

BURNOUT EM ESTUDANTES DE PSICOLOGIA EM UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA EM MOÇAMBIQUE

Burnout in students of Psychology from a Public University in Mozambique

Le Burnout chez des étudiants en Psychologie d'une Université Publique au Mozambique

Burnout en estudiantes de psicología en una Universidad Pública en Mozambique

Paciência Lina Adelino Mucavêa¹©

Universidade Rovuma, Departamento de Psicologia, Maputo, Nampula, Moçambique

Mussa Abacar²©

Universidade Rovuma, Faculdade de Educação e Psicologia, Maputo, Nampula, Moçambique

Gildo Aliante³©

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Departamento de Psicologia Social e Institucional, Porto Alegre, RS, Brasil⁴

Resumo

Este estudo avaliou os níveis de Burnout e variáveis sociodemográficas e acadêmicas associadas em estudantes de graduação em Psicologia em uma Universidade Pública em Moçambique. Foi aplicado um questionário de dados sociodemográficos e acadêmicos e, o Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI-SS), versão em português a 102 estudantes de ambos os sexos, que frequentam dois regimes de cursos (diurno e noturno). Os dados foram analisados com o auxílio do Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). Os resultados indicam que a subescala de Eficácia Profissional obteve maiores índices ($M = 4,6333$; $M=4,7199$), seguido de Exaustão Emocional ($M = 1,9545$; $M=1,3227$) e de Descrença ($M = 1,8961$; $M=1,3972$) para o regime diurno e noturno respectivamente. Verificou-se associação estatisticamente positiva entre a dimensão Exaustão Emocional e a variável “regime do curso”, sendo os alunos de regime diurno os que revelaram maior tendência de esgotamento e cansaço mental. A dimensão Descrença correlacionou-se inversamente com as variáveis “idade” e “número de filhos” para ambos os cursos e a de Eficácia Profissional não apresentou qualquer correlação estatisticamente significativa. Considera-se a necessidade de concepção e implementação de programas de prevenção e de promoção de saúde mental dos estudantes.

Palavras-chave: Ambiente acadêmico; Burnout; Estudantes; Saúde mental; Ensino superior.

Abstract

This study aimed at assessing the levels of burnout and its associated sociodemographic and academic variables in graduation students of Psychology in a Public University in Mozambique. It was administered a socio-demographic and academic data questionnaire and the Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI-SS), Portuguese version to 102 students of both genders and both shifts (day and evening shift, respectively). The data were analyzed by means of Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). The results indicate that the subscale of Professional Efficacy obtained high indices ($M = 4,6333$; $4,7199$), for Emotional Exhaustion ($M = 1,9545$; 1.3227) and Disbelief ($M = 1,8961$; $1,3972$) for both courses. It was verified a positive statistical association between the Emotional Exhaustion dimension and the variable “course regime”, in which day shift students reveal high level of tendency for exhaustion and mental fatigue. The subscale disbelief correlated inversely with the

¹ pacimucavea96@gmail.com

² abacarmussa@yahoo.com.br

³ aliantegildo@yahoo.com.br

⁴ Rua Ramiro Barcelos, 2600.

variables “age” and “quantity of children” for both courses and the subscale Professional Efficacy did not show any statistically significant correlation. It is considered the need for conception and implementation of prevention and student’s mental health improvement programs.

Keywords: Academic environment; Burnout; students; Mental health; Higher education.

Résumé

Cette étude visait à évaluer les niveaux de Burnout et les variables sociodémographiques et académiques associées chez des étudiants de premier cycle en psychologie dans une Université publique du Mozambique. Le questionnaire de données sociodémographiques et académiques et Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI-SS), version portugaise, ont été appliqués à 102 étudiants des deux sexes, que assistent aux cours du cursus ayant lieu la journée et du cursus qui se déroule le soir. Les données ont été analysées à l’aide du logiciel Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). Les résultats obtenus indiquent des taux plus élevés pour la sous-échelle relative à l’efficacité professionnelle ($M = 4,6333; 4,7199$), celle de l’épuisement émotionnel ($M = 1,9545; 1,3227$) et l’incrédulité ($M = 1,8961; 1,3972$) pour les deux cursus. On a constaté une association statistiquement positive entre la dimension de l’épuisement émotionnel et la variable «période de scolarisation», les étudiants de la période diurne montrant la plus grande tendance à l’épuisement et à la fatigue mentale. La sous-échelle d’incrédulité était inversement corrélée aux variables «âge» et «nombre d’enfants» pour les deux cursus, et la sous-échelle d’efficacité professionnelle n’a montré aucune corrélation statistiquement significative. Il est nécessaire de concevoir et de mettre en œuvre des programmes de prévention et d’amélioration de la santé mentale des étudiants.

Mots clés: Milieu académique; Burnout; Étudiants; Santé mentale; Enseignement supérieur.

Resumen

Este estudio tuvo como objetivo evaluar los niveles de agotamiento y las variables socio demográficas y académicas asociadas en estudiantes universitarios de psicología en una universidad pública de Mozambique. El cuestionario de datos sociodemográficos y académicos y El Maslach Burnout Inventory – Student Survey Inventory (MBI-SS) versión portuguesa se aplicaron a 102 estudiantes de ambos sexos, que asisten a dos turnos del curso (día y noche). Los datos se analizaron utilizando el Statistics Package for the Social Sciences (SPSS). Los resultados indican que la subescala de Efectividad Profesional obtuvo los índices más altos ($M = 4,6333; 4,7199$) para los dos cursos, Agotamiento emocional ($M = 1,9545; 1,3227$) e incredulidad ($M = 1,8961; 1,3972$). Hubo una asociación estadísticamente positiva entre la dimensión de Agotamiento Emocional y la variable "régimen de curso", con estudiantes diurnos mostrando la mayor tendencia de agotamiento y cansancio mental. La subescala descriptiva se correlacionó inversamente con las variables "edad" y "número de niños" para los dos cursos, y la subescala de Efectividad Profesional no mostró correlación estadísticamente significativa. Se considera la necesidad de diseñar e implementar programas de prevención y mejora para la salud mental de los estudiantes.

