

Burnout: manifestações no ciclo básico do curso de Medicina

Burnout: manifestations in the basic cycle of Medicine class

Burnout: manifestaciones en el ciclo básico del curso de Medicina

Recebido: 15/04/2022 | Revisado: 24/04/2022 | Aceito: 02/05/2022 | Publicado: 04/05/2022

Péricles Saraiva Leitão Júnior

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1577-452X>
Universidade Federal do Maranhão, Brasil
E-mail: pericles.leitao@discente.ufma.br

Sueli de Souza Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4127-7324>
Universidade Federal do Maranhão, Brasil
E-mail: scsueli@gmail.com

Arthur Gomes da Silva Brito

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5351-5011>
Universidade Federal do Maranhão, Brasil
E-mail: gomes.arthur@discente.ufma.br

Isaiás Sousa Mendonça de Medeiros

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9312-5210>
Universidade Federal do Maranhão, Brasil
E-mail: isaias_smm@discente.ufma.br

José Germano Ferraz Martins

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6591-7790>
Universidade Federal do Maranhão, Brasil
E-mail: jose.germano@discente.ufma.br

Ancelmo Portela de Araújo Segundo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2962-9286>
Universidade Federal do Maranhão, Brasil
E-mail: ancelmo.portela@discente.ufma.br

Resumo

A síndrome de Burnout é caracterizada como um agravamento do estresse, de caráter persistente, relacionado às relações de ocupação, sendo que existem três dimensões: exaustão, realização profissional e despersonalização. Alguns indicadores sugerem que o estresse gerado nos estudantes da área da saúde, pela rigorosa rotina de estudos, os colocariam como vítimas dessa síndrome. Este trabalho teve como objetivo verificar a manifestação da síndrome de Burnout nos alunos do ciclo básico do curso de graduação em medicina da UFMA-Pinheiro. Foram aplicados questionários validados para aferir a síndrome nesse grupo, objetivando-se avaliar o nível de estresse dos estudantes. Quanto à análise estatística, inicialmente todas as variáveis foram analisadas descritivamente. Para as variáveis quantitativas esta análise foi feita através da observação dos valores mínimos e máximos, e do cálculo de médias e desvios-padrão. Para as variáveis qualitativas foram calculadas as frequências absolutas e relativas. O estudo foi realizado com 98 pessoas, onde alta exaustão emocional esteve presente em 46,94% dos estudantes, o cinismo e despersonalização foi encontrado em 30,61% dos acadêmicos e 46,94% dos discentes apresentaram um baixo nível de eficácia. O perfil mais acometido pela síndrome de Burnout foi o de alunos do sexo feminino com baixa renda e menos horas de sono e de lazer. A prevenção poderá ser executada no grupo em questão, ao se conhecerem os fatores prevalentes da síndrome neste grupo, tal medida possibilitará a formação de médicos mais empáticos e dedicados ao cuidado com a comunidade.

Palavras-chave: Esgotamento psicológico; Estresse emocional; Medicina; Estudantes.

Abstract

Burnout syndrome is characterized as an aggravation of stress, of a persistent character, related to occupation relationships, and there are three dimensions: exhaustion, professional achievement and depersonalization. Some indicators suggest that the stress generated in students in the health area, due to the rigorous study routine, would place them as victims of this syndrome. This study aimed to verify the manifestation of Burnout syndrome in students of the basic cycle of the undergraduate medical course at UFMA-Pinheiro. Validated questionnaires were applied to assess the syndrome in this group, aiming to assess the students' stress level. As for the statistical analysis, initially all variables were analyzed descriptively. For quantitative variables, this analysis was performed by observing the minimum and maximum values, and calculating means and standard deviations. For qualitative variables, absolute and relative frequencies were calculated. The study was developed with 98 people, where high emotional exhaustion was present in 46.94% of the students, cynicism and depersonalization was found in 30.61% of the academics and 46.94%

of the students had a low level of effectiveness. The profile most affected by Burnout syndrome was female students with low income and fewer hours of leisure. Prevention can be performed in the group in question and, when the prevalent factors of the syndrome in this group are known, this measure will enable the formation of more empathetic doctors dedicated to caring for the community.

Keywords: Burnout syndrome; Psychological distress; Medicine; Students.

Resumen

El síndrome de Burnout se caracteriza por un agravamiento del estrés, de carácter persistente, relacionado con las relaciones laborales, y consta de tres dimensiones: agotamiento, realización profesional y despersonalización. Algunos indicadores sugieren que el estrés generado en los estudiantes del área de la salud, debido a la rigurosa rutina de estudio, los ubicaría como víctimas de este síndrome. Este estudio tuvo como objetivo verificar la manifestación del síndrome de Burnout en estudiantes del ciclo básico del curso de graduación en medicina de la UFMA-Pinheiro. Se aplicaron cuestionarios validados para evaluar el síndrome en este grupo, con el objetivo de evaluar el nivel de estrés de los estudiantes. En cuanto al análisis estadístico, inicialmente todas las variables se analizaron de forma descriptiva. Para las variables cuantitativas, este análisis se realizó observando los valores mínimos y máximos, y calculando medias y desviaciones estándar. Para las variables cualitativas se calcularon frecuencias absolutas y relativas. El estudio se realizó con 98 personas, donde el agotamiento emocional alto estuvo presente en el 46,94% de los estudiantes, el cinismo y la despersonalización se encontró en el 30,61% de los académicos y el 46,94% de los estudiantes tuvo un bajo nivel de eficacia. El perfil más afectado por el síndrome de Burnout fue el de las mujeres estudiantes con bajos ingresos y menos horas de sueño y ocio. La prevención puede ser realizada en el grupo en cuestión y, cuando se conozcan los factores prevalentes del síndrome en ese grupo, esta medida posibilitará la formación de médicos más empáticos y dedicados al cuidado de la comunidad.

