


## ESTRESSE E SÍNDROME DE BURNOUT EM ACADÊMICOS DO CURSO DE CIÊNCIAS CONTÁBEIS

 <https://doi.org/10.56238/arev7n4-241>

Data de submissão: 23/03/2025

Data de publicação: 23/04/2025

### **Francieli Dalla Costa Rebelatto**

Pós Graduada em MBA em Contabilidade, Controladoria e Auditoria (UNINTER)  
Graduada em Ciências Contábeis pela Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR) –  
Câmpus Pato Branco.  
E-mail: francieli.dallacosta2611@gmail.com  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4248-1044>

### **Eliane Tavares Herber**

Pós Graduada em MBA em Finanças e Controladoria (UNOPAR)  
Graduada em Bacharelado em Administração de Empresas pela Faculdade Mater Dei  
Graduada em Ciências Contábeis pela UTFPR - Câmpus Pato Branco  
Empreendedora na empresa - Clínica de Gestão Financeira  
Professora do curso de Administração - Faculdade Unochapecó - Campus São Lourenço d'Oeste  
Experiência na área de Administração e Contabilidade.  
E-mail: elianetherber@gmail.com  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4060-4653>

### **Ricardo Adriano Antonelli**

Doutor e Mestre em Contabilidade pelo Programa de Pós-Graduação em Contabilidade (PPGCONT)  
da Universidade Federal do Paraná (UFPR)  
Bacharel em Ciências Contábeis pela Universidade Tecnológica Federal do Paraná - Câmpus Pato  
Branco (UTFPR)  
Bacharel em Informática pela Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG).  
Especialista em Desenvolvimento para Ambiente de Internet utilizando Orientação a Objetos, Java e  
Banco de Dados pela UTFPR  
Experiência nas áreas de Tecnologia da Informação e Ciências Contábeis, com ênfase em  
contabilidade gerencial, sistemas de informações, análise financeira, perícia contábil, ensino em  
contabilidade, implantação de sistemas de informação e programação Java  
Perito Judicial desde o ano de 2011 atuando em causas cíveis e bancárias  
Professor do curso de Ciências Contábeis da UTFPR – Câmpus Pato Branco  
E-mail: rantonelli@utfpr.edu.br  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7606-2388>

**Sérgio Paes de Barros**

Doutor em Psicologia Social e do Trabalho pela USP - Universidade de São Paulo (2015)

Mestre em Psicologia Social do Trabalho pela USP (2010)

Psicólogo pelo Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo - IP-USP (2006)

Professor efetivo da Universidade Tecnológica Federal do Paraná - UTFPR, Campus Pato Branco

Experiência na área de Psicologia, com ênfase em Psicologia Social, atuando principalmente nos seguintes temas: Psicologia Social do Trabalho, Psicologia Organizacional e Saúde Mental no Trabalho.

Professor do Magistério Superior da UTFPR – Câmpus Pato Branco.

E-mail: [sergiobarros@utfpr.edu.br](mailto:sergiobarros@utfpr.edu.br)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1891-7103>

---

**RESUMO**

Esta pesquisa buscou avaliar a variação do nível de estresse e da síndrome de *Burnout* durante o ano letivo de 2019 dos alunos do Curso de Ciências Contábeis. A presente pesquisa classifica-se como descritiva, quantitativa e trata-se de um *survey*. Com relação aos resultados, constatou-se que os estudantes apresentaram mais sintomas nas fases de resistência e exaustão, demonstrando cronificação do estresse com o passar do ano. Com relação ao *Burnout*, ocorreu maior pontuação nos constructos Estudo e Relacionamento Pessoal, com maiores valores absolutos nos dois primeiros bimestres, apesar de não configurar discrepância estatística relevante. O estudo contribui para planejamentos de propostas pedagógicas que possibilitem a melhor reorganização das demandas acadêmicas para fins de diminuir o absenteísmo e abandono do curso.

