

A SAÚDE MENTAL E A PREDISPOSIÇÃO À SÍNDROME DE BURNOUT EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM

ALEX MAYCON SOUZA ANDRADE
PROF. ME. GIOVANI AMADO RIVERA

ALEX MAYCON SOUZA ANDRADE

A SAÚDE MENTAL E A PREDISPOSIÇÃO À SÍNDROME DE BURNOUT EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Centro Universitário de Patos – UNIFIP, como
requisito para a obtenção do grau de Bacharel em
Enfermagem.

Orientador: Prof. Me. Giovani Amado Rivera

PATOS – PB
2025.2

FICHA CATALOGRÁFICA
Dados de Acordo com AACR2, CDU e CUTTER
Biblioteca Central - UNIFIP

A685s Andrade, Alex Maycon Souza.
A Saúde Mental e a Predisposição À Síndrome de
Burnout em Estudantes de Enfermagem. / Alex Maycon
Souza Andrade.–Patos – PB: UNIFIP, 2025.
16 fls.

Orientador(a): Prof. Me Giovani Amado Rivera
Artigo Científico - Graduação Bacharelado em Enfermagem
Centro Universitário de Patos UNIFIP

1. Saúde mental. 2. Síndrome de Burnout.
3. Estudantes de Enfermagem. I. Título. II. UNIFIP

UNIFIP/BC

CDU: 616-083

Francisco C. Leite – Bibliotecário. CRB 15/0076

ALEX MAYCON SOUZA ANDRADE

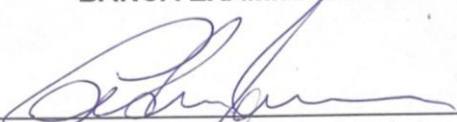
A SAÚDE MENTAL E A PREDISPOSIÇÃO À SÍNDROME DE BURNOUT EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM

Artigo científico apresentado ao Curso de Bacharelado em Enfermagem do Centro Universitário de Patos – UNIFIP, como requisito para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Orientador: Prof. Me. Giovani Amado Rivera.

Aprovado em 05 de dezembro de 2025

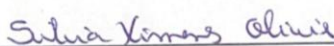
BANCA EXAMINADORA:



Prof. Me. Giovani Amado Rivera

Orientador

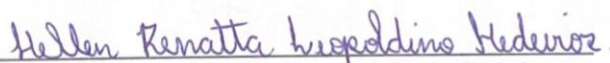
Centro Universitário de Patos – UNIFIP



Prof. Dra. Silvia Ximenes Oliveira

Examinadora

Centro Universitário de Patos – UNIFIP



Prof. Me. Hellen Renatta Leopoldino Medeiros

Examinadora

Centro Universitário de Patos – UNIFIP

A SAÚDE MENTAL E A PREDISPOSIÇÃO À SÍNDROME DE BURNOUT EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM

MENTAL HEALTH AND THE PREDISPOSITION TO BURNOUT SYNDROME IN NURSING STUDENTS

Alex Maycon Souza Andrade ¹

Giovani Amado Rivera ²

Silvia Ximenes Oliveira ³

Hellen Renatta Leopoldino Medeiros ⁴

RESUMO

A saúde mental dos estudantes da área da saúde tem recebido atenção crescente, especialmente diante do aumento de sintomas relacionados ao estresse e ao esgotamento emocional. A Síndrome de burnout, descrita por Freudenberg em 1974, caracteriza-se por exaustão, despersonalização e redução da realização pessoal, afetando o bem-estar e o desempenho acadêmico. Este estudo teve como objetivo analisar a predisposição à Síndrome de burnout em estudantes de enfermagem, identificando sintomas e sua relação com variáveis sociodemográficas. Trata-se de uma pesquisa quantitativa, descritiva e transversal, realizada com 128 estudantes de enfermagem de uma instituição privada na Paraíba, utilizando questionário sociodemográfico e o Maslach Burnout Inventory (MBI). Os resultados indicaram níveis moderados de exaustão e despersonalização, além de maior variabilidade na dimensão desmotivação, especialmente entre homens e estudantes do turno da manhã. A progressão acadêmica não apresentou associação significativa com o burnout. Conclui-se que fatores contextuais e emocionais influenciam mais o desenvolvimento da síndrome do que o período do curso, ressaltando a necessidade de estratégias institucionais de prevenção e apoio psicológico.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout. Estudantes de enfermagem. Bem-estar acadêmico. Prevenção. Saúde mental.