Palabras clave: Síndrome de Burnout; Distrés psicológico; Medicina; Estudiantes.

1. Introdução

O termo que nomeia a síndrome abordada neste estudo, Burnout, deriva do inglês e significa esgotamento ou combustão completa. O primeiro documento que cita tal síndrome data da década de 70 e foi escrito por um norte-americano, chamado Herbert Freudenberg. No contexto do artigo original, o termo foi utilizado para se referir a uma situação de esgotamento (tanto físico como mental) dos profissionais da saúde que lidavam com usuários de drogas (Freudenberg, 1974). A definição de Burnout mais aceita atualmente é a de Maslach (Jennings 2009; Maslach, 2008), que caracteriza-se como uma síndrome psicológica composta por três facetas: a primeira é a exaustão emocional, na qual há a sensação de esgotamento por parte do trabalhador; a segunda é a despersonalização ou o cinismo, caracterizada pelo distanciamento ou negação de cuidado às pessoas que deveriam ser atendidas e, por último, a diminuição da realização pessoal, situação em que o profissional acometido com tal síndrome sente-se incapaz de continuar realizando suas funções profissionais ou diminui a sua produtividade no exercício da profissão. Geralmente, a síndrome de Burnout está relacionada com o padrão de resposta defasada e prolongada no tempo a fatores estressantes interpessoais e emocionais crônicos relacionados ao trabalho (Alves et al., 2022; Costa et al., 2012; Mazurkiewicz, 2012; Oliveira et al., 2021).

Para realizar o correto diagnóstico desta síndrome, foi desenvolvido um questionário, o MBI (Maslach Burnout Inventory) que hoje é utilizado mundialmente, sendo considerado o padrão ouro para o diagnóstico desta síndrome. A criação e disseminação desta escala diagnóstica permitiu que pesquisas epidemiológicas sobre Burnout fossem amplamente realizadas pelo mundo, possibilitando a extensão do conceito dessa síndrome para os mais diversos territórios (Vieira & Russo, 2019).

Neste contexto, é importante destacar que a síndrome de Burnout, apesar de originalmente se referir somente a atividades relacionadas ao exercício da profissão, vem se manifestando cada vez mais entre os acadêmicos, principalmente entre os que cursam Medicina. Desta forma, pode-se constatar que essa manifestação ainda no período acadêmico se dá por diversos motivos, denominados fatores estressantes. Esses fatores estressantes podem ser entendidos como situações que, ocasionalmente, podem predispor ao desenvolvimento da síndrome de Burnout, e alguns exemplos são: carga horária de estudos muito intensa, enfraquecimento dos laços sociais, acompanhamento psicológico ausente ou insuficiente, além de poucas horas de sono e de lazer (Barbosa, 2018).

Vale destacar que embora tal situação tenha se manifestado cada vez mais entre os estudantes de medicina, os estudos sobre o tema ainda são insuficientes, principalmente os que incluem com dados estatísticos.

Nas graduações e nos plantões médicos convivem professores, alunos e profissionais que devem cuidar da saúde dos demais; entretanto, caso não haja cuidados com a saúde física e, principalmente, psicológica, estes podem tornar-se vítimas da síndrome de Burnout. Assim sendo, é preciso que sejam constantemente realizadas pesquisas sobre o tema, de modo a avaliar a manifestação desta síndrome nos mais diversos territórios e chamar a atenção dos gestores e da comunidade científica a respeito da importância do desenvolvimento de atividades de prevenção e tratamento com os profissionais e acadêmicos da saúde.

Além disso, o desenvolvimento de pesquisas sobre a síndrome de Burnout nas mais diversas áreas de atuação dos profissionais e acadêmicos de medicina nos permite comparar discentes (dos ciclos básico, clínico e do internato), profissionais e docentes, o que irá permitir e traçar o perfil de cada população específica e analisar suas diferenças e semelhanças. Outrossim, essas pesquisas também irão servir para aprimorar os programas de graduação, de acolhimento de alunos e de profissionais, o que irá promover um melhor desenvolvimento na vida profissional futura.

No grupo de graduandos em medicina, o estresse, fator de risco para depressão e ansiedade, associado à dependência de drogas psicoativas e a sobrecarga de estudo e cobrança nas faculdades, seria desencadeante da Burnout (Lima et al., 2021a; Martins, 2012; Querido, 2016).

Portanto, é fulcral que sejam desenvolvidas pesquisas sobre a síndrome de Burnout nos discentes do ciclo básico especialmente, a fim de voltar a atenção da comunidade científica para o desenvolvimento desta síndrome nos primeiros períodos do curso. Com o foco no diagnóstico precoce da síndrome de Burnout no ciclo básico há o aumento da probabilidade de tratamento antecipado, o que irá evitar a evolução dessa síndrome para condições mais graves, como o desenvolvimento de depressão, por exemplo. Além disso, o diagnóstico e tratamento precoce da síndrome de Burnout ainda no ciclo básico possibilita uma recuperação psicológica mais rápida do discente e isso culmina em aumento do rendimento acadêmico do mesmo nos períodos posteriores, o que irá possibilitar uma formação médica ainda mais qualificada.

O Burnout está relacionado com profissionais que prestam serviço a outras pessoas, como no caso dos médicos, por exemplo. Pode-se constatar, através de inúmeros trabalhos publicados que essa síndrome vem afetando cada vez mais a classe médica (Choi, 2020; Lemaire, 2017; Lima & Dolabela., 2021; Romani & Ashkar, 2014; Shadid et al., 2020; Yates, 2020).