**Palavras-chave:** Estresse. Síndrome de *Burnout*. Ciências Contábeis.

## 1 INTRODUÇÃO

Estudantes brasileiros de contabilidade, segundo Peleias, Petrucci, Garcia e Silva (2008), geralmente possuem dupla jornada, estudando e trabalhando. Assim, para grande maioria dos estudantes de Ciências Contábeis, segundo Matsuura (2008), o estudo configura extensão da jornada de trabalho.

Neste contexto, a dupla jornada pode contribuir para uma carga excessiva de obrigações, que para Campos, Köhl, Andrade e Stefano (2016), dificulta o controle dos sentimentos acumulados no dia a dia, possibilitando o surgimento do estresse, o qual pode se manifestar tanto na vida profissional quanto no convívio social.

A principal causa do adoecimento físico e mental, muitas vezes impulsionado pelo estresse, segundo Lipp (2003), é o atual modo de vida; ele é responsável por produzir consequências negativas para os indivíduos. Ainda segundo a autora, o estado de tensão causado pelo estresse é um dos problemas mais comuns que o ser humano enfrenta, caracterizado por um estado de tensão e desequilíbrio intenso no organismo, que pode desencadear diversas doenças graves, além de produzir consequências negativas para o indivíduo e para o meio social.

As razões para o surgimento do estresse são diversas, para França e Rodrigues (2012), podendo surgir por pressões do tempo e de prazos, decisões para tomar, longas jornadas e mudanças no ambiente de trabalho. Como consequência do estresse, especificamente o ocupacional, a Síndrome de *Burnout* é uma das mais importantes e corriqueiras consequências que, segundo Schmidt, Paladini, Biatol, Pais e Oliveira (2013), pode ser causada pelo estresse prolongado, cujas situações de enfrentamento utilizadas não foram suficientes.

Dentre as formas que *Burnout* pode se manifestar estão o desânimo, desesperança, cinismo, isolamento, inflexibilidade, absenteísmo, entre outros fatores que afetam a produção. Pereira, Jiménez-Moreno, Kurowski, Amorin, Cartollo, Garrosa e González (2010) indicam que *Burnout* também pode influenciar na queda da produção profissional, na qualidade do trabalho, na alta rotatividade e no aumento dos acidentes ocupacionais. Para a psicóloga do Hospital Albert Einstein, Ana Kernkraut, “o desequilíbrio na saúde do profissional provoca consequências na qualidade dos serviços prestados e na produção. Essas e outras consequências têm incitado a necessidade de investigação e investimento na qualidade de vida do indivíduo” (Isma Brasil, 2017). Diante do exposto, considerando que a dupla jornada dos estudantes, a presente pesquisa busca responder ao seguinte problema: Há variação do nível de estresse e da síndrome de *Burnout* durante o ano letivo de 2019 dos alunos do Curso de Ciências Contábeis?

A presente pesquisa é justificada pelo dia a dia dos profissionais/estudantes de Ciências Contábeis, que segundo Peleias, Guimarães, Chan e Carlotto (2017), passam por diversas situações estressoras ao longo do curso, onde são cobrados por atividades que exigem preparo prévio, como relatórios, exercícios práticos etc.

Tal situação é preocupante, segundo Trigo, Teng e Hallak (2007), pois com o passar dos anos, com um mundo mais populoso, há uma tendência de um maior número de pessoas expostas a desenvolver transtornos mentais. Para isso, os autores sugerem que há necessidade de maiores investimentos em saúde mental, sugerindo assim a importância de pesquisas com a temática do presente estudo.

Assim, essa pesquisa tem como contribuição teórica, além de realizar o confronto dos resultados alcançados com estudos precedentes, avaliar as nuances dos acadêmicos que possuem a síndrome de *Burnout* e/ou o estresse, durante o ano letivo, permitindo a identificação de estudantes em contextos mais vulneráveis.

Como contribuição prática, a presente pesquisa busca demonstrar aos envolvidos no curso de Ciências Contábeis, se há alunos que possuem síndrome de *Burnout* e/ou estresse e quais os períodos do ano em que eles estão mais vulneráveis aos estímulos estressores. É importante ressaltar que pesquisas de cunho acadêmico sobre esse assunto são fundamentais para que as instituições tenham conhecimento da situação e possam melhor se prepararem, juntamente com seu corpo docente, para ações que venham a contribuir para a saúde mental de seus discentes.