Artigo apresentado ao Curso de Bacharelado em Enfermagem pelo Centro Universitário de Patos – UNIFIP, Paraíba, Brasil.

¹ Discente concluinte em Enfermagem pelo Centro Universitário de Patos, Paraíba, Brasil. E-mail: alexmaycon853@gmail.com

² Psicólogo. Mestre. Docente do Curso de Bacharelado em Enfermagem do Centro Universitário de Patos, Paraíba, Brasil. E-mail: giovanirivera@fiponline.edu.br

³ Enfermeira. Doutora. Docente do Curso de Bacharelado em Enfermagem do Centro Universitário de Patos, Paraíba, Brasil. E-mail: silviaximeneso@gmail.com

⁴ Enfermeira. Mestre. Docente do Curso de Bacharelado em Enfermagem do Centro Universitário de Patos, Paraíba, Brasil. E-mail: hellenmedeiros@fiponline.edu.br

ABSTRACT

The mental health of students in the health field has received increasing attention, especially in light of the rise in symptoms related to stress and emotional exhaustion. Burnout Syndrome, described by Freudenberg in 1974, is characterized by exhaustion, depersonalization, and reduced personal accomplishment, affecting well-being and academic performance. This study aimed to analyze the predisposition to Burnout Syndrome among nursing students, identifying symptoms and their relationship with sociodemographic variables. This is a quantitative, descriptive, and cross-sectional study conducted with 128 nursing students from a private institution in Paraíba, using a sociodemographic questionnaire and the Maslach Burnout Inventory (MBI). The results indicated moderate levels of exhaustion and depersonalization, as well as greater variability in the lack of motivation dimension, particularly among male students and those studying in the morning. Academic progression showed no significant association with burnout. It is concluded that contextual and emotional factors influence the development of the syndrome more strongly than the period of study, highlighting the need for institutional strategies focused on prevention and psychological support.

Keywords: Burnout syndrome. Nursing students. Academic well-being. Prevention. Mental health.

INTRODUÇÃO

O trabalho nem sempre proporciona realização profissional; em muitos casos, pode desencadear problemas que variam desde insatisfação até fadiga intensa. Estudos demonstram que a instabilidade na saúde do trabalhador contribui para o absenteísmo, aumentando a concessão de licenças médicas e, conseqüentemente, gerando custos institucionais relacionados à reposição de funcionários, transferências, novas contratações, treinamentos e

perda de produtividade. Esses fatores repercutem negativamente na qualidade dos serviços prestados e na lucratividade das instituições (Moreno-Jimenez, 2000; Schaufeli, 1999c).

A partir da década de 1970, nos Estados Unidos, ampliou-se a discussão sobre a relação entre saúde mental e trabalho, configurando um marco na compreensão das condições de saúde do trabalhador. Esse movimento permitiu explicar o processo de degradação nas práticas laborais e a crescente atenção aos impactos do estresse ocupacional. Nesse contexto, a Síndrome de burnout consolidou-se como um fenômeno associado ao estresse laboral crônico e caracterizado por sentimentos e comportamentos negativos relacionados ao ambiente de trabalho (Pêgo; Pêgo, 2016).

O termo *staff burnout* foi introduzido por Herbert Freudenberger (1926-1999), em 1974, para descrever um quadro composto por exaustão, desilusão e isolamento entre profissionais da saúde mental. Desde então, a Síndrome de Burnout (SB) tem sido alvo de crescente interesse científico, sendo discutida em artigos, livros e eventos, como o debate “Burnout entre os psiquiatras”, apresentado no Encontro Anual da Associação Americana de Psiquiatria (Sharkey; Chong, 2006). Profissionais de diversas áreas, especialmente aqueles vinculados ao cuidado como médicos e enfermeiros têm relatado a síndrome como um fator que compromete a qualidade da assistência prestada (Gesensway, 2006; Martin, 1999). Burnout, palavra inglesa usada para indicar algo que “deixou de funcionar por exaustão”, descreve um fenômeno multidimensional, caracterizado por esgotamento emocional, despersonalização e diminuição da realização pessoal no trabalho (Freudenberger, 1974). Conforme destaca Mendes (2002), trata-se de um processo semelhante ao apagar gradual de uma chama.