Apesar de, a princípio, a síndrome de Burnout ter sido relacionada somente a profissões remuneradas, atualmente esta já pode ser identificada em estudantes universitários, visto que os mesmos exercem atividades de treinamento direcionadas para exercer uma profissão e também são submetidos a situações de pressões profissionais (Barbosa, 2018; Cruz et al., 2021; Gonçalves, 2016; Lima et al., 2021a; Rosales, 2014). Além disso, durante todo o período do curso de Medicina, os estudantes são submetidos constantemente a fatores estressores que podem ser associados à síndrome de Burnout, como excessiva carga de estudos, pouco tempo para lazer e para família e dificuldade para escolha de uma especialidade, fatores que podem ser agravados por traços de personalidade, como obsessão, obstinação e perfeccionismo (Barbosa, 2018).

No que se refere especificamente ao ciclo básico (pré-clínico), que compreende do 1º ao 3º períodos do curso, os estudantes são submetidos com mais intensidade a fatores estressores e podem desenvolver a síndrome de Burnout, visto que os mesmos se encontram em um processo de transição do ensino médio para o superior (Cruz, 2020). Nesse período de transição, o aluno se depara com um aumento abrupto de autonomia, responsabilidade e exigências, já que começa a se preparar para exercer uma profissão que lida diretamente com a saúde e a vida das pessoas (Cruz, 2020). Soma-se a tudo isso ainda a situação em que os discentes se encontraram no atual período da pandemia, no qual o ensino presencial foi suspenso na maioria das faculdades de saúde do mundo, principalmente no ciclo básico (Sani, 2020). Essa suspensão do ensino presencial também pode ser considerada um fator estressor, visto que o distanciamento social proporcionado dificulta o relacionamento

interpessoal entre os alunos, além de impossibilitar o contato direto dos discentes com seus docentes, impedindo que os tutores orientem os alunos e dificultando a identificação pelos professores de algum possível problema de ordem psíquica que seus discentes poderiam enfrentar (Sani, 2020).

Dessa forma, é importante que se analise o contexto em que os acadêmicos estão inseridos, especialmente os do ciclo básico, verificando os fatores estressores e os principais desencadeantes da síndrome de Burnout no meio acadêmico, a fim de garantir o desenvolvimento de projetos que atuem para melhorar a qualidade de vida dos estudantes e prevenir o desenvolvimento de síndromes de ordem psíquica relacionadas ao tema deste trabalho.

Este trabalho teve como objetivo verificar a manifestação da síndrome de Burnout nos alunos do ciclo básico do curso de graduação em medicina da UFMA-Pinheiro

2. Metodologia

Trata-se de um estudo do tipo descritivo, com uma análise quantitativa e qualitativa. Esta pesquisa analisa a realidade dos estudantes do ciclo básico tanto através de números, com técnicas estatísticas, quanto através de respostas subjetivas, partindo para uma análise indutiva (Dalfovo, 2008).

Como critério de inclusão considerou-se todos os discentes matriculados no ciclo básico (pré-clínico) do curso de medicina da UFMA-Pinheiro. Como critério de exclusão consideraram-se os discentes que estavam com o curso trancado ou afastados para tratamento de saúde.

A coleta de dados foi realizada pelos pesquisadores, após liberação dos e-mails institucionais pela coordenação do curso de medicina dos alunos matriculados no ciclo básico no ano de 2021. Foram enviados e-mails convidando a participar desta pesquisa todos os alunos do curso de graduação em medicina da UFMA-Pinheiro que compunham o ciclo básico (1º ao 3º semestres) na época, que era o semestre 2021.1.

O instrumento utilizado para coleta de dados foi um questionário semiestruturado composto de duas partes. A primeira parte, quantitativa, é formada pelo MBI. A segunda, quantitativa e qualitativa, é formada de um questionário sociodemográfico.

O MBI-GS (Maslach Burnout Inventory – General Survey) é um questionário validado para pesquisa de Burnout, que utiliza uma escala Likert com respostas que variam entre 0 (nunca) a 6 (sempre) (Jennings 2009; Maslach & Leiter, 2008). As perguntas do questionário são voltadas para as 3 facetas do Burnout: exaustão emocional, cinismo ou despersonalização e realização profissional. Foram avaliados o desgaste emocional dos discentes, a confiança no trabalho desenvolvido pelos mesmos, além da eficiência e satisfação nas atividades relacionadas ao curso.

As questões sociodemográficas foram adaptadas para a realidade do público alvo, contendo informações sobre: gênero, estado civil, cor/raça, zona de residência, presença de deficiência, idade, filhos, cotas, tempo livre, horas de lazer, última visita ao médico, medicação e atividade física, onde essas informações auxiliaram na exploração de possíveis grupos de risco relacionado ao fenômeno estudado.

O MBI, teve como ponto de corte os critérios utilizados pelo NEPASB (Núcleo de Estudos Avançados sobre a síndrome de *Burnout* do Departamento de Psicologia da Universidade Estadual de Maringá) encontrado em outros trabalhos. Este critério foi escolhido pois não existem pontos de corte sobre a versão MBI para discentes e os critérios do NEPASB baseiam-se em pesquisas realizadas no Brasil. Para a caracterização da síndrome de Burnout utilizou-se a alta exaustão emocional, alta despersonalização e baixa realização profissional (Benevides-Pereira, 2010; Maslach, 2003).

No que se refere à questão da prevalência, utilizou-se o critério desenvolvido por Shiron (1989), que é baseado na escala de Likert. Nesta escala, definiu-se o ponto 4, que equivale à “uma vez por semana”. As dimensões com média abaixo de 4 foram classificadas como índice de Burnout baixo, e as com média acima de 4 foram classificadas com índice de Burnout

alto. Quando se analisa a dimensão da baixa realização profissional, este critério se inverte. Nesta dimensão valores abaixo de 4 são considerados indicadores de Burnout, valores acima de 4 são considerados valores normais.