Palabras clave: Ambiente académico; Burnout Estudiantes; Salud mental; Enseñanza superior.

Introdução

O ingresso ao ensino superior constitui para muitos estudantes, uma importante fase para seu desenvolvimento pessoal e social, pois se trata de uma etapa que pode definir o futuro profissional do estudante. No entanto, ao longo do seu percurso acadêmico, o estudante pode encarar dificuldades de adaptação ao novo ambiente da universidade em virtude de demandas relacionadas ao curso e à instituição, às relações interpessoais, à quebra de expectativas, ao excesso de carga horária, à falta de domínio de línguas, de algumas disciplinas e conteúdos, aos problemas financeiros, ao isolamento familiar, às reprovações (Carleto, Moura, Santos, & Pedrosa, 2018), à falta de tempo para estar com amigos e para descansar, à falta de competência, à impotência e incerteza (Martins, Campos, Duarte, Martins, Moreira, & Chaves, 2017). Na

verdade, estudar constitui uma ocupação em que se lida com objetos intelectuais e o processo de ensino-aprendizagem exigindo dos estudantes uma adaptação às constantes mudanças sociais e muitas vezes enfrentar uma multiplicidade de estressores que podem originar fadiga, angústia, desmotivação, insatisfação e isolamento.

À semelhança dos achados em outros contextos internacionais, um estudo de Salomão, Abacar e Aliante (2018), envolvendo uma amostra de estudantes de uma instituição pública de ensino superior, revelou que as variáveis acadêmicas: “número de disciplinas reprovadas”, “ano frequência”, “número de vezes que o aluno reprovou” correlacionaram-se negativamente com a satisfação discente. Além do mais, os alunos pesquisados apontaram más condições físicas (falta higiene das salas de aulas e banheiros, insuficiência de salas, falta de equipamento audiovisual e ventiladores nas salas de aula), fraco preparo acadêmico dos professores, falta de domínio de língua inglesa, processos avaliativos inadequados, como os principais aspectos críticos e percebidos como estressores. Esses aspectos se persistentes podem desencadear uma série de problemas de saúde física e mental, como ansiedade, depressão (Andifes, 2019; Ariño & Bardagi, 2018; Medeiros, Camargo, Barbosa, & Calderia, 2018), estresse (Aliante, Abacar, Saquina, & Aristides, 2019; Cestari, Barbosa, Florêncio, Pessoa, & Moreira, 2017; Estrela, Rezende, Guedes, Pereira, & Souza, 2018; Querido, Naghettini, Orsini, Bartholomeu, & Montie, 2016) e Burnout (Borges & Carlotto, 2004; Carlotto & Câmara, 2008; Mota, Faria, Silva, & Folle, 2017), o que pode comprometer a qualidade de vida e sucesso acadêmico do estudante.

O termo Burnout tornou-se mundialmente conhecido a partir dos artigos de Herbert Freudenberger na década de 1970, mas a sua popularidade deveu-se aos trabalhos da psicóloga social Christina Maslach e seus colaboradores (Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001). Burnout é definido como um fenômeno psicossocial que ocorre como uma resposta crônica aos estressores interpessoais ocorridos no ambiente de trabalho (Maslach & Leiter, 2016), composto por três elementos centrais: Exaustão Emocional, Despersonalização e Baixa Realização Pessoal (Leiter & Maslach, 2016; Maslach & Leiter, 2017). A Exaustão Emocional caracteriza-se pela falta de energia e sentimento de esgotamento de recursos com relação ao trabalho, tendo como maior causa o conflito pessoal nas relações e a sobrecarga. A Despersonalização se apresenta como um estado psíquico no qual prevalece a dissimulação afetiva, o distanciamento e uma forma de tratamento impessoal com a clientela, podendo apresentar sintomas como baixo comprometimento com os resultados, conduta voltada a si mesmo, alienação, ansiedade, irritabilidade e desmotivação. A Baixa Realização Profissional é caracterizada pela tendência

do trabalhador a se auto-avaliar de forma negativa. Ele se torna insatisfeito com seu desenvolvimento profissional e experimenta um declínio no sentimento de competência e êxito.

Com base nos resultados de diferentes pesquisas empíricas, Benevides-Pereira (2002) agrupa os sintomas e manifestações de Burnout em quatro grandes grupos: a) Sintomas físicos: fadiga constante e progressiva, distúrbios do sono, dores musculares ou osteomusculares, cefaléias, enxaquecas, perturbações gastrointestinais, imunodeficiência, transtornos cardiovasculares, distúrbios do sistema respiratório, disfunções sexuais e alterações menstruais; b) Sintomas psíquicos: falta de atenção e de concentração, alterações de memória, lentificação do pensamento, sentimento de alienação, sentimento de solidão, de impaciência, de sentimento de insuficiência, baixa auto-estima, dificuldade de auto-aceitação, astenia, desânimo, disforia, depressão, desconfiança e paranóia, c) Sintomas comportamentais: negligência ou excesso de escrúpulos, irritabilidade, incremento da agressividade, incapacidade para relaxar, dificuldade na aceitação de mudanças, perda de iniciativa, aumento do consumo de substâncias, comportamentos de alto risco e suicídio e d) Sintomas defensivos: tendência ao isolamento, sentimento de onipotência, perda do interesse pelo trabalho (ou até pelo lazer), absenteísmo, ironia e cinismo.