No Brasil, o Decreto nº 3.048/1999 reconhece a “Sensação de Estar Acabado” ou “Síndrome de Esgotamento Profissional” como sinônimos de burnout, classificado no CID-10 sob o código Z73.0. Em 2022, a Organização Mundial da Saúde (OMS) atualizou sua definição na CID-11, passando a classificar a Síndrome de burnout como uma doença ocupacional (código QD85), reafirmando sua relevância no cenário atual (World Health Organization, 1998).

No âmbito acadêmico, sobretudo nos cursos da área da saúde, os estudantes enfrentam mudanças significativas em suas vidas pessoal e social, o que pode gerar dúvidas, insegurança e insatisfação em relação às escolhas profissionais. A exposição precoce a situações complexas, como o contato com pacientes gravemente enfermos, o convívio com a morte, a restrição do lazer e a pressão constante podem contribuir para a manifestação de estresse e sofrimento emocional (Lima, 2022).

Diversas pesquisas nacionais e internacionais têm destacado o aumento dos casos de burnout entre estudantes, intensificado no período pós-pandemia de Covid-19, quando ocorreram mudanças abruptas nos hábitos, no estilo de vida e nas metodologias de ensino. Muitos estudantes não dispõem de preparo emocional suficiente para enfrentar as adversidades do ambiente acadêmico, acumulando sentimentos como ansiedade, medo, frustração, tristeza e angústia (Lopes *et al.*, 2020).

À medida que avançam no curso, a prevalência da síndrome tende a aumentar, afetando o desempenho acadêmico, a qualidade de vida, a saúde mental, a empatia e a capacidade de oferecer cuidado humanizado. A ausência de programas preventivos nas instituições de ensino superior intensifica o problema, reforçando a necessidade de estratégias para identificação precoce e prevenção entre estudantes de enfermagem (Lima, 2022).

A Síndrome de Burnout (SB), quando não identificada e tratada, pode desencadear alterações significativas no estado emocional, favorecendo o surgimento de sintomas depressivos, alterações do sono, ideação suicida e uso abusivo de substâncias (Lopes *et al.*, 2020). Diante de suas consequências, a Síndrome de burnout é considerada um problema de saúde pública que mobiliza crescente atenção científica. Entre enfermeiros e estudantes de enfermagem, seus efeitos podem comprometer a qualidade do cuidado e colocar em risco a segurança do paciente (Borges *et al.*, 2021).

O presente estudo tem como propósito identificar os sintomas da síndrome de burnout em uma amostra de estudantes de enfermagem, buscando compreender como esses sinais se manifestam no contexto acadêmico e quais dimensões do burnout são mais prevalentes entre os participantes. A identificação desses sintomas é fundamental para avaliar o nível de desgaste emocional, despersonalização e redução da realização pessoal vivenciado pelos estudantes, além de contribuir para o desenvolvimento de estratégias de prevenção e promoção da saúde mental na formação em enfermagem.

METODOLOGIA

A pesquisa de campo constitui uma metodologia de investigação baseada na observação direta da realidade, envolvendo coleta sistemática de dados, análise e interpretação dos resultados obtidos no ambiente natural onde o fenômeno ocorre. O presente estudo é uma pesquisa quantitativa, descritiva e transversal. A coleta de dados foi realizada através de uma entrevista, utilizando um formulário online. O estudo foi realizado com

estudantes de enfermagem do Centro Universitário de Patos – UNIFIP, matriculados entre o 1º e o 10º período acadêmico nos turnos manhã e noite.

Os participantes foram selecionados de acordo com alguns critérios de inclusão e exclusão, os de inclusão foram: Estudantes da área da saúde, regularmente matriculados e ter acima de 18 anos, ter aceitado participar da pesquisa por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os critérios de exclusão foram: Alunos em condição de tratamento especial protocolado junto à coordenação de seu curso e alunos que são acompanhados de algum assistente para realizar suas atividades acadêmicas.