O tamanho da amostra na qual foi aplicada a pesquisa foi obtido através da fórmula de estimação de proporção populacional quando o tamanho da população é conhecido: $n = N \cdot Z^2 \cdot p \cdot (1-p) / Z^2 \cdot p \cdot (1-p) + e^2 \cdot N - 1$ (n: amostra calculada, N: população, Z: variável normal, p: real probabilidade do evento, e: erro amostral). A população era de 125, número total de alunos matriculados no ciclo básico do curso de medicina no período correspondente. O valor da amostra calculada foi 95.

Inicialmente todas as variáveis foram analisadas descritivamente. Para as variáveis quantitativas, esta análise foi feita através da observação dos valores mínimos e máximos, e do cálculo de médias e desvios-padrão. Para as variáveis qualitativas foram calculadas as frequências absolutas e relativas.

Os dados coletados também foram inseridos no programa Microsoft Excel versão 15, verificando cruzamento entre as variáveis e as dimensões do Burnout. Foram construídos gráficos e tabelas, que foram utilizados nos resultados e discussão.

Este projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFMA, com número do parecer 3.681.399.

O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o Termo de Assentimento para menores, no caso deles, foi assinado pelos sujeitos da pesquisa (e seus responsáveis legais, no caso de menores) por via digital, após terem sido feitos esclarecimentos em relação aos benefícios e riscos de uso desta pesquisa, de acordo com a Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde. Foi garantido o sigilo, a privacidade e o anonimato dos sujeitos da pesquisa, de acordo com a Resolução 466/2012.

O presente trabalho foi desenvolvido com financiamento próprio.

3. Resultados

Foram aplicados 98 questionários, superando o número mínimo necessário para a amostra, que era de 95 entrevistas. O percentual alcançado foi 72,59% do universo de discentes do ciclo básico pertencentes à instituição analisada, sendo que o questionário foi aplicado entre os meses de março e abril de 2021, todos foram finalizados e elegíveis. Dos participantes, 52,04% são do sexo masculino e 47,96% são do sexo feminino. No que se refere ao período de curso, 32,65% dos entrevistados estavam cursando o primeiro período, 14,29% o segundo período e 53,06% estavam no terceiro período.

Em relação à faixa etária, 2,04% dos discentes pertencem ao grupo dos 15 aos 18 anos, 37,96% têm entre 19 e 21 anos, 34,69% encontram-se na faixa etária entre 22 e 25 anos, 17,35% estão entre os 26 e os 30 anos e 8,16% têm 31 anos ou mais.

Sobre a etnia, 42,86% autodeclararam-se brancos, 5,10% pretos, 48,98% pardos, 2,04% indígenas e 1,02% não declararam sua etnia.

Acerca do estado civil, 6,12% são casados, 1,02% são divorciados, 5,10% informaram se encontrar em outro estado civil, 84,69% são solteiros e 3,06% estão em união estável. Quando perguntados sobre filhos, 6,12% dos participantes afirmaram ter filhos e 93,88% afirmaram não ter filhos, não houve respostas em branco.

Acerca da renda do grupo familiar dos entrevistados, 56,12% destes têm uma renda menor do que 6 salários mínimos, enquanto 43,88% têm uma renda superior a 6 salários mínimos.

Já no que se refere às horas de lazer semanais, 54,08% dos estudantes informaram ter entre uma e cinco horas, 40,82% afirmaram ter mais de cinco horas e 5,10% dos alunos informaram não ter nenhuma hora de lazer na semana. Em relação às horas de sono diárias, 27,55% afirmaram dormir menos de seis horas, 69,39% dormem entre seis e oito horas e 3,06% dormem mais do que oito horas no dia. Finalmente, quando perguntados sobre a prática de atividades físicas, 58,16% responderam positivamente e 41,84% dos participantes informaram não praticar.

Todos os dados citados acima são demonstrados na tabela a seguir (Tabela 1).

Tabela 1 - Características sociodemográficas dos discentes do ciclo básico da Universidade Federal do Maranhão - Pinheiro.

Variáveis	N	%
Sexo		
Masculino	51	52,04
Feminino	47	47,96
Total	98	100,00
Período		
1	32	32,65
2	14	14,29
3	52	53,06
Total	98	100,00
Faixa etária		
15 - 18	2	2,04
19 - 21	37	37,76
22 - 25	34	34,69
26 - 30	17	17,35
31 ou mais	8	8,16
Total	98	100,00
Estado civil		
Casado	6	6,12
Divorciado	1	1,02
Outro	5	5,10
Solteiro	83	84,69
União estável	3	3,06
Total	98	100,00
Etnia		
Branca	42	42,86
Preta	5	5,10
Pardo	48	48,98
Indígena	2	2,04
Prefiro não declarar	1	1,02
Total	98	100,00
Possui filhos		
Sim	6	6,12
Não	92	93,88
Total	98	100,00
Renda mensal - grupo familiar		
<6SM	55	56,12
>6SM	43	43,88
Total	98	100,00

Horas de lazer semanais		
Entre uma e cinco horas	53	54,08
Mais de cinco horas	40	40,82
Nenhuma	5	5,10
Total	98	100,00