Inicialmente as pesquisas sobre Burnout cingiram-se em profissões que mantêm constantes relações interpessoais com seus “clientes”, como é o caso de profissionais de saúde, educação, assistência social (Lopes & Guimarães, 2016). Atualmente, vários estudos têm revelado que outros ambientes de trabalho (e.g., ambiente acadêmico) podem ocasionar Burnout. De fato, o ambiente acadêmico é caracterizado pela presença de uma série de estressores, que se crônicos podem desencadear Bournout (Mota et al.,2017; Pinto, Nunes, Campos, Freitas, Bonan, & Batista, 2018). Em estudantes, o Burnout apresenta, também, três dimensões específicas: Exaustão Emocional, descrita pelo sentimento de estar exausto em resposta às intensas exigências do estudo; Descrença, percebida como o desenvolvimento de uma atitude cética e distanciada no âmbito dos estudos e, Baixa Eficácia Profissional, assinalada pela percepção de estarem sendo ineficazes como estudantes (Schaufeli, Martínez, Pinto, Salanova, & Bakker, 2002a)

Alguns estudos empíricos com amostras de estudantes evidenciaram a presença de manifestações e sintomas de Burnout em pelo menos em uma das suas dimensões. Por exemplo, o estudo de Carlotto, Câmara, Otto e Kauffmann (2010) verificou que a dimensão de Exaustão Emocional apresentou um índice de 2,5 (algumas vezes ao mês) indicando a existência de desgaste emocional nos estudantes pesquisados. Por seu turno, a pesquisa de Rodrigues, Bezerra, Soares e Dantas (2018) revelou uma média de 3,14 na dimensão de Exaustão

Emocional. É importante frisar que a Exaustão Emocional é considerada um elemento característico de Burnout (Maslach et al., 2001). Outros autores (e.g., Campos, Jordani, Zucoloto, Bonafé, & Maroco, 2012; Chagas, Moreira Junior, Cunha, Caixeta, & Fonseca, 2016; Tomaschewski-Barlem et al., 2013) apontaram que as especificidades das situações vivenciadas pelos estudantes estão associadas à Exaustão Emocional, contribuindo para seu distanciamento dos estudos e o comprometimento do seu sentimento de Eficácia Profissional. As manifestações de desgaste, distanciamento dos estudos e ineficácia, ou seja, de Burnout, referidas pelos estudantes requerem atenção e valorização por parte das instituições de ensino, com planejamento e implementação de ações para minimizar o estresse ocasionado pelas situações identificadas, as quais parecem estar associadas ao desenvolvimento das dimensões do Burnout entre os estudantes.

Embora o fenômeno de Burnout em estudantes seja uma temática já pesquisada em outros contextos internacionais, a maioria dos estudos cinge-se em amostras com estudantes da área de saúde (Mota et al., 2017). Além disso, não foi achado qualquer estudo sobre Burnout em estudantes em Moçambique, o que permite considerar este estudo como pioneiro na área. De modo geral, a pesquisa sobre o assunto em Moçambique é bastante incipiente e das pesquisas encontradas envolvem amostras de professores (e.g., Abacar, 2015; Abacar, Tarcísio, Aliante, & 2017; Aliante, 2018), daí que esta investigação pode contribuir para a compreensão de Burnout em estudantes moçambicanos, uma temática ainda inexplorada, bem como ajudar a comunidade acadêmica na reflexão sobre a necessidade de prevenção da doença, o que pode contribuir para a maximização dos resultados de ensino.

O objetivo deste estudo foi de avaliar os níveis de Burnout e variáveis sociodemográficas e acadêmicas associadas em estudantes de graduação em Psicologia de uma Universidade Pública em Moçambique. Com base no objetivo formulado, eis a hipótese norteadora da pesquisa: Existem diferenças estatisticamente significativas no nível de Burnout dos estudantes em função das variáveis “sexos”, “idade”, “regime do curso”, “vínculo empregatício”, “sucesso acadêmico”, “estado civil” e “número de filhos”.

Método

Esta pesquisa descritiva, transversal e de natureza quantitativa envolveu uma amostra não probabilística por acessibilidade de 102 estudantes de dois turnos distintos, sendo 55 do curso Psicologia Educacional (PE) e 47 de Psicologia Social e das Organizações (PSO) que

estudam em uma universidade pública localizada em Nampula-Moçambique. O curso de PE é lecionado no turno diurno e o PSO no noturno.

O projeto de pesquisa foi aprovado pela Direção de Pós-graduação, Pesquisa e Extensão da Universidade Rovuma, Parecer nº 05/DPPE/UNIROVUMA/2019. Posteriormente, foram contatadas as coordenações dos cursos que também foram informadas sobre as intenções da pesquisa e respectivos procedimentos metodológicos. E finalmente, os coordenadores acompanharam os pesquisadores nas turmas, em que decorreu o preenchimento por escrito dos questionários e de forma individual. Os questionários foram aplicados entre os meses de abril a junho de 2019 em salas de aulas, em tempos livres, por intermédio da primeira pesquisadora, a qual coletou os dados.

Os estudantes que consentiram em participar da pesquisa receberam as instruções dadas pela autora que coletou os dados. Foram cumpridos todos os procedimentos éticos vigentes em Moçambique e na Universidade onde decorreu o estudo, nomeadamente o consentimento livre e esclarecido, o anonimato dos participantes, a confidencialidade dos dados e a proteção dos sujeitos de possíveis danos psicológicos. Caso algum participante apresentasse mal-estar durante a realização da pesquisa, teria o devido acompanhamento pela autora que coletou os dados que tem formação em psicologia. E, em caso grave, seria encaminhado ao Grupo de Estudos em Saúde e Trabalho (GEST) do Laboratório de Psicologia da Universidade Rovuma, que é coordenado pelo primeiro autor que também tem formação em psicologia.

A coleta de dados deu-se por meio do questionário de dados sociodemográficos e acadêmicos elaborado pelos autores para fins deste estudo e do Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS), versão em português, desenvolvido por Campos e Maroco (2012) e Maroco e Tecedeiro (2009). O primeiro questionário tinha como plano de fundo o levantamento das variáveis sociodemográficas (sexo, idade, estado civil, número de filhos) e acadêmicas (ano que frequenta, curso, número de cadeiras reprovadas, ocupação), que foram usadas para a análise das correlações com as dimensões de Burnout.

