

BALOGUN, Joseph Abiodun; HELGEMOE, Sandra; PELLEGRINI, Elizabeth; HOEBERLEIN, Teresa. Test-retest reability of a psychometric instrument designed to measure physical therapy student's Burnout. **Perceptual and Motor Skill**, v. 81, n. 2, p. 667-672, 1995. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8570376/>. Acesso em: 21 jan. 2022.

BARDAGI, Marucia Patta; HUTZ, Claudio Simon. Rotina acadêmica e relação com colegas e professores: impacto na evasão universitária. **Psico-PUCRS**, v. 43, n. 2, p. 174-184, 2012. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/7870>. Acesso em: 15 jul. 2021.

BATISTA, Fredgaard Victor Cavicchioli; CASTRO, Ewerton Helder Bentes de. Sobrecarga e desmotivação na vida acadêmica: Sentidos atribuídos à pressão do tempo por discentes do 7o ao 12o período de psicologia em instituição pública. **REH - Revista Educação e Humanidades**, v. 3, n. 1, p. 270-301, 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufam.edu.br/index.php/reh/article/view/10326>. Acesso em: 31 jan. 2022.

BENUZZI, Agustina Biondi; BENUZZI, Alba Liliana. Ansiedad, engagement y burnout académico en estudiantes. **Perspectivas en Psicología**, v. 18, n. 1, p. 118-122, 2021. Disponível em: <https://200.0.183.216/revista/index.php/pep/article/view/556>. Acesso em: 31 mar. 2022.

BUZACARINI, Cíntia; CORRÊA, Evandro Antonio. Lazer dos estudantes universitários. **Conexões: Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, v. 13, n. 2, p. 15-28, 2015. Disponível em: <https://editora.universidadedevasouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/896>. Acesso em: 30 jan. 2022.

CABALLERO DOMÍNGUEZ, Carmen Cecilia. **El burnout académico: Prevalencia y factores asociados en estudiantes universitarios del área de la salud de la ciudad de Barranquilla**. 2012. 300 f. Dissertation (Doctorate in Psychology) – Universidad del Norte, Barranquilla (Colombia), 2012. Disponível em: <https://manglar.uninorte.edu.co/bitstream/handle/10584/7411/sindrome.pdf?sequence=1>. Acesso em: 31 jul. 2021.

CABALLERO DOMÍNGUEZ, Carmen Cecilia; BRESO, Édgar; GONZÁLEZ GUTIÉRREZ, Orlando. Burnout en estudiantes universitarios. **Psicología desde el Caribe**, v. 32, n. 3, p. 424-441, 2015. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/213/21342681007.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2022.

CABALLERO DOMÍNGUEZ, Carmen Cecilia; HEDERICH, Christian; PALACIO SAÑUDO, Jorge Enrique. El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. **Revista Latinoamericana de Psicología**, v. 42, n. 1, p. 131-146, 2009. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80515880012.pdf>. Acesso em: 12 jan. 2022.

CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves; BORGES, Ângela María Brazil. Predictores del síndrome de Burnout en estudiantes de un curso técnico de enfermería. **Diversitas**, v. 1, n. 2, p. 95-204, 2005. Disponível em: https://www.scielo.org/co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982005000200008. Acesso em: 30 mar. 2021.

CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Preditores da síndrome de burnout em estudantes universitários. **Pensamiento Psicológico**, v. 4, n.10, p. 101-109, 2008. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/801/80111670006.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2021.

CARLOTTO, Mary Sandra; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Escala de Avaliação da Síndrome de Burnout em Estudantes Universitários: construção e evidências de validade. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, p. e171974013, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/4013>. Acesso em: 10 dez. 2020.

CARLOTTO, Mary Sandra; NAKAMURA, Antonieta Pepe; CÂMARA, Sheila Gonçalves. Síndrome de Burnout em estudantes universitários da área da saúde. **Psico-PUCRS**, v. 37, n. 1, p. 57-62, 2006. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/1412>. Acesso em: 31 mar. 2021.