De forma geral, espera-se que a presente pesquisa se torne um instrumento de investigação sobre as vivências acadêmicas e fomenta discussões sobre o assunto, a fim de proporcionar um melhor entendimento sobre variáveis que permeiam o estresse crônico na vida acadêmica e profissional, norteando a elaboração de ações preventivas para minimizar ou até eliminar as influências negativas desses fatores na vida dos alunos e contribuir para que possam alcançar um melhor desempenho acadêmico, visando como resultado a melhoria do processo ensino-aprendizagem.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 ESTRESSE**

De acordo com Braga, Pereira e Marques (2013), a palavra “estresse” é derivada do latim *stringere* que significa, “apertar ou constranger”. Em um estudo realizado, Lipp (2003) denota que o termo estresse era utilizado apenas com o significado de aflição e adversidade no século XVII, e somente no século seguinte foi utilizado referindo-se às reações que produziam um colapso nos mecanismos de homeostase orgânica. Ainda segundo o referido estudo, apenas em 1951 o estresse foi

definido como uma resposta do organismo para situações estressoras, a qual possui três fases: alerta, resistência e exaustão.

A fase de alerta é considerada a fase funcional do estresse, pois há produção de adrenalina, aumento nas respostas de adaptação e consequente aumento nas chances de sobrevivência. Na fase de resistência, o indivíduo procura lidar com os fatores estressores por um período prolongado de tempo e, caso persistam, ocasiona-se uma diminuição na resistência do indivíduo e aparecimento de diversos sintomas. Nesta segunda fase o estresse vai deixando de ser funcional e passa a ser disfuncional. Caso o organismo não volte à homeostase, ao equilíbrio inicial, devida à persistência contínua dos fatores geradores de estresse, o indivíduo pode entrar na fase de exaustão, que inclui doenças graves como enfarte, úlceras, psoríase, depressão e outros (Lipp, 2003).

Segundo Guimarães (2014), os estímulos estressores podem ser variados ao longo da vida, seja por conta da vida contemporânea estressante, pelas mudanças de valores, excesso de competição e cobranças.

Na literatura, algumas pesquisas buscam avaliar o estresse dos estudantes de Ciências Contábeis como, por exemplo, Rezende, Miranda, Pereira e Cornacchione Jr (2017) que, por meio da Escala de Estresse Percebido (PSS), foi possível identificar que mais da metade dos estudantes de contabilidade apresentaram um nível alto e muito alto de estresse, com 48,87% e 6,8% respectivamente, e apenas 4,21% com um nível considerado baixo. Neste estudo, encontrou-se associação significativa do nível de estresse com o desempenho acadêmico.

Segundo pesquisa Peleias (2017), 81,4% estudantes de Ciências Contábeis declararam, além de estudar, trabalhar oito horas por dia, caracterizando a dupla jornada. Destes, 46,3% relataram exaustão emocional, 11,2% descrença ou despersonalização e 31,3% alteração na eficácia profissional.

Nesta mesma linha, Silva, Pereira e Miranda (2018) analisaram 684 estudantes de Ciências Contábeis e Administração matriculados em uma instituição de ensino superior pública federal, e identificaram que 51,17% dos estudantes encontravam-se altamente estressados, e somente 2,78% demonstravam níveis baixos de estresse.

## 2.2 SÍNDROME DE *BURNOUT*

Na visão de Freudenberger (1975), *Burnout* significa chegar à exaustão. Segundo Harrison (1999), a síndrome de *Burnout* é o resultado do estresse crônico, típico do cotidiano do trabalho com estresse contínuo. A síndrome de *Burnout* surge em um processo constante, gradual e acumulativo, sendo capaz de chegar a um estado elevado de gravidade e sua evolução pode levar anos, até mesmo

décadas (Alvarez, Blanco, Aguado, Ruíz, Cabaco, Sánchez, Alonso, & Bernabé, 1993; Delgado, 1995; Rudow, 1999).