O MBI-SS tem 15 questões que se subdividem em três subescalas: Exaustão Emocional (EE) (5 itens); Descrença (DE) (4 itens) e Eficácia Profissional (EP) (6 itens). Todos os itens são avaliados em escala Likert de sete pontos, variando de 0 (nunca) a 6 (sempre), tendo como corte no ponto de 3 (poucas vezes por mês). O instrumento avalia os índices de Burnout de acordo com os escores de cada dimensão, sendo que altas médias em Exaustão Emocional e Descrença ($M \geq 3$) e baixas médias em Eficácia Profissional ($M < 3$) indicam alto nível de Burnout (Schaufeli, Salanova, Gonzalez-Romae, & Bakker, 2002b).

A fiabilidade dos três fatores da escala de MBI-SS estimada pelo alfa de Cronbach, tem revelado boa consistência interna. Em sua versão transcultural, adaptada para estudantes portugueses e brasileiros por Campos e Maroco (2012) os três fatores obtiveram valores acima de 0,80. Uma vez que Moçambique é um país falante de língua portuguesa e tendo em conta as propriedades psicométricas do MBI-SS, versão em português, este foi considerado o instrumento ideal a aplicar na pesquisa do constructo. Embora Campos e Maroco (2012) reconheçam haver diferenças culturais entre os países, consideram que a sua adaptação com amostra mista (estudantes portugueses e brasileiros) buscou possibilitar a sua utilização em diferentes contextos de língua portuguesa, aumentando assim a sua abrangência e uso. Para o efeito, estes autores explicam que as equivalências idiomática, semântica, cultural e conceitual do instrumento foram verificadas por equipe multidisciplinar das áreas de psicologia e língua portuguesa, com oito integrantes.

Os dados da pesquisa foram tratados estatisticamente a partir do software estatístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), versão 22. Foram feitas análises estatísticas descritivas (Médias e Desvio-padrão) para determinar o perfil sociodemográfico e académico dos participantes, bem como para calcular as médias de cada dimensão de Burnout. Seguidamente, foram feitas análises das correlações entre os índices de cada dimensão de Burnout as variáveis em estudo, por meio do teste de coeficiente de Pearson com nível de significância de 0,05.

Resultados

Esta parte destina-se a análise e discussão dos resultados. Para maior compreensão os resultados estão organizados em tabelas. Inicialmente faz-se a apresentação e, em seguida, a respectiva discussão.

Perfil dos participantes

Participaram da pesquisa 102 estudantes que estudavam em uma instituição pública do ensino superior localizada em Nampula, dos quais 55 (53,9%) do curso Psicologia Educacional (PE) e 47 (46,1 %) de Psicologia Social e das Organizações (PSO), sendo 59 (57,8%) do sexo feminino e 43 (42,2%) do sexo masculino. A média de idade é 32 anos (DP=7,2). Em relação ao estado civil, 76 (74,5%) eram solteiros e os restantes 26 (25,5%) tinham união estável. Em termos de regime de frequência do curso, 55 (53,9%) eram do regime diurno (PE) e 47 (46,1

%) do noturno (PSO). No que se refere ao número de filhos, a maioria dos participantes 71 (69,6%) tinha pelo menos um filho e 31 (30,4%) participantes não tinham filhos. No que tange ao desempenho acadêmico, 63 (61,7%) não tinham nenhuma disciplina reprovada e 39 (38,3%) tinham reprovado pelo menos uma disciplina. Quanto ao vínculo empregatício, 47 (46,1%) trabalhavam e 55 (53,9%) eram desempregados.

Confiabilidade interna da escala MBI-SS

Para avaliar a confiabilidade do MBI-SS foi calculado o coeficiente alfa de Cronbach. A Tabela 01 apresenta os valores de medida de confiabilidade da escala e suas dimensões.

Tabela 01: Valores de alpha de Cronbach do MBI-SS.

Dimensões						Geral	
Exaustão Emocional		Descrença		Eficácia			
Alfa de Cronbach	Nº de itens	Alfa de Cronbach	Nº de itens	Alfa de Cronbach	Nº de itens	Alfa de Cronbach	Nº de itens
0,74	6	0,58	3	0,66	6	0,66	15

Fonte: Elaborada pelos autores (2019).

Os resultados obtidos na Tabela 1 revelaram que, as dimensões de Exaustão Emocional e de Eficácia apresentaram uma consistência interna aceitável, nomeadamente 0,74 e 0,66. Já a subescala de Descrença apresentou fraca consistência interna, com o valor de 0,58.

Comparação dos índices das dimensões de Burnout entre os cursos

Foram examinados os índices das três dimensões de Burnout entre os dois cursos ou grupos de estudantes pesquisados. A Tabela 2 ilustra os resultados obtidos.

Tabela 02: Índices de Burnout entre estudantes de curso PE (diurno) e PSO (noturno).

Dimensões	Estudantes de Psicologia				p-valor
	PE		PSO		
	M	DP	M	DP	
Exaustão Emocional	1.9545	1.2296	1.3227	1.1767	0.010*
Descrença	1.8061	1.2232	1.3972	1.3127	0.107
Eficácia Profissional	4.6333	0.9815	4.7199	0.9787	0.658

Fonte: Elaborada pelos autores (2019).

Nota: *Diferença de significância a nível de 5%.

Com base na Tabela 2, a dimensão com maior índice é a de Eficácia Profissional para os dois cursos com (M = 4,6333; 4,7199), seguida pela Exaustão Emocional (M = 1,9545; 1,3227) e por último a de Descrença (M = 1,8961; 1,3972). Portanto, verifica-se um elevado índice na dimensão da Eficácia Profissional nos dois cursos.

Observa-se ainda que somente a dimensão de Exaustão Emocional é a que apresentou diferença significativa ($p = 0.010 < 5\%$), sendo os estudantes de PE os que apresentam maior sentimento de desgaste, cansaço ou esgotamento que seus congêneres de PSO. Nas dimensões de Descrença e Eficácia Profissional não foram identificadas diferenças significativas.