CASTRO-SILVA, Igor Iuço; MACIEL, Jacques Antonio Cavalcante; MELO, Marcelo Miranda de. Saúde mental e vida universitária: desvendando burnout em estudantes de Psicologia. **Revista Sustinere**, v. 9, n. 1, p. 5-22, 2021. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/sustinere/article/view/50314>. Acesso em: 25 jan. 2022.

CHEN, Meiyang; LI, Rui; FENG, Yiwei. The effect of attachment style on academic burnout: the mediating role of self-esteem and self-efficacy. **Advances in Social Science, Education and Humanities Research**, v. 561, 2021. Disponível em: <https://www.atlantis-press.com/proceedings/icmhhe-21/125958079>. Acesso em: 30 mar. 2022.

CORTEZ, Laine Antunes; BRAGA, André Luiz de Souza; OLIVEIRA, Alessandra Gonçalo da Silva; RIBAS, Beatriz Folly; MATTOS, Mônica Montuano Gonçalves Ramos; MARINHO, Tatiane Glicerio; CAVALCANTI, Thayná Victório Costa; DUTRA, Virgínia Faria Damásio. Promoção à saúde mental dos estudantes universitários. **Revista Pró-UniversSUS**, v. 08, n.1, p. 48-54, 2017. Disponível em: <https://editora.universidadedevasouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/896>. Acesso em: 15 jan. 2022.

CUSHMAN, Stephanie; WEST, Richard. Precursors to college student burnout: developing a typology of understanding. **Qualitative Research Reports in Communication**, v. 7, n. 1, p. 23-31, 2006. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17459430600964638>. Acesso em: 31 jan. 2022.

CUSHWAY, Delia. Stress in clinical psychology trainees. **British Journal of Clinical Psychology**, v. 31, n. 2, 1p. 69-179, 1992. Disponível em: <https://bpspsychub.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.2044-8260.1992.tb00981.x>. Acesso em: 15 jan. 2022.

FARIBORZ, Nikdel; HADI, Jalili; ALI, Taghvaie Nia. Students' Academic Stress, Stress Response and Academic Burnout: Mediating Role of Self-Efficacy. **Pertanika Journal of Social Sciences & Humanities**, v. 27, n. 4, p. 2441-2454, 2019. Disponível em: [https://www.pertanika.upm.edu.my/resources/files/Pertanika%20PAPERS/JSSH%20Vol.%2027%20\(4\)%20Dec.%202019/16%20JSSH-3103-2018.pdf](https://www.pertanika.upm.edu.my/resources/files/Pertanika%20PAPERS/JSSH%20Vol.%2027%20(4)%20Dec.%202019/16%20JSSH-3103-2018.pdf). Acesso em: 10 jan. 2022.

FIELD, Andy. **Descobrimo a estatística usando o SPSS-2**. Porto Alegre: Bookman Editora, 2009.

GALDINO, Maria José Quina; ALMEIDA, Laio Preslis Brando Matos de; SILVA, Luiza Ferreira Rigonatti da; CREMER, Edivaldo; SCHOLZE, Alessandro Rolim; MARTINS, Júlia Trevisan; HADDAD, Maria do Carmo Fernandez Lourenço. Burnout among nursing students: a mixed method study. **Investigación y Educación en Enfermería**, v. 38, n. 1, e07, 2020. Disponível em: <http://www.scielo.org.co/pdf/iee/v38n1/2216-0280-iee-38-01-e07.pdf>. Acesso em: 27 jun. 2022.

GOMES, Rui; SIMÃES, Clara; MORAIS, Catarina; COUTO, Adriana. Occupational stress and cognitive appraisal profiles as predictors of students' burnout. In: AREZES, Pedro Manuel; BAPTISTA, João Silvano; BARROSO, Mónica Patrícia; CARNEIRO, Paula; CORDEIRO, Patrício; COSTA, Néelson; MELO, Rui Borges; MIGUEL, A. Sérgio; PERESTRELO, Gonçalo. (Eds.). **Occupational and environmental safety and health III: Studies in systems, decision, and control**. Cham: Springer, 2022. p. 505-520. Disponível em: https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-89617-1_45. Acesso em: 03 mar. 2022.