Para Freudenberg (1975), quanto mais energia e dedicação um indivíduo atribuir para realização de determinada tarefa, caso não consiga obter êxito, maior se torna a possibilidade de frustração e exaustão.

De acordo com Carlotto (2002), a síndrome de *Burnout*, é composta por três dimensões: a exaustão emocional; a descrença ou despersonalização e a baixa realização pessoal no trabalho. A exaustão emocional, para Maslach, Shaufeli e Leiter (2001), é o principal indicador da presença de *Burnout*, pois está diretamente relacionado ao excesso de trabalho, desgaste físico e emocional, bem como sentimentos de estresse. Já a descrença é caracterizada pela indiferença e insensibilidade frente as atividades e colegas de trabalho, enquanto que, segundo Maslach (2005), o agravamento deste quadro levará à terceira dimensão da síndrome, a baixa realização pessoal e profissional, com sentimento de frustração e incapacidade.

Especificamente em 126 alunos de Ciências Contábeis, Lima, Meurer, Lopes e Antonelli (2019) avaliaram a Síndrome de *Burnout* e constataram que, no último ano da graduação, são maiores em relação aos demais, de modo que, o grau da *Burnout* não é diferentemente significativo entre os alunos que possuem maior ou menor desempenho acadêmico. Ainda, os autores constataram que os respondentes do sexo feminino apresentaram níveis mais elevados de *Burnout* e também melhor desempenho acadêmico.

No meio profissional, Loaiza e Peña (2013) constataram níveis consideráveis de estresse e *Burnout* entre contadores públicos da Colômbia. É importante destacar que, no contexto brasileiro, as pesquisas têm constatado que o profissional contábil enfrenta problemas relacionados ao estresse desde a sua formação, conforme achados de Guimarães (2014), Campos *et al.* (2016) e Peleias *et al.* (2017), o que de certa forma traz uma maior preocupação pela saúde mental destes futuros profissionais.

### 3 METODOLOGIA DA PESQUISA

O instrumento utilizado para a coleta de dados constituiu em um questionário, composto por três blocos. O primeiro bloco refere-se ao estresse, o segundo refere-se à síndrome de *Burnout* e o terceiro diz respeito às características dos respondentes. Juntamente com o questionário, os respondentes responderam ao termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), o qual foi entregue junto com o questionário, concordando em participar da pesquisa.

O Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL) (Lipp, 2000), do primeiro bloco do questionário, é composto por três quadros referente às quatro fases do estresse e possui uma lista de sintomas físicos e psicológicos, que permite a identificação do estresse no estudante.

No quadro 1 do instrumento avalia-se a fase de alerta, na qual o acadêmico deve assinalar os sintomas que experimentou nas últimas 24 horas. No quadro 2, avalia-se a fase de resistência e de quase exaustão, onde o aluno deve assinalar os sintomas que tem experimentado na última semana. Já no quadro 3, é possível diagnosticar o estresse no acadêmico, sendo analisado neste a fase de exaustão. Pede-se ao estudante para que indique os sintomas que tem experimentado no período de um mês.

O segundo bloco avalia a síndrome de *Burnout* por meio do *Copenhagen Burnout Inventory – Student Version* (CBI-S) do estudo de Campos, Carlotto e Marôco (2013), que foi traduzido, adaptado e validado para a utilização no Brasil, com base no instrumento original denominado *Copenhagen Burnout Inventory* (CBI) de Kristensen, Borritz, Villadsen e Christensen (2005), o qual foi desenvolvido no Centro Nacional de Pesquisa do Ambiente de Trabalho na Dinamarca.

Nesse sentido, o CBI-S tem como objetivo identificar a presença de *Burnout* nos acadêmicos respondentes, por meio de 25 questões em que o estudante deve informar seu grau de concordância ou discordância, se nunca, raramente, às vezes, frequentemente ou sempre presencia os sentimentos e emoções listados. Adicionalmente, foi acrescentada uma questão aberta para o respondente citar três pontos que mais lhe afetam negativamente em relação ao estudo.