Correlação entre as dimensões de Burnout e variáveis sociodemográficas e acadêmicas

A Tabela 3 apresenta as correlações entre as dimensões de Burnout com as variáveis sociodemográficas e acadêmicas. As análises pretendiam observar se as dimensões de Burnout se relacionavam com as variáveis: sexo, idade, estado civil, número de filhos, curso ou regime, número de cadeiras reprovadas e situação ocupacional. Para tal, foi empregue o teste de correlação de Pearson.

Tabela 03: Correlação entre as dimensões de Burnout e variáveis sociodemográficas (n = 102).

Dimensão	Sexo		Filhos		Idade		Estado civil	
	M	F	Com	Sem	>35	35 ⁺	S	C
Exaustão Emocional	.051	.614	-.109	.276	.819	-.023	-.044	.661
Descrença	.038	.703	-.219*	.027	.000	-.344**	-.125	.210
Eficácia Profissional	.158	.113	-.012	.903	.192	.129	-.131	.188

Fonte: Elaborada pelos autores (2019).

* Nível de significância de 0.05% - ** Nível de significância de 0.05%

M – Masculino/F – Feminino/S – Solteiro/C – Casado

A Tabela 4 ilustra as correlações entre as dimensões de Burnout com as variáveis acadêmicas.

Tabela 04: Correlação entre as dimensões de Burnout e variáveis acadêmicas (n = 102)

Dimensão	Disciplinas reprovadas		Regime		Emprego	
	Com	Sem	D	N	Com	Sem
Exaustão Emocional	-.173	.081	-.255**	.010	-.183	.065
Descrença	-.002	.985	-.161	.107	-.145	.146
Eficácia Profissional	.046	.646	.044	0.658	.004	.969

Fonte: Elaborada pelos autores (2019).

D – Diurno/Regular/N – Noturno/ Pós-laboral/ EE – Exaustão Emocional, D – Descrença/EP – Eficácia Profissional.

Os valores da matriz de correlação permitem observar que a dimensão de Exaustão Emocional somente correlacionou-se com a variável curso/regime, o que significa que, o cansaço, desgaste ou esgotamento observado nos estudantes tem relação linear com o regime ou curso em que o estudante frequenta, sendo os alunos do regime diurno (regular) os que se encontram em situação crítica. Importa salientar que, as variáveis “situação ocupacional” e “número de disciplinas reprovadas” apresentaram tendência de uma correlação significativa ao se relacionar linearmente com a dimensão EE, mostrando que estudantes trabalhadores e com cadeiras reprovadas tendem a revelar maior desgaste psíquico.

A dimensão de Descrença correlaciona-se negativamente com as variáveis “idade” e “número de filhos”, sendo os estudantes mais velhos e aqueles que têm filhos os que revelaram algum distanciamento, indiferença ou cinismo na vida acadêmica. Esse resultado pode se justificar pelo fato de os estudantes mais velhos e com filhos terem mais obrigações familiares em relação aos novatos.

A dimensão de Eficácia Profissional não tem relação linear com nenhuma das variáveis sociodemográficas e acadêmica. O que quer dizer, segundo os resultados, a falta de confiança nas próprias habilidades e competências, menos ambições de sucesso de carreira e a sensação de insatisfação não tem relação com as variáveis: sexo, idade, estado civil, número de filhos, curso, número de cadeiras em atraso ou reprovadas muito menos se trabalha ou não.

Discussão

A aferição da consistência interna do Maslach Burnout Inventory, versão em português para estudante utilizado neste estudo, indicou valores de alpha de Cronbach aceitável nas dimensões de Descrença e Eficácia Profissional e índice pouco satisfatório na dimensão Exaustão Emocional. Estes achados não corroboram com outros estudos sobre propriedades psicométricas do instrumento realizados em alguns países de língua portuguesa como Brasil e Portugal. Por exemplo, no estudo de Carlotto e Câmara (2006), os fatores de Exaustão Emocional e Eficácia Profissional alcançaram um nível satisfatório de consistência interna de 0,81 e 0,74 respectivamente. Já o fator de Descrença apresentou índice de consistência interna em nível baixo (0,59). Por sua vez, Marco e Tecedeiro (2009) revelaram coeficientes de alfa de Cronbach de 0,836; 0,882 e 0,791 sucessivamente para os fatores Exaustão Emocional, Descrença e Eficácia Profissional. Já a versão transcultural de estudantes portugueses e brasileiros, Campos e Maroco (2012) encontraram valores de alpha de Cronbach de 0,823; 0,876 e 0,828 sucessivamente para Exaustão Emocional, Descrença e Eficácia Profissional.

De modo geral, os resultados obtidos com relação aos índices de Burnout não sugerem a presença da síndrome na amostra estudada, de acordo com os critérios referidos por Schaufeli et al. (2002a). Segundo os autores, altas médias ou escores em Exaustão Emocional e Descrença ($M \geq 3$) e baixas médias ou escores em Eficácia Profissional ($M < 3$) são indicativos de Burnout, numa variação de 0 a 6 pontos. Assim, há indícios de Burnout caso se alcance o limite estabelecido em pelo menos duas dimensões, sendo uma delas a Exaustão Emocional. Deste modo, para os dois grupos de estudantes verificou-se um índice baixo em Exaustão Emocional ($M=1,95$; $DP=1,32$) e Descrença ($M=1,80$; $DP=1,38$) e alto em Eficácia Profissional ($M=4,63$; $DP=4,71$). No entanto, observa-se uma ligeira diferença em termos de médias de cada índice, sendo os alunos de Psicologia Educacional (regime diurno) os que obtiveram médias relativamente maiores nas dimensões de Exaustão Emocional e Descrença. Na mesma direção, o mesmo grupo apresentou média baixa em Eficácia Profissional. Resultados similares foram encontrados nos estudos de Lopes e Guimarães (2016) e Carlotto, Câmara, Otto e Kauffmann (2010). Lopes e Guimarães (2016) não revelaram prevalência da síndrome em estudantes do curso de Psicologia. A pesquisa de Carlotto *et al.* (2010) encontrou seguintes médias para as três dimensões de Burnout: Emocional ($M=2,50$; $DP=1,45$), Descrença ($M=1,20$; $DP=1,12$) e Eficácia Profissional ($M=5,14$; $DP=0,78$).