JAGODICS, Balázs; SZABÓ, Éva. Student burnout in higher education: a demand-resource model approach. **Trends in Psychology**, v. 31, p. 757-776, 2022. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s43076-021-00137-4>. Acesso em: 03 mar. 2022.

KIENEN, Nádia; BOTOMÉ, Sílvio Paulo. As relações entre controle sobre trabalho e condições de saúde de alunos universitários. **Interação em Psicologia**, v. 7, n. 2, p. 11-22, 2003. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/3219>. Acesso em: 10 jun. 2022.

KIM, Boram; JEE, Sooin; LEE, Joungwha; AN, Sunghee; LEE, Sang Min. Relationships between social support and student burnout: A meta-analytic approach. **Stress and Health**, v. 34, p. 127-134, 2018. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/smi.2771>. Acesso em: 17 mar. 2021.

KORDZANGANEH, Zahra; BAKHTIARPOUR, Saeed; HAFEZI, Fariba; DASHTBOZORGI, Zahra. The relationship between time management and academic burnout with the mediating role of test anxiety and self-efficacy beliefs among university students. **Journal of Medical Education**, v. 20, n. 1, p. e112142, 2021. Disponível em: <https://brieflands.com/articles/jme-112142>. Acesso em: 07 mar. 2022.

- LIN, Shu-Hui; HUANG, Yun-Chen. Life stress and academic burnout. **Active Learning in Higher Education**, v. 15, n. 1, p. 77-90, 2014. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1469787413514651>. Acesso em: 15 mar. 2022.
- MADIGAN, Daniel Joseph; CURRAN, Thomas. Does burnout affect academic achievement? A meta-analysis of over 100,000 students. **Educational Psychology Review**, v. 33, p. 387-405, 2021. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10648-020-09533-1>. Acesso em: 12 mar. 2021.
- MARÔCO, João. **Análise estatística com utilização do SPSS**. 3.ed. Lisboa: Edições Sílabo, 2007.
- MASLACH, Christina; JACKSON, Susan Elaine. The measurement of experienced burnout. **Journal of Organizational Behavior**, v. 2, n. 2, p. 99-113, 1981. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/job.4030020205>. Acesso em: 15 mar. 2022.
- MASLACH, Christina; SCHAUFELI, Wilmar; LEITER, Michael. Job burnout. **Annual Review of Psychology**, v. 52, n. 1, p. 397-422, 2001. Disponível em: <https://www.annualreviews.org/doi/pdf/10.1146/annurev.psych.52.1.397>. Acesso em: 10 mar. 2020.
- MONTOYA-RESTREPO, Luz Alexandra; URIBE-ARÉVALO, Abel Eduardo; URIBE-ARÉVALO, Aura Janeth; MONTOYA-RESTREPO, Iván Alonso; ROJAS-BERRIO, Sandra Patricia. Burnout académico: impacto de la suspensión de actividades académicas en el sistema de educación pública en Colombia, **Panorama**, v. 15, n. 29, 2022. Disponível em: <https://journal.poligran.edu.co/index.php/panorama/article/view/2319>. Acesso em: 19 abr. 2022.
- MORGADO, Elsa Maria Gabriel; SILVA, Levi Leonido Fernandes da; RODRIGUES, João Bartolomeu. O universo da supervisão: uma abordagem inclusiva no domínio da inserção profissional. **Pro-Posições**, v. 29, n. 3, p. 492-516, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pp/a/sGJZJ9GP8nSS9DY4Bqd7Zjq/?lang=pt>. Acesso em: 03 mar. 2021.
- NOGUEIRA-MARTINS, Luiz Antonio. Saúde mental dos profissionais de saúde. *In*: BOTEGA, Neury José (Org.). **Prática psiquiátrica no hospital geral: interconsulta e emergência**. Porto Alegre: Artmed, 2002. p. 130-144.
- OLIVEIRA, Clarissa Tochetto; WILES, Jamille Mateus; FIORIN, Pascale Chechi; DIAS, Ana Cristina Garcia. Percepções de estudantes universitários sobre a relação professor-aluno. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 18, n. 2, p. 239-246, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/s3W5PBQmYJhLGqjpdY7j6jp/?lang=pt>. Acesso em: 03 mar. 2022.
- OLIVEIRA, Pedro Henrique Barbosa; OLIVEIRA, Augusto Henrique Alves. Síndrome de Burnout em acadêmicos de Odontologia. **Journal of Dentistry & Public Health**, v. 9, n. 4, p. 263-269, 2018. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/odontologia/article/view/2064>. Acesso em: 30 mar. 2020.
- PINTO, Priscilla Sarmiento; NUNES, Fabricia Mিকেle Rodrigues; CAMPOS, Debora e Silva; FREITAS, Rejane Haidee Borges; BONAN, Paulo Rogério Ferreti; BATISTA, André Ulisses Dantas. Burnout syndrome in odontology, medicine, and nursing students: a literature review. **REFACS/ Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, v. 6, n. 2, p. 238-248, 2018. Disponível em: <https://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/refacs/article/view/2822>. Acesso em: 31 mar. 2022.
- RIBEIRO, Marinalva Lopes. A relação professor-estudante na educação superior. **Educação em Análise**, v. 5, n. 1, p. 185-200, 2020. Disponível em: <https://ojs.uel.br/revistas/uel/index.php/educanalise/article/view/40326>. Acesso em: 03 mar. 2022.