A população foi composta por 128 estudantes, selecionados a partir da amostragem não probabilística por conveniência, utilizando o fácil acesso aos estudantes. Para a coleta de dados, inicialmente aplicou-se um questionário sociodemográfico com variáveis como idade, sexo, estado civil, período, turno e religião, visando caracterizar a amostra e permitir análises comparativas. Em seguida, foi aplicado o instrumento Maslach Burnout Inventory (MBI), reconhecido internacionalmente como o principal método para avaliação da Síndrome de Burnout. O Maslach Burnout Inventory (MBI) é composto por 15 questões distribuídas em três dimensões: Exaustão, caracterizada pela diminuição de energia e sensação de esgotamento; Despersonalização, manifestada por distanciamento e insensibilidade no atendimento; Desmotivação ou Eficácia profissional, relacionada à autopercepção de competência e realização pessoal no trabalho. As respostas variaram de “Nunca” a “Todos os dias”, permitindo quantificação da frequência dos sintomas.

Para a análise, foi utilizado o software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão 22. Foram realizadas análises estatísticas descritivas, incluindo média, desvio-padrão e frequências, além de análises inferenciais. Para a análise dos dados, utilizaram-se estatísticas descritivas e testes de comparação de médias. Especificamente, aplicaram-se o teste *t* de amostras independentes e a ANOVA. O nível de significância adotado para as decisões estatísticas será de 5%.

Do ponto de vista ético, o projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do Centro Universitário de Patos – UNIFIP, onde foi avaliado e aprovado, com o número do parecer: 7.799.837, garantindo conformidade com os princípios éticos estabelecidos para pesquisas envolvendo seres humanos. O estudo seguiu as diretrizes da Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde, que regulamenta pesquisas em Ciências Humanas e Sociais, assegurando os direitos, a integridade e a confidencialidade dos participantes (BRASIL, 2016). A coleta de dados iniciou em Agosto/25 e se findou em Novembro/25. Antes do envio do formulário os participantes receberam explicações sobre os

objetivos da pesquisa, os riscos e benefícios e a garantia do sigilo. Após a concordância em participar do estudo, foram obtidas as assinaturas do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

RESULTADOS

A amostra foi composta por 128 estudantes universitários, com idade média de 22,45 anos (mínimo = 18; máximo = 35). Observou-se predominância do sexo feminino (72,7%), estado civil solteiro (61,7%), estudantes em períodos acima do 7º (46,1%) e matriculados no turno da noite (66,4%). Quanto à religião, a maior parte declarou-se católica (51,6%).

Tabela 1. Distribuição da amostra por sexo, estado civil, período, turno e religião.

Variável	Categoria	Frequência	%
Sexo	Feminino	93	72,7
	Masculino	35	27,3
Estado civil	Solteiro	79	61,7
	Casado	19	14,8
	Divorciado	13	10,2
	Viúvo	17	13,3
Período	1º ao 3º	34	26,6
	4º ao 6º	35	27,3
	Acima do 7º	59	46,1
Turno	Manhã	43	33,6
	Noite	85	66,4
Religião	Católicos	66	51,6
	Sem religião	20	15,6
	Protestantes	15	11,7
	Espíritas	9	7,0
	Ateus/Agnósticos	8	6,3
	Outras	10	7,8

Inicialmente foram calculadas estatísticas descritivas para as três dimensões da Síndrome de burnout (exaustão, despersonalização e desmotivação). O objetivo foi identificar os níveis médios e a variabilidade dos escores obtidos pelos estudantes.

Tabela 2. Estatísticas descritivas das dimensões de Burnout

Dimensão	Média	DP	Mínimo	Máximo
Exaustão	14,18	3,10	8,00	21,00
Despersonalização	16,68	4,74	6,00	26,00
Desmotivação	15,97	6,13	6,00	30,00

Os resultados indicaram médias moderadas em exaustão ($M = 14,18$; $DP = 3,10$) e despersonalização ($M = 16,68$; $DP = 4,74$), enquanto a desmotivação apresentou maior variabilidade ($M = 15,97$; $DP = 6,13$). Esses achados sugerem que, embora os níveis de exaustão e despersonalização sejam relativamente homogêneos, a desmotivação acadêmica varia mais entre os estudantes, indicando maior heterogeneidade nesse domínio.

Foi realizado teste t de amostras independentes para comparar os escores médios das dimensões de burnout entre homens e mulheres. O objetivo foi verificar se o sexo influenciava significativamente os níveis de exaustão, despersonalização e desmotivação.