A análise das dimensões de Burnout em estudantes de outras áreas de conhecimento (e.g., medicina) realizada por Chagas et al. (2016) apresentou uma média de 4,32 de Exaustão Emocional, 2,96 de Descrença e 5,36 de Eficácia Profissional. Também a aferição em três dimensões de uma pesquisa feita junto a estudantes do ensino superior de ciências contábeis indicou 46,3% dos alunos com alteração na Exaustão Emocional, 11,2% na Descrença e 31,3% na Eficácia Profissional (Peleias, Guimarães, Chan & Carlotto, 2017). E um estudo de Rodrigues et al. (2018), envolvendo estudantes do curso de enfermagem indicou que a Eficácia Profissional foi a dimensão que atingiu maior índice médio, com 4,97, seguida pela Exaustão Emocional, com média de 3,14 e pela Descrença com média de 0,98.

Essas médias são ligeiramente diferentes com as alcançadas neste estudo. A diferença nas médias obtidas neste estudo em relação às achadas em outras pesquisas, sobretudo na subescala Eficácia Profissional, pode ser pelo fato de a Psicologia ser reconhecida como uma profissão no Brasil e em Portugal. No Brasil, por exemplo, foram estabelecidos Conselhos Federais e Regionais que regulam o exercício da profissão, diferentemente em Moçambique em que o qualificador profissional que regula o acesso de carreiras na Administração Pública ainda não reconhece a Psicologia como profissão específica. E isso pode estar a dificultar aos graduados em Psicologia a sua inserção no mercado do trabalho e, conseqüentemente o

exercício profissional, gerando incerteza nos graduandos sobre o seu futuro profissional. Excetuando a área da saúde (hospitais centrais), quase todas as instituições moçambicanas funcionam sem psicólogos, o que obriga os graduados de diferentes áreas da psicologia a concorrerem vagas de áreas gerais para atuarem em serviços não condizentes com a sua área de formação.

Importa mencionar, também, que majoritariamente os estudantes do curso Psicologia Social e das Organizações (regime noturno) são simultaneamente trabalhadores, carregando consigo esperanças em termos de crescimento e desenvolvimento profissional por meio da mudança de carreira e, por conseguinte, a melhoria das condições de vida. Pelo contrário, os estudantes sem vínculo empregatício ainda vivem na incerteza em relação ao seu futuro profissional.

No que diz respeito às correlações entre as dimensões de Burnout e as variáveis em estudo, constatou-se que a dimensão de Exaustão Emocional foi estatisticamente correlacionada (de forma positiva) com as variáveis “regime do curso”, “etapa do curso”, significando que os alunos do curso diurno tendem a mostrar maior cansaço e desgaste físico e psicológico. Razão disso pode residir no fato de os alunos do curso diurno não terem vínculo empregatício e se dedicarem exclusivamente aos estudos, o que exige um esforço adicional de modo a ter melhores notas para o sucesso profissional futuro. E a maioria de alunos do regime noturno pretende obter o diploma para mudar de carreira e ter o aumento salarial, não estando preocupados com a obtenção de um bom histórico escolar.

As associações negativas da dimensão de Descrença com as variáveis “idade” e “número de filhos”, revelam que os estudantes mais velhos e com filhos tenderem ao distanciamento e indiferença com a vida acadêmica devido, possivelmente, pelo fato de, ter filhos exigir responsabilidades acrescidas (e.g., educar, prover recursos materiais e econômicos, garantir a saúde e o bem-estar), o que não favorece maior dedicação aos estudos. E por fim, a ausência de correlações entre a dimensão de Eficácia Profissional e outras variáveis estudadas pode estar associada às incertezas e dúvidas dos estudantes em relação à inserção no mercado de trabalho.

Diferentemente deste estudo, a pesquisa de Lopes e Guimarães (2016) identificou que os estudantes mais jovens também apresentaram maior sentimento de Exaustão Emocional. Embora não tenham encontrado estudantes com indícios de Burnout, estes autores advogam que as dimensões presentes no estudo revelam uma sobrecarga emocional e um distanciamento desses estudantes em relação aos estudos, verificando-se certo prejuízo na vivência acadêmica

desses estudantes, podendo-se pensar que no futuro os mesmos entrarão no mercado de trabalho com danos em sua saúde psíquica, o que pode prejudicar o desenvolvimento do seu trabalho.

Considerações finais

Este estudo objetivou avaliar os níveis de Burnout e as variáveis sociodemográficas e acadêmicas associadas em estudantes de graduação em psicologia de uma Universidade Pública, em Moçambique. A hipótese do estudo aventava que existiam diferenças estatisticamente significativas no nível de Burnout dos estudantes em função das variáveis “sexo”, “idade”, “regime do curso”, “vínculo empregatício”, “sucesso acadêmico”, “estado civil” e “número de filhos”. Os resultados corroboram parcialmente a hipótese levantada, pois algumas variáveis de análise tiveram correlações estatisticamente significativas com as dimensões de Burnout que compõem o modelo utilizado nesta pesquisa.

Embora não se tenha verificado a presença de Burnout na amostra pesquisada, os resultados alcançados servem de alerta de um processo em desenvolvimento e contribuem para a compreensão do Burnout em estudantes moçambicanos. O grande mérito desta pesquisa é de ser pioneira no estudo do fenômeno tendo como amostra estudantes moçambicanos.

O estudo apresenta algumas limitações que devem ser levadas em consideração na interpretação dos resultados. A primeira tem a ver com a sua natureza transversal e não envolver uma amostra probabilística. Nesse sentido, e tendo em conta que o estudo foi realizado num contexto sociocultural específico, é obvio que não se deve generalizar os resultados para todos os estudantes moçambicanos do ensino superior. Na verdade, o contexto social no qual a psicologia organizacional se tem desenvolvido é carregado de cultura específica, realidades sociopolíticas e sistemas de valores que por sua vez afetam as questões de pesquisa dos investigadores (Gelfand, Leslie, & Fehr, 2008). A segunda limitação é o fato de o modelo usado para avaliar o Burnout não fornecer qualquer prova de causalidade, pois o instrumento avalia apenas a presença de Burnout sem identificar os fatores associados. Faz-se necessário a realização de estudos futuros envolvendo amostras probabilísticas e correlacionais.