RICARDO, Yury Rosales; PANEQUE, Fredy Roberto Rosales. Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio. **Salud Mental**, v. 36, n. 4, p. 337-345, 2013. Disponível em: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000400009. Acesso em: 10 maio 2021.

ROCHA NETO, José Haroldo Pimentel. **Os estágios acadêmicos e suas reverberações na construção dos sentidos do trabalho: uma investigação com estudantes da UFC Fortaleza**. 2020. 95 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2020. Disponível em: <https://repositorio.ufc.br/handle/riufc/52774>. Acesso em: 03 mar. 2022.

ROMANO, Luciano; ANGELINI, Giacomo; CONSIGLIO, Piermarco; FIORILLI, Caterina. The effect of students' perception of teachers' emotional support on school burnout dimensions: longitudinal findings. **International Journal of Environmental Research Public Health**, v. 18, p. 1922, 2021. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/4/1922>. Acesso em: 11 mar. 2022.

ROSALDES-RICARDO, Yury; RIZZO-CHUNGA, Florentino; MOCHA-BONILLA, Julio; FERREIRA, José Pedro Leitão. Prevalence of burnout syndrome in university students: A systematic review. **Salud Mental**, v. 44, n. 2, p. 91-102, 2021. Disponível em: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252021000200091. Acesso em: 03 abr. 2022.

SAHÃO, Fernanda Torres; KIENEN, Nádia. Adaptação e saúde mental do estudante universitário: revisão sistemática da literatura. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 25, p. e224238, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/tdnsrZFwKyb53nvNZG79p9n/>. Acesso em: 05 mar. 2022.

SALGADO, Sofia; AU-YONG-OLIVEIRA, Manuel. Student Burnout: A Case Study about a Portuguese Public University. **Education Sciences**, v.11, n.1, e.31, 2021. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2227-7102/11/1/31>. Acesso em: 20 abr. 2021.

SANCHES, Géssica Fernandes; VALE, Bianca Clemente do; PEREIRA, Sandra de Souza; ALMEIDA, Catia Candida; PRETO, Vivian; SAILER, Giselle Clemente. Burnout syndrome among graduates of undergraduate nursing course. **Journal of Nursing UFPE**, v. 11, n. 1, p. 31-39, 2017. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/312212988_BURNOUT_SYNDROME_AMONG_GRADUATES_OF_UNDERGRADUATE_NURSING_COURSE. Acesso em: 11 maio 2022.