Tabela 3. Teste t por sexo (Exaustão, Despersonalização e Desmotivação)

Dimensão	Masculino (M)	Feminino (M)	p
Exaustão	13,82	14,32	0,425
Despersonalização	17,08	16,52	0,554
Desmotivação	17,94	15,23	0,025*

* diferença significativa

O teste t não revelou diferenças significativas entre homens e mulheres para exaustão, $t(126) = -0,80$, $p = .425$, ou despersonalização, $t(126) = 0,59$, $p = .554$. Entretanto, observou-se diferença significativa na dimensão desmotivação, $t(126) = 2,26$, $p = .025$, com homens apresentando médias mais elevadas ($M = 17,94$; $DP = 6,10$) em comparação às mulheres ($M =$

15,23; $DP = 6,00$). Esses resultados sugerem que o sexo não influencia os níveis de exaustão e despersonalização, mas está associado a maior desmotivação entre os homens.

Também foi realizado teste t de amostras independentes para comparar os escores médios das dimensões de burnout entre estudantes do turno da manhã e da noite. O objetivo foi identificar se o turno de estudo estava associado a diferenças significativas nos níveis de exaustão, despersonalização e desmotivação.

Tabela 4. Teste t por turno (Exaustão, Despersonalização e Desmotivação)

Dimensão	Manhã (M)	Noite (M)	p
Exaustão	14,30	14,12	0,767
Despersonalização	16,97	16,52	0,616
Desmotivação	18,53	14,68	0,001*

* diferença significativa

Não foram encontradas diferenças significativas entre os turnos para exaustão, $t(126) = 0,30$, $p = .767$, ou despersonalização, $t(126) = 0,50$, $p = .616$. Contudo, verificou-se diferença significativa na dimensão desmotivação, $t(126) = 3,50$, $p = .001$, com estudantes da manhã apresentando médias mais altas ($M = 18,53$; $DP = 5,64$) em comparação aos da noite ($M = 14,68$; $DP = 5,99$). Esses achados indicam que o turno de estudo não influencia os níveis de exaustão e despersonalização, mas está associado a maior desmotivação entre os estudantes da manhã.

Foi conduzida análise de variância (ANOVA) para verificar se os escores médios das dimensões de Burnout (exaustão, despersonalização e desmotivação) diferiam em função do período do curso (1º ao 3º, 4º ao 6º e acima do 7º).

No caso da exaustão, os estudantes do 1º ao 3º período apresentaram média de 14,53 ($DP = 2,59$), os do 4º ao 6º período média de 13,68 ($DP = 3,05$) e os acima do 7º período média de 14,29 ($DP = 3,40$). Apesar das variações, a ANOVA não indicou diferença significativa entre os grupos, $F(2,125) = 0,69$, $p = .503$. Para a despersonalização, as médias foram de 17,03 ($DP = 4,04$) no 1º ao 3º período, 17,29 ($DP = 4,46$) no 4º ao 6º período e 16,12 ($DP = 5,25$) acima do 7º período. Novamente, não foram observadas diferenças estatisticamente significativas, $F(2,125) = 0,79$, $p = .457$. Por fim, na dimensão desmotivação, os estudantes do 1º ao 3º período apresentaram média de 16,47 ($DP = 5,21$), os do 4º ao 6º

período média de 17,31 ($DP = 6,98$) e os acima do 7º período média de 14,89 ($DP = 5,99$). Embora os valores indiquem maior desmotivação nos períodos intermediários, a ANOVA não revelou diferenças significativas entre os grupos, $F(2,125) = 1,88$, $p = .157$.

Em síntese, os resultados demonstram que não houve diferenças estatisticamente significativas nos níveis de exaustão, despersonalização e desmotivação em função do período do curso. Isso sugere que a progressão acadêmica, por si só, não se configura como fator determinante para a variação dos escores de burnout na amostra analisada.

DISCUSSÃO

Os resultados obtidos neste estudo evidenciam que os estudantes universitários avaliados apresentaram níveis moderados de exaustão emocional e despersonalização, enquanto a desmotivação se destacou como a dimensão mais sensível às características sociodemográficas. Esses achados corroboram pesquisas anteriores que apontam a natureza multifatorial do Burnout acadêmico e destacam diferenças individuais como importantes preditores da síndrome (Maslach; Leiter, 2017; Carlotto; Câmara, 2008). A literatura sugere que estudantes universitários constituem um grupo particularmente vulnerável ao estresse crônico, dadas as exigências acadêmicas, pressões sociais e incertezas relacionadas ao futuro profissional (Lopes *et al.*, 2020).