O bem-estar do estudante é um pré-requisito crucial para o sucesso acadêmico e para o futuro profissional. É assim que, neste trabalho, é enfatizada a concepção e implementação de programas preventivos de saúde mental, sobretudo de gestão de estresse de modo a treinar ou capacitar os estudantes para lidarem eficazmente com os estressores da vida acadêmica. Os programas de treinamento podem ser em forma de minicursos ou disciplinas a serem

ministrados por psicólogos com a devida preparação e formação em gestão de estresse e/ou saúde mental.



REFERÊNCIAS

- Abacar, M. (2015). *Burnout em docentes do ensino básico em escolas moçambicanas e brasileiras*. [Tese de Doutorado]. Universidade Federal de Pernambuco. Recife, PE, Brasil.
- Abacar, M., Roazzi, A., & Bueno, J. M. H. (2017). Estresse ocupacional: percepções dos professores. *Revista AMAzônica, LAPESAM/GMPEPPE/UFAM/CNPq/ EDUA*, 19(1), 430-472. <http://www.periodicos.ufam.edu.br/amazonica/article/view/4668>
- Abacar, M., Tarcísio, L., & Aliante, G. (2017). *Burnout em professores moçambicanos do ensino superior público e privado*. *Revista Saúde e Pesquisa*, 10(3), 567-577. <http://dx.doi.org/10.177651/1983-1870.2017v10n3p567-577>
- Aliante, G. (2018) *Síndrome de Burnout e Trabalho: um estudo junto a professores moçambicanos do ensino fundamental das escolas da rede pública na Cidade de Nampula*. [Dissertação de Mestrado]. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, RS, Brasil.
- Aliante, G., Abacar, M., Saquina, B. H., & Aristides, C. L. (2019). *Stress em estudantes de graduação em uma universidade pública da região norte de Moçambique*. *Trabalho En(Cena)*, 4(2), 465-484. <https://doi.org/10.20873/2526-1487V4N2P465>
- Ariño, D. O. & Bardagi, M. P. (2018). Relação entre fatores acadêmicos e a Saúde Mental de estudantes universitários. *Psicol. Pesqui.*, 12(3), 44-52. <http://dx.doi.org/10.24879/2018001200300544>
- Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior (Andifes) (2019). *V Pesquisa Nacional de Perfil Socioeconômico e Cultural dos (as) Graduandos (as) das IFES*. Uberlândia.
- Benevides-Pereira, A. M. T. (2002). *Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador*. São Paulo: Casa do psicólogo.
- Borges, A. M. B. & Carlotto, M. S. (2004). Síndrome de Burnout e fatores de estresse em estudantes de um curso técnico de enfermagem. *Aletheia*, 19, 45-56. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141303942004000100005
- Campos, J. A. D. B., Jordani, P. C., Zucoloto, M. L., Bonafé, F. S. S., & Maroco, J. (2012). Síndrome de Burnout em graduandos de Odontologia. *Rev. Bras. Epidemiol.*, 15(1), 155-65. http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2012000100014
- Campos, J. A. D. B. & Maroco, J. (2012). Maslach Burnout Inventory –Student Survey: Portugal-Brazil cross-cultural adaptation. *Rev. Saúde Pública*, 46(5), 816-25. <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102012000500008>
- Castro, V. R. (2017). Reflexões sobre a saúde mental do estudante universitário: estudo empírico com estudantes de uma instituição pública de ensino superior. *Revista Gestão em Foco*, 9, 380-401. portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/.../06/043_saude_mental.pdf

- Carleto C. T., Moura, R. C. D., Santos, V. S., & Pedrosa, L. A. K. (2018). Adaptação à universidade e transtornos mentais comuns em graduandos de enfermagem. *Rev. Eletr. Enf.*, 20(20), 1-11. <https://doi.org/10.5216/ree.v20.43888>
- Carlotto, M. S. & Câmara S. G. (2008). Preditores da Síndrome de Burnout em estudantes universitários. *Pensamiento Psicológico*, 4(10), 101-109. <https://www.researchgate.net/publication/41449562> Preditores da Síndrome de Burnout em estudantes universitarios
- Carlotto, M. S., Câmara S. G., Otto, F., & Kauffmann, P. (2010). Síndrome de Burnout e coping em estudantes de psicologia. *Boletim de Psicologia*, 56(131), 167-178. [pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0006-59432009000200004&script=sci](https://psicic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0006-59432009000200004&script=sci)
- Cestari, V. R. F., Barbosa, I. V., Florêncio, R. S., Vera Lúcia Mendes de Paula Pessoa, V. L. M. P., & Moreira, T. M. M. (2017). Stress em estudantes de enfermagem: estudo sobre vulnerabilidades sociodemográficas e acadêmicas. *Acta Paul. Enferm.*, 30(2), 190-6. <http://dx.doi.org/10.1590/19820194201700029>
- Chagas, M. K. S., Moreira Junior, D. B., Cunha, G. N., Caixeta, R. P., & Fonseca, E. F. (2016). Ocorrência da Síndrome de Burnout em acadêmicos de medicina de instituição de ensino no interior de Minas Gerais. *Rev. Med. Saúde Brasília*, 5(2), 234-45. <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rmsbr/article/download/7241/4567>
- Estrela, Y. C. A., Rezende, A. C. C. Guedes, A. F., Pereira, C. O., & Sousa, M. N. A. (2018). Stress e correlatos com características de saúde e sociodemográficas de estudantes de medicina. *Rev. CES Med.*, 32(3), 215-225. <http://dx.doi.org/10.21615/cesmedicina.32.3.3>
- Fogaça, M. C., Hamasaki, E. I. M., Barbieri, C. A. P., Borsetti, J., Martins, R. Z., Silva, I. G., & Ribeiro, L. P. (2012, maio/dez.). Burnout em estudantes de psicologia: diferenças entre alunos iniciantes e concluintes. *Aletheia*, 38-39, 124-131. [pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=03942012000200010](https://psicic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=03942012000200010)
- Gelfand, M. J., Leslie, L. M., & Fehr, R. (2008). To prosper, organizational psychology should adopt a global perspective. *Journal of Organizational Behavior*, 29, 493-517. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/job.530>
- Gil, C. A. (2008). *Pesquisa Social*, (2ª. ed.). Altas.
- Goebel, D. K., & Carlotto, M. S. (2019). Preditores sociodemográficos, laborais e psicossociais da Síndrome de Burnout em docentes de educação a distância. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 37(2), 295-311. <http://dx.doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.6886>
- Lopes, F. L. & Guimarães, G. S. (2016, jan./jul.). Estudo da Síndrome de Burnout em Estudantes de Psicologia. *Psicologia: Ensino & Formação*, 7(1), 40-58. [pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci...pid=S2177-20612016000100005](https://psicic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci...pid=S2177-20612016000100005)
- Leiter, M. P. & Maslach, C. (2017). Latent burnout profile: A new approach to understanding the burnout experience. *Burnout Research*, 3, 89-100.