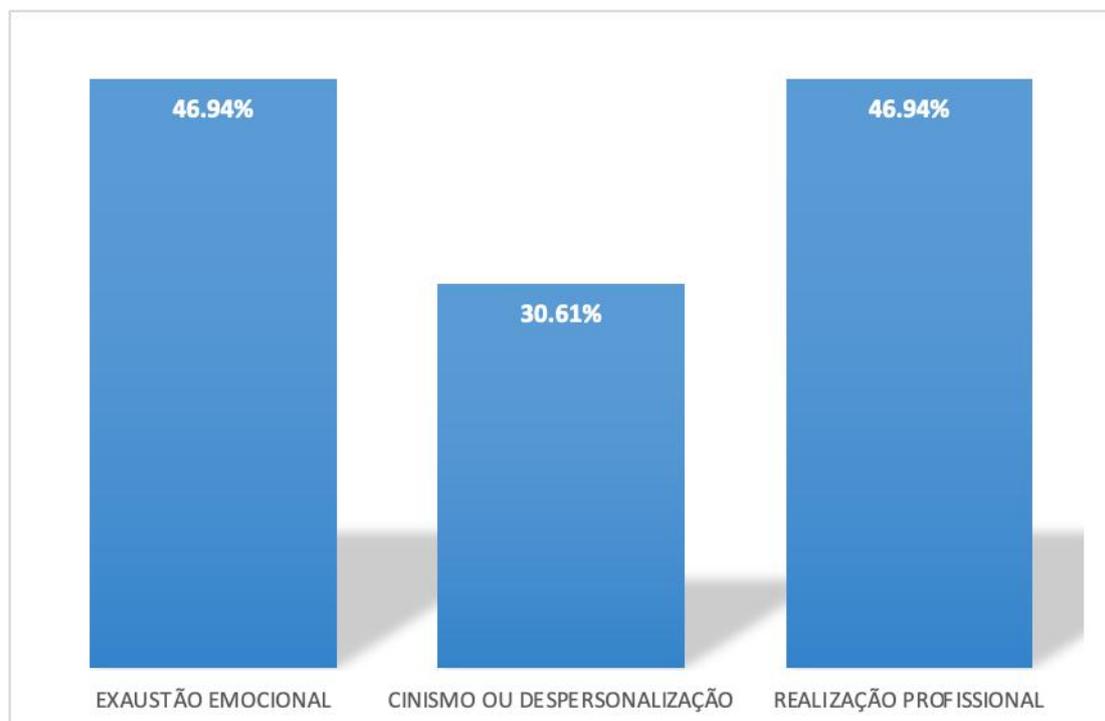
Horas de sono diárias		
Menos de seis horas	27	27,55
Entre seis e oito horas	68	69,39
Mais de oito horas	3	3,06
Total	98	100,00

Prática atividades físicas		
Sim	57	58,16
Não	41	41,84
Total	98	100,00

Fonte: Leitão Junior, Costa, Brito et al., 2022

Mediante a análise criteriosa dos dados, utilizando como ponto de corte $M=4$, conforme a metodologia explicitada, obtiveram-se os seguintes resultados: 46,94% dos estudantes do ciclo básico apresentaram um alto índice de exaustão emocional, 46,94% demonstraram uma baixa realização profissional. A despersonalização foi verificada em 30,61% dos alunos. O Gráfico abaixo retrata bem a comparação entre as dimensões de Burnout nos acadêmicos. É fulcral destacar que alguns discentes apresentaram dimensões de Burnout coexistindo simultaneamente, o que promoveu uma intersecção de dados.

Gráfico 1 - Manifestação de Burnout de acordo com suas dimensões, na amostra analisada.



Fonte: Leitão Junior, Costa, Brito et al. (2022).

Pode-se analisar os resultados obtidos através de uma ótica diferente, correlacionando as variáveis sociodemográficas e as dimensões da síndrome de Burnout. A partir desta análise percebe-se que as mulheres apresentam um nível de Burnout mais elevado nas 3 dimensões (menor realização profissional significa maior índice de Burnout). Também pode-se destacar que os discentes mais velhos parecem lidar melhor com a pressão do curso, apresentando níveis mais baixos de exaustão emocional e despersonalização. Além disso, é importante ressaltar que os discentes com menos de 6 horas de sono por dia apresentam índices mais baixos nas dimensões de Burnout, conforme é mostrado na Tabela 02.

Tabela 2 – Análise bivariada entre as dimensões de Burnout e as variáveis sociodemográficas na amostra estudada.

Dimensões	Exaustão Emocional			Cinismo ou despersonalização			Realização profissional		
	N	M	DP	N	M	DP	N	M	DP
Sexo									
Masculino	51	3,58	1,37	51	2,65	1,85	51	4,06	1,24
Feminino	47	3,95	1,27	47	2,85	1,84	47	3,74	1,31
Faixa Etária									
15-18	2	4,33	1,17	2	3	2,64	2	4,91	2,89
19-21	37	3,85	1,13	37	2,68	1,88	37	4,15	1,32
22-25	34	4,04	1,33	34	3,21	1,8	34	3,55	1,42
26-30	17	3,39	1,3	17	2,45	1,89	17	3,94	1,56
31 ou mais	8	2,77	1,9	8	1,66	1,73	8	3,95	2,01
Horas de lazer/semana									
Nenhuma	5	4,9	0,78	5	3,13	1,89	5	2,6	1,22
01 a 05	53	3,67	1,32	53	2,91	1,79	53	3,78	1,28
Mais de 05	40	3,73	1,35	40	2,49	1,9	40	4,23	1,18
Horas de sono/dia									
Menos de 06	27	3,61	1,3	27	2,6	1,79	27	3,81	1,34
De 06 a 08	68	3,77	1,35	68	2,75	1,84	68	4,03	1,20
Mais do que 08	3	4,72	1,07	3	3,88	2,52	3	1,94	1,35
Renda mensal/Grupo familiar									
Menos de 01	1	3,33		1	1,66		1	5,33	
De 01 a 03	23	4,1	1,29	23	3,21	1,88	23	4,15	1,22
De 03 a 06	31	3,79	1,11	31	2,59	1,53	31	3,62	1,27
De 06 a 10	19	3,22	1,71	19	2,21	1,74	19	4,35	1,12
Mais do que 10	24	3,82	1,27	24	2,98	2,19	24	3,63	1,38

N: Número de componentes do grupo; M: Média das respostas do grupo; DP: Desvio padrão das respostas do grupo.