A análise por sexo revelou que os homens apresentaram médias significativamente mais elevadas de desmotivação em comparação às mulheres. Esse resultado está alinhado com estudos que indicam que estudantes do sexo masculino, em certos contextos, tendem a demonstrar maior distanciamento emocional e menor engajamento acadêmico, possivelmente como estratégia de enfrentamento, o que pode aumentar a susceptibilidade ao Burnout (Paro; Bittencourt, 2013; Carlotto; Câmara, 2007). Além disso, fatores socioculturais relacionados à masculinidade podem contribuir para que homens relatem menor conexão afetiva com o ambiente acadêmico, impactando sua motivação intrínseca (Souza; Teixeira, 2019).

Da mesma forma, observou-se que os alunos do turno da manhã apresentaram maior desmotivação em comparação aos do turno da noite. Considerando que grande parte dos discentes do período matutino acumula rotinas de estudo com estágios, responsabilidades domésticas ou atividades laborais, é plausível que a sobrecarga e a dificuldade de conciliar demandas intensifiquem sentimentos de desgaste, diminuindo o engajamento acadêmico (Borges; Carlotto; Benevides-Pereira, 2012). Segundo Freudenberger (1974), os sintomas de

esgotamento tendem a emergir justamente em contextos onde há elevado investimento emocional associado à escassez de recursos pessoais para lidar com as pressões cotidianas.

As análises de variância (ANOVA) não indicaram diferenças significativas entre os períodos do curso para nenhuma das dimensões de Burnout, sugerindo que a progressão acadêmica, isoladamente, não é um fator determinante para a variação dos escores. Estudos nacionais também apontam que o burnout não segue, necessariamente, uma evolução linear ao longo da formação, sendo mais influenciado por fatores externos, como carga horária, experiências práticas e suporte institucional (Lima *et al.*, 2022; Carlotto; Câmara, 2007). Esse achado reforça a concepção de Maslach, Schaufeli e Leiter (2001), para quem o Burnout emerge da interação entre características individuais e fatores organizacionais e não apenas do tempo de exposição ao ambiente acadêmico ou profissional.

De forma geral, os resultados deste estudo apontam para a desmotivação como dimensão central na compreensão do Burnout acadêmico. A sensibilidade dessa dimensão às variáveis sociodemográficas sugere que componentes motivacionais e afetivos influenciam de maneira significativa o desenvolvimento da síndrome. A literatura destaca que a motivação acadêmica desempenha papel decisivo no engajamento do estudante, podendo funcionar tanto como fator de proteção quanto como elemento de risco (Oliveira; Rocha, 2020). Dessa forma, torna-se fundamental que instituições de ensino superior desenvolvam políticas de suporte psicológico, estratégias pedagógicas de acolhimento e ações que fortaleçam o senso de pertencimento e propósito profissional.

Apesar das contribuições, o presente estudo apresenta limitações que devem ser consideradas. O tamanho da amostra e a concentração de participantes em determinados grupos podem ter influenciado os resultados, reduzindo o poder estatístico das análises. Além disso, a utilização de instrumentos de autorrelato pode ter introduzido vieses de percepção. Contudo, mesmo com essas limitações, os achados oferecem subsídios relevantes para a compreensão da Síndrome de Burnout em estudantes universitários, especialmente na área da saúde. Futuras pesquisas podem aprofundar a análise de fatores contextuais, motivacionais e psicológicos, bem como explorar intervenções institucionais capazes de reduzir o risco de esgotamento acadêmico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo teve como objetivo analisar a saúde mental e a predisposição à Síndrome de Burnout em estudantes de enfermagem, identificando as dimensões mais afetadas e sua

relação com variáveis sociodemográficas. Os resultados demonstraram níveis moderados de exaustão e despersonalização, enquanto a desmotivação emergiu como a dimensão mais sensível às características individuais, especialmente ao sexo e ao turno de estudo.

Observou-se que estudantes do sexo masculino e aqueles matriculados no turno da manhã apresentaram maiores índices de desmotivação, indicando que esses grupos podem estar mais vulneráveis ao desenvolvimento de sintomas de burnout. A ausência de diferenças significativas entre os períodos do curso sugere que a progressão acadêmica, isoladamente, não constitui fator determinante para a variação dos escores da síndrome.