SCHAUFELI, Wilmar.; MARTÍNEZ, Isabel; PINTO, Alexandra Marques; SALANOVA, Marisa; BAKKER, Arnold. Burnout and engagement in university students: A cross-national study. **Journal of Cross-cultural Psychology**, v. 33, n. 5, p. 464-481, 2002. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0022022102033005003>. Acesso em: 21 fev. 2021.

SCHULKE, Ana Paula; TAROUÇO, Ariane Madruga; KOETZ, Agnes Ivana Koetz; CARLOTTO, Mary Sandra. A Síndrome de Burnout em Estagiários de Fisioterapia. **Diversitas**, v. 7, n. 1 p. 167-177, 2011. Disponível em http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982011000100012&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 10 mai. 2022.

SILVA FILHO, Benedito Fernandes da; SANTOS, Rodrigo Novaes; SOUZA, Anderson Jambeyro de; CONSTÂNCIO, Jocinei Ferreira; MUNARO, Hector Luiz Rodrigues. Fatores associados ao estresse em universitários. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 9, p. e480997129, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/7129>. Acesso em: 12 maio 2022.

SILVESTRE, Rafael; CRUZ, Michele Santos da; SILVA, Maria Joana Carvalho e; MELLO, Tiago Henrique Toldo; CESCO, Yasmim Paula; GUERRA, Paulo Henrique. Metanálise das prevalências da Síndrome de Burnout em discentes de escolas médicas brasileiras. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 10, n. 3, p. 522-531, 2021. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/3723>. Acesso em: 10 maio 2022.

SOUZA, Deise Coelho de. **Condições emocionais de estudantes universitários: estresse, depressão, ansiedade, solidão e suporte social.** 2017. 90f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, 2017.

TARNOWSKI, Marelaine; CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de Burnout em estudantes de psicologia. **Temas em Psicologia**, v. 15, n. 2, p. 173-180, 2007. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2007000200004&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 16 jan. 2022.

VIZZOTTO, Marília Martins; JESUS, Saul Neves de; MARTINS, Alda Calé. Saudades de casa: indicativos de depressão, ansiedade, qualidade de vida e adaptação de estudantes universitários. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 9, n. 1, p. 59-73, 2017. Disponível em: <https://pssaucdb.emnuvens.com.br/pssa/article/view/469>. Acesso em: 21 fev. 2021.

WINK, Mackenzie Nicole; LaRUSSO, Maria Delores; SMITH, Rhiannon Leigh. Teacher empathy and students with problem behaviors: Examining teachers' perceptions, responses, relationships, and burnout. **Psychology in the Schools**, v. 58, n. 8, p. 1575-1596, 2021. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/pits.22516>. Acesso em: 20 fev. 2021.

Como citar este artigo: CÂMARA, Sheila Gonçalves; CARLOTTO, Mary Sandra. Estressores acadêmicos como preditores da síndrome de burnout em estudantes universitários. **Revista Brasileira de Educação**, v. 29, e290020, 2024. <https://doi.org/10.1590/S1413-24782024290020>

Conflitos de interesse: As autoras declaram que não possuem nenhum interesse comercial ou associativo que represente conflito de interesses em relação ao manuscrito.

Financiamento: O estudo não recebeu financiamento.

Contribuições dos autores: Escrita – Primeira Redação: Câmara, S. G. Escrita – Revisão e Edição: Câmara, S. G.; Carlotto, M. S. Metodologia: Câmara, S. G.; Carlotto, M. S. Análise Formal, Curadoria de Dados: Câmara, S. G. Conceituação, Investigação: Câmara, S. G.; Carlotto, M. S.

SOBRE AS AUTORAS

SHEILA GONÇALVES CÂMARA é doutora em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUC-RS). Professora do Departamento de Psicologia da Fundação Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSA).

MARY SANDRA CARLOTTO é doutora em Psicologia Social pela Universidade de Santiago de Compostela (Espanha). Professora da Universidade de Brasília (UnB).

Recebido em 30 de maio de 2022

Revisado em 8 de fevereiro de 2023

Aprovado em 27 de fevereiro de 2023