Fonte: Leitão Junior, Costa, Brito et al., 2022.

4. Discussão

Na análise da incidência das dimensões de Burnout, foi verificada uma manifestação de exaustão emocional em 46,94% dos discentes. Esta dimensão é caracterizada pela extenuação do paciente quando se trata de assuntos relacionados ao curso, o que representa uma clara falta de energia e de recursos emocionais para lidar com as atividades acadêmicas. Nos pacientes com essa dimensão de Burnout também pode-se perceber desesperança, irritabilidade, falta de empatia e depressão

(Moura, 2021). Geralmente, esta dimensão manifesta-se nos alunos com maior dificuldade na superação de desafios, estes referem baixa assimilação de conteúdo, cansaço, pouco tempo de sono e abdicção das atividades de entretenimento (Lima et al., 2021b).

Quando se segue para a análise de cinismo e despersonalização, foi verificada uma manifestação de 30,61% nos estudantes. Nesta dimensão nota-se que os alunos desenvolvem sentimentos negativos e adotam uma postura completamente cética. Além disso, estes acadêmicos de medicina manifestam um sentimento de profunda indiferença e descaso para com os pacientes atendidos (Moura, 2021).

Já na análise da dimensão da baixa realização profissional, coincidentemente houveram os mesmos resultados que a exaustão emocional, 46,94%. Aqui percebe-se que grande parte dos alunos considera que as atividades desenvolvidas pelos mesmos são inúteis, manifestando um sentimento de insatisfação com a prática médica. Estes alunos também apresentam dificuldade no relacionamento com os pacientes e para a organização do trabalho. (Lima et al, 2021a)

Algumas variáveis foram correlacionadas com as dimensões de Burnout a fim de verificar as relações existentes.

No caso do sexo, o feminino apresentou índices mais altos de Burnout nas 3 dimensões. Este resultado corrobora com o resultado de outros estudos sobre o tema, que demonstram um maior risco de desenvolvimento de síndrome de Burnout em mulheres do que em homens além de mostrar que as mulheres avaliam seu nível de estresse geral e saúde mental de forma mais negativa do que os homens (Backovic, 2012; Lima & Bustamante, 2018).

Em relação à idade, percebeu-se que os estudantes mais novos apresentavam um maior índice de Burnout, resultado que também foi encontrado em estudos semelhantes. Esse índice mais alto de Burnout pode ser atribuído, por exemplo, ao fato de os jovens precisarem aprender a lidar com as demandas do trabalho/estudo. Pode-se elencar como motivo dos índices mais altos neste grupo o fato de os discentes saírem de uma realidade de ensino médio para uma realidade de ensino superior, com mais cobranças e responsabilidades (Carlotto, 2008; Martinez & Pinto, 2005; Maslach, 2003).

Quando foi analisada a questão das horas de lazer semanais, notou-se que aqueles discentes que afirmam não ter nenhuma hora de lazer apresentaram níveis muito mais altos de Burnout nas 3 dimensões, indo ao encontro da pesquisa realizada por Tavares (2020). Este resultado já é confirmado nos estudos sobre Burnout há um bom tempo. No momento em que o estudante se fixa exclusivamente na questão dos estudos, ele não consegue “desopilar” a mente com atividades que estimulam o prazer, contribuindo para que o discente apresente níveis altos de exaustão emocional, despersonalização e um baixo nível de realização profissional. Este resultado corrobora com um dos estudos mais icônicos sobre o tema, que coloca as horas de lazer como fator protetor contra a síndrome de Burnout (Maslach, 2003).

Acerca das horas de sono, neste estudo houve um resultado que vai de encontro aos resultados de outros estudos, que mostraram menos horas de sono como um dos fatores de risco para o desenvolvimento da síndrome (Tavares, 2020; Pagnin & Queiroz, 2015). Os estudantes com menos horas de sono apresentaram índices de Burnout mais baixos do que os estudantes com mais horas de sono. Acredita-se que esse resultado se deve ao fato de existirem outras variáveis envolvidas para a análise dos índices, como sexo, idade, horas de lazer e renda mensal.

Ao analisar a relação entre a renda mensal e as dimensões de Burnout, avaliou-se que a maior parte dos estudantes de baixa renda (apenas 1 afirmou ter menos de 1 salário mínimo e 23 afirmaram ter entre 1 e 3 salários mínimo) apresentou níveis mais elevados nas dimensões de exaustão emocional e cinismo/despersonalização, e acredita-se que esses índices mais altos se devem ao fato de o estudante ter outras preocupações simultâneas ao estudo, como moradia, alimentação, transporte e trabalho, visto que muitos estão longe da família e não dispõe de renda suficiente para ter uma qualidade de vida adequada e se concentrar somente nos estudos (Anversa et al., 2020; Rodrigues, 2020). Porém, quando se analisa a questão da realização profissional do trabalho/estudo, percebe-se que os estudantes de baixa renda apresentam os níveis em um valor satisfatório,

esse fato pode ser associado à questão da realização de um sonho do discente e também à questão da crença de que se formar em medicina pode mudar a realidade financeira de toda a família.

A partir dos resultados encontrados percebe-se a importância do desenvolvimento de medidas preventivas contra o Burnout ainda no ciclo pré-clínico dos estudantes de medicina. Este grupo de alunos parece ser o público onde as medidas de prevenção atuam com mais eficiência visto que, como mostrado neste estudo, o esgotamento do estudante de Medicina é muito comum e se inicia precocemente (Mazurkiewicz, 2011).