- Maroco, J. & Tecedor, M. (2009). Inventário de Burnout de Maslach para estudantes portugueses. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 10(2), 227-235. [repositorio.ispa.pt > Psicologia da Saúde > PSAU - Artigos em revistas nacionais](http://repositorio.ispa.pt/Psicologia da Saúde > PSAU - Artigos em revistas nacionais)
- Martins, C., Campos, S., Duarte, J., Martins, R., Moreira, T., & Chaves, C. (2017). Situações indutoras de *stress* e *Burnout* em estudantes de enfermagem nos ensinos clínicos. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, 5, 25-32. <http://dx.doi.org/10.19131/rpesm.0163>
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103-111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- Maslach, C. & Leiter, M. P. (2017). New insights into burnout and health care: Strategies for improving civility and alleviating burnout. *Medical Teacher*, 39(2), 160-163. <https://doi.org/10.1080/0142159X.2016.1248918>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter M.P. (2001). Job burnout. *Ann Rev Psychol*, 52, 397-422.
- Medeiros, M. R. B., Camargo, J. F., Barbosa, L. A. R., & Caldeira, A. P. (2018). Saúde mental de ingressantes no curso médico: uma abordagem segundo o sexo. *Rev. Bras. de Ed. Med.*, 42(3), 214-221. <http://dx.doi.org/10.1590/1981-52712015v42n3rb20170008>
- Mota, I. D., Farias, G. O., Silva, R., & Folle, A. (2017, dezembro). Síndrome de *Burnout* em estudantes universitários: um olhar sobre as investigações. *Motrivivência*, 29, 243-256. <https://doi.org/10.5007/2175-8042.2017v29nespp243>
- Peleias, I. R., Guimarães, E. R., Chan, B. B., & Carlotto, M. S. (2017, jan./mar). A síndrome de *Burnout* em estudantes de ciências contábeis de IES Privadas: pesquisa na cidade de São Paulo. *REPeC – Revista de Educação e Pesquisa em Contabilidade*, 11(1), 30-51. <http://dx.doi.org/10.17524/repec.v11i1.1468>
- Pinto, P. S., Nunes, F. M. R., Campos, D. S., Freitas, R. H. B., Bonan, P. R. F., & Batista, A. U. D. (2018). Síndrome de *Burnout* em estudantes de Odontologia, Medicina e Enfermagem: uma revisão da literatura. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*, 6(2), 238-248. <https://doi.org/10.18554/refacs.v6i2.2822>
- Richardson, R. J. Peres, J. A. S., Wanderley, J. C. V., Correia, L. M., & Peres, M. H. M. (1999). *Pesquisa Social: Métodos e Técnicas*, (3ª. ed.). Atlas.
- Rodrigues, J. M. S., Bezerra, E. P., Soares, H. S., & Dantas, T. R. S. (2018). Prevalência da Síndrome de *burnout* em acadêmicos de enfermagem de uma instituição de ensino superior no Estado da Paraíba. *III Congresso Brasileiro de Ciências de Saúde*, Campina Grande/PB, 13 a 15 de junho. www.conbracis.com.br
- Salomão, I. F. C. S., Abacar, M., & Aliante, G. (2018). Satisfação acadêmica em estudantes de Ensino Superior: Um estudo no curso de graduação em ensino básico da Universidade Pedagógica-Delegação de Nampula. *Revista Brasileira de Ensino Superior*, 4(1), 24-42. <http://doi.org/10.18256/2447-3944.2018.v4i1.2239>

- Sarmiento, P., Nunes, F. M. R., Silva Campos, D., Freitas, R. H. B., Bonan, R. H. B., & Batista, A. U. D. (2018). Síndrome de Burnout em estudantes de Odontologia, Medicina e Enfermagem: uma revisão da literatura. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*, 6(2). seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/refacs/article/view/2822
- Schaufeli, W.B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., Bakker, A.B. (2002a). Burnout and engagement in university students: a Cross National Study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464-481.
- Schaufeli, W. B., Salanova, M., Gonzalez-Romae, V. & Bakker, A. (2002b). The measurement of burnout and engagement: A confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness Studies*, 3, 71-92.
- Tomaschewski-Barlem, J. G., Lunardi, V. L., Ramos, A. M., Silveira. R. S., Barlem, E. L. D., & Ernande, C. M. (2013, jul-set.). Manifestações da Síndrome de Burnout entre estudantes de graduação em enfermagem. *Texto Contexto Enferm.*, 22(3), 754-62. www.scielo.br/pdf/tce/v22n3/v22n3a23.pdf