Esses achados reforçam a literatura que aponta que o burnout acadêmico resulta mais de condições contextuais, emocionais e organizacionais do que do tempo de formação. Assim, destaca-se a necessidade de que instituições de ensino superior desenvolvam políticas de apoio psicológico, ações de promoção de bem-estar e estratégias pedagógicas que favoreçam o engajamento dos estudantes, especialmente daqueles identificados como mais suscetíveis.

Conclui-se que compreender a Síndrome de Burnout em estudantes de enfermagem é fundamental para fortalecer a saúde mental durante a formação e preparar profissionais mais resilientes, capazes de oferecer cuidado humanizado e seguro. Recomenda-se que futuras pesquisas adotem abordagens longitudinais e qualitativas, a fim de aprofundar a compreensão dos fatores emocionais e contextuais envolvidos.

Por fim, ressalta-se que investir na saúde mental dos estudantes é investir na qualidade da assistência futura em saúde. O cuidado ao paciente começa pela preservação da saúde do próprio futuro profissional.

REFERÊNCIAS

BORGES, L. O.; CARLOTTO, M. S.; BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. Burnout e trabalho: contribuições teóricas recentes. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, v. 12, n. 2, p. 129–138, 2012.

BRASIL. Decreto nº 3.048, de 6 de maio de 1999. **Aprova o Regulamento da Previdência Social**. Diário Oficial da União: Brasília, DF, 1999.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 510, de 07 de abril de 2016**. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. Brasília, DF, 2016.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Preditores da Síndrome de Burnout em estudantes universitários. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 11, n. 1, p. 101–110, 2007.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Análise da produção científica sobre a síndrome de burnout. **Psicologia em Estudo**, v. 13, n. 1, p. 43–52, 2008.

FREUDENBERGER, H. J. Staff burnout. **Journal of Social Issues**, v. 30, n. 1, p. 159–165, 1974.

GESENSWAY, D. When physicians experience burnout: what we know and what we don't. **Medical Economics**, v. 83, n. 5, p. 72–76, 2006.

LIMA, P. et al. Burnout em estudantes da área da saúde: fatores associados e implicações. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 46, n. 1, p. 1–10, 2022.

LOPES, C. S. et al. Saúde mental de estudantes universitários: desafios contemporâneos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 3, p. 1099–1108, 2020.

MARTIN, J. B. Burnout and the medical profession. **New England Journal of Medicine**, v. 340, p. 1889–1890, 1999.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. **The truth about burnout: how organizations cause personal stress and what to do about it**. San Francisco: Jossey-Bass, 2017.

MASLACH, C.; SCHAUFELI, W. B.; LEITER, M. P. Job burnout. **Annual Review of Psychology**, v. 52, p. 397–422, 2001.

MENDES, A. M. B. **Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

MORENO-JIMÉNEZ, B. The negative effects of burnout on work and productivity. **Journal of Occupational Health Psychology**, v. 5, n. 4, p. 367–374, 2000.

OLIVEIRA, T. R.; ROCHA, H. F. Motivação acadêmica e saúde mental em universitários. **Revista Psicologia & Sociedade**, v. 32, n. 2, p. 1–12, 2020.

PARO, H. B. M. S.; BITTENCOURT, Z. Z. L. C. Qualidade de vida e burnout entre estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 35, n. 3, p. 201–207, 2013.

PÊGO, F. C.; PÊGO, D. N. Burnout e saúde do trabalhador: revisão e perspectivas. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 41, p. 1–12, 2016.

SCHAUFELI, W. B. Burnout: past, present and future. **Occupational Health Psychology**, v. 2, p. 1–25, 1999.

SHARKEY, L.; CHONG, J. Burnout among psychiatrists. In: **Annual Meeting of the American Psychiatric Association**. Philadelphia: APA, 2006.

SOUZA, R. M.; TEIXEIRA, M. A. Masculinidades e saúde mental no contexto universitário. **Cadernos de Psicologia Social**, v. 2, n. 1, p. 45–58, 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **International Classification of Diseases (ICD-10)**. Geneva: WHO, 1998.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **International Classification of Diseases for Mortality and Morbidity Statistics** (ICD-11). Geneva: WHO, 2022.