Identificar o perfil dos alunos acometidos e os sinais precoces do desenvolvimento da síndrome de Burnout é um passo essencial para o desenvolvimento de medidas preventivas (Maslach et al., 2008). De acordo com a análise aqui desenvolvida, o perfil mais acometido é o de estudantes do sexo feminino, com menos horas de lazer, além de renda mensal mais baixa. Vale ressaltar que apesar de haver um perfil mais comumente acometido é fundamental que haja atenção com todos os discentes, visto que o curso promove um estresse (em graus diferentes) em todos os alunos. Além da identificação do perfil de trabalhador mais acometido, é importante que hajam outras medidas na prevenção do Burnout. Deve haver uma conscientização das instituições de ensino sobre a importância das medidas preventivas a cerca desta síndrome, com pesquisas que demonstrem o quanto este problema é grave, como esta, a fim de garantir que a prevenção seja promovida de forma ativa e eficiente pelas universidades. Devem ser desenvolvidas oficinas de capacitação sobre o diagnóstico de Burnout para os acadêmicos de Medicina, com o objetivo de qualificá-los para identificar sintomas nos seus próprios colegas e notificarem a instituição caso percebam algo de anormal. Outrossim, é fulcral que o autocuidado seja incentivado neste público, com a oferta de aulas de meditação, de atividades físicas e terapias (Lima & Dolabela, 2021).

Como limitações de estudo, pode-se elencar que não foi realizada uma avaliação prévia antes de o aluno entrar no curso. Assim sendo, não é possível verificar a hipótese de que os alunos poderiam ter se matricularam no curso com sintomas de Burnout ou se eles realmente desenvolveram estas manifestações no decorrer de sua carreira acadêmica. Por este motivo também não é possível verificar se os alunos que têm menos interação social referem ausência de habilidades de comunicação desde antes do período em que iniciou seu curso, ou se a perda do vínculo familiar, que pode ser outro agravante para a manifestação da referida síndrome, agravou ou não o quadro, já que a maioria dos estudantes teve de se mudar de cidade para poder cursar esta graduação em Pinheiro.

5. Conclusão

Esta pesquisa demonstrou que 46,94% dos estudantes do ciclo básico/pré-clínico apresentaram um alto índice de exaustão emocional, 46,94% apresentaram uma baixa realização profissional, já a esfera da despersonalização foi verificada em 30,61% dos alunos que responderam o questionário. O perfil de estudantes mais acometidos foi o de estudantes do sexo feminino com baixa renda e menos horas de lazer semanais.

Pode-se perceber, a partir dos dados obtidos nesta pesquisa, que a síndrome de Burnout encontrada nos acadêmicos de Medicina que estão no ciclo pré-clínico foi bastante significativa, e a tendência é que este número aumente cada vez mais caso não sejam tomadas medidas para prevenção e tratamento nos estudantes.

É importante destacar que as medidas de prevenção devem contemplar ações de apoio psicológico e pedagógico aos estudantes, com a finalidade de apoiar e orientar o estudante a despeito de suas angústias e limitações. O discente deve ser visto de maneira holística, levando em conta aspectos sociais, psicológicos, espirituais e intelectuais, a fim de promover um apoio adequado para os mesmos e garantir uma formação médica de excelência.

Por fim, em virtude da importância da temática abordada, é preciso que estudos que analisam e correlacionam os fatores de Burnout nos estudantes sejam cada mais constantes. É importante que sejam desenvolvidos estudos abordando a manifestação de sintomas de Burnout em outros ciclos do curso, como o ciclo clínico e o internato, de modo a permitir a

comparação entre os diferentes períodos do curso. Este tipo de trabalho possibilita uma análise detalhada sobre o índice de estresse dos alunos com o curso e permite que seja realizado um rastreamento na prevenção e tratamento de todos. A partir disso, os estudantes terão uma formação mais completa e humana, contribuindo para que sejam formados médicos mais empáticos, competentes e preparados para lidar com os desafios da profissão médica e atender toda a sociedade de uma maneira ainda melhor.

Referências

- Alves, A. K. R., Silva, B. B. L. da, Machado, L. F. C. B., Silva, G. B. da, Franklin, F. L. A. A., Noronha, F. M. C., Melo, P. de S., Filho, J. V. A., Azevedo, V. E. de, Barbosa, E. de S., Fortes, C. V. S., Júnior, P. B. B., Bucar, L. E. Q., Santos, V. R. & Santos, V. K. R. (2022). Factors that trigger the development of Burnout syndrome in health professionals in emergency services: a literature review. *Research, Society and Development*, 11(2), e40011225814. doi: 10.33448/rsd-v11i2.25814.
- Anversa, M.B., Resende, N. B. C. & Junior, A. G. R. (2020). A prevalência da síndrome de Burnout em estudantes de medicina do distrito federal. *Brazilian Journal Development*, 6(7), 49480-49497.
- Backović D.V., Zivojinovic J. I., Maksimovic J. & Maksimovic M. (2012). Gender differences in academic stress and Burnout among medical students in final years of education. *Psychiatria Danubina*, 24(2), 175-181.
- Barbosa, M.L., et al. (2018). Burnout Prevalence and Associated Factors Among Brazilian Medical Students. *Clin Pract Epidemiol Ment Health*, 14, 188-195.
- Benevides-Pereira A.M.T (2010). *Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador* (3 ed.). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Carlotto, M.S., Gonçalves C., S. (2008). Preditores da Síndrome de Burnout em estudantes universitários. *Pensamiento Psicológico*, 4(10), 101-109.
- Costa, E.F.O. et al. (2012). Burnout Syndrome and associated factors among medical students: a cross-sectional study. *Clinics*, 67(6), 573-580.
- Choi, A.M.K. & Friedman R (2020). Meeting the challenges of medical student mental health and well-being today. *Med Educ.*, 54(3), 183-185.
- Cruz, C.S.R. (2020). *Síndrome de Burnout em estudantes de medicina do ICBAS: prevalência, relação com dados sociodemográficos e acadêmicos e relação com ansiedade e depressão* (Dissertação de Mestrado). Universidade do Porto, Porto, Portugal.
- Cruz, M. C. A., Cardoso, E. F., Garcia, T. R., Macedo, R. M., Arruda, J. T. (2021). Impacto das emoções no desempenho acadêmico e na qualidade de vida dos estudantes de Medicina. *Research, Society and Development*, 10(11), p. e216101119412. doi: 10.33448/rsd-v10i11.19412.
- Freudenberger, H.J. (1974). Staff Burn-out. *J. Soc. Issues*, 30, 159-165.
- Gonçalves, C.I.R.V.B. (2016). *Síndrome de Burnout em Estudantes de Medicina* (Dissertação de Mestrado). Universidade do Porto, Porto, Portugal.
- Jennings, M.L. (2009). Medical Student Burnout: Interdisciplinary Exploration and Analysis. *Journal of Medical Humanities*, 30, 253-269.
- Lemaire, J.B. & Wallace, J.E. (2017). Burnout among doctors. *The BMJ*, 358, 3360.
- Lima A.S., Farah B.F. & Bustamante-Teixeira MT. (2018). Análise da Prevalência da Síndrome de Burnout em Profissionais da Atenção Primária em Saúde. *Trab. Educ. Saúde*, 16(1), 283-304.
- Lima J.C., et al. (2021a). Síndrome de Burnout em Estudantes de Medicina. *Brazilian Journal of Development*. 7(5), 51758-51766.
- Lima, L. P. de, Lima, M. A. C. de, Borges, D. G. V. M. ., Segundo, J. L. da S., Fraga, P. H. B. de ., Silva, R. V. de L. e ., Menezes, V. M. de ., Souza, M. B. R. de. (2021b) Síndrome de Burnout em acadêmicos de Medicina. *Research, Society and Development*, 10(5), e15210514697. doi: 10.33448/rsd-v10i5.14697.
- Lima, S. dos S. F., Dolabela, M. F. (2021). Estratégias usadas para a prevenção e tratamento da Síndrome de Burnout. *Research, Society and Development*, 10(5), p. e11110514500. doi: 10.33448/rsd-v10i5.14500.
- Martínez, I. M. M. y Pinto, A. M. (2005). Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal y su relación con variables académicas. *Aletheia*, 21, 21-30.
- Maslach, C. (2003). *Burnout: The cost of caring*. Cambridge, MA: Malor Books
- Maslach, C, et al. (2008). Burnout: 35 years of research and practice. *Career Development International*, 14(3), 204-220.
- Maslach, C. & Leiter, M.P. (2008). Early predictors of job Burnout and engagement. *Journal of Applied Psychology*, 93(3), 498-512.
- Maslach, C., Schaufeli, W.B. & Leiter, M.P. (2001) Job Burnout. *Annu. Rev. Psychol*, 52, 397-422.
- Mazurkiewicz, R., et al. (2012) The prevalence and correlations of medical student Burnout in the pre-clinical years: A crosssectional study. *Psychology, Health & Medicine*, 17(2), 188-195.
- Moura, R.S., et al. (2021) Síndrome de Burnout em acadêmicos de medicina: Uma revisão de literatura. *Revista eletrônica Acervo Saúde*, 13(11), e9205.

Oliveira, A. R. de, Bezerra, T. C. G., Oliveira, T. H. A., Rezende, A. T., Figueiredo, C. V. de, Costa, T. S. (2021). Burnout's Syndrome and Impostor Syndrome: a correlational study *Research, Society and Development*, 10(3), e34710313344. doi:10.33448/rsd-v10i3.13344.

Pagnin D., de Queiroz V. (2015) Influence of burnout and sleep difficulties on the quality of life among medical students. *Springerplus*. 5(4), 676. doi: 10.1186/s40064-015-1477-6.

Romani, M. & Ashkar, K. (2014). Burnout among physicians. *Libyan J Med*, 9, 23556. doi: <https://doi.org/10.3402/ljm.v9.23556>.

Ricardo, Y.R. & Paneque, F.R.R. (2014). Hacia un estudio bidimensional del Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios. *Ciênc. saúde coletiva*, 19(12), 4767-4775.

Rodrigues, C. S., et al. Evaluation of Burnout Syndrome Prevalence in Medical Students. *Revista Brasileira de Educação Médica* [online]. (2020). 44(4), e176. <<https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.4-20200032>.ING <https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.4-20200032>>.

Sani, I., et al. (2020). Understanding the consequence of COVID-19 on undergraduate medical education: Medical students' perspective. *Ann Med Surg*, 58, 117-119.

Shadid, A., Shadid, A. M., Shadid, A., Almutairi, F. E., Almotairi, K. E., Aldarwish, T., Alzamil, O., Alkholaiwi, F., & Khan, S. U. (2020). Stress, Burnout, and Associated Risk Factors in Medical Students. *Cureus*, 12(1), e6633. <https://doi.org/10.7759/cureus.6633>.

Tavares, H.H.F., et al. (2020). Fatores associados à Síndrome de Burnout em estudantes de medicina. *Mundo da Saúde* 44, 280-289.

Vieira, I. & Russo, J.A. (2019). Burnout e estresse: entre medicalização e psicologização. *Physis*, 29(2), e290206.

Yates, S.W. (2020). Physician Stress and Burnout. *The American Journal of Medicine*, 133(2), 160-164.