Já o terceiro e último bloco é constituído por questões de caracterização do respondente, sendo elas: idade, sexo, filhos, estado civil, período do curso, se possui outra graduação, se possui vínculo empregatício, área de atuação profissional e sua percepção de capacitação no exercício da profissão.

Dos 156 alunos regularmente matriculados, os dados foram coletados por meio da aplicação de questionário no final de cada um dos quatro bimestres letivos, de modo que a primeira coleta foi realizada entre os dias 29/04/2019 a 08/05/2019 com 129 respostas recebidas; a segunda entre 08/07/2019 a 11/07/2019 (111 respostas); a terceira entre 30/09/2019 a 03/10/2019 (102) e última coleta nos os dias 02/12/2019 a 04/12/2019 (74).

Para o cálculo do nível de estresse considerou-se a quantidade de sintomas marcados por cada respondente e, em seguida, foi calculado qual era a porcentagem que representavam do total de respondentes.

Verificou-se a normalidade dos dados aplicando o teste de *Kolmogorov-Smirnov*, o qual indicou a não normalidade dos dados, tornando necessário o uso de testes não paramétricos para avaliar as diferenças das médias dos dados analisados. Assim, para verificar se há diferenças entre as



médias dos sintomas de estresse e síndrome de *Burnout* durante os bimestres analisados, aplicou-se o teste Anova de *Friedmann*, com o teste *post-hoc* de Sinais de *Wilcoxon* com correção de *Bonferroni*.

#### 4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Primeiramente, com relação ao perfil dos respondentes, a amostra da pesquisa possui mais respondentes do sexo feminino, representando 56% do total; dentre os respondentes, 77% são solteiros, 22% são casados e apenas 1% se declarou como divorciado no momento da pesquisa. Ainda, 80% dos respondentes informaram não possuir outra graduação, acompanhando a resposta em relação aos filhos, onde 91% informaram não os possuir.

A amostra também se divide entre alunos de até 19 anos, representando 31% dos respondentes, 20 até 21 anos representando 21% dos alunos, já 28% dos respondentes se concentram na idade de 22 até 26 anos e os demais, 20%, informaram ter entre 27 e 39 anos no momento da pesquisa.

Com relação ao vínculo empregatício, a amostra dividiu-se em estudantes que, no momento da pesquisa, não trabalhavam, sendo esses 10% dos respondentes, e estudantes que possuíam vínculo empregatício representando 78% dos respondentes. As demais respostas referentes a essa questão foram classificadas em variáveis, onde 4% responderam em metade das coletas que possuíam vínculo empregatício, e a outra metade não, predominantemente sim para os que na maior parte das coletas esteve empregado, com índice de 7% predominantemente não para os que na maior parte da amostra responderam que não possuíam emprego, representando apenas 1% dos respondentes.

Quando perguntados se se sentiam capacitados para o exercício de sua profissão é possível observar que 2% dos respondentes informaram não se sentir capazes no momento da coleta dos dados, e 78% informaram que sim, se sentindo capazes de realizar a sua atividade profissional. Os demais respondentes foram divididos em predominantemente não, onde 5% dos alunos informaram que não se sentiam capacitados na maior parte das coletas de dados, predominantemente sim, onde 10% dos alunos informaram que sim, se sentiam capacitados na maior parte das respostas; e variável onde 5% dos alunos responderam que se sentiam capacitados em metade das coletas da amostra e que não se sentiam capacitados na outra metade.

Na sequência, para a análise e discussão dos dados neste capítulo serão divididos em três tópicos: (i) análise do nível de estresse dos acadêmicos, (ii) análise da síndrome de *Burnout* nos acadêmicos e; (iii) análise da relação da síndrome de *Burnout* com o estresse.



#### 4.1 ANÁLISE DO NÍVEL DE ESTRESSE DOS ACADÊMICOS

O quadro 1 do ISSL do primeiro bloco do questionário, do instrumento de pesquisa, compreendem 12 sintomas físicos e 3 psicológicos. Nesse quadro os respondentes assinalaram os sintomas experimentados nas últimas 24 horas. Este quadro levanta a incidência da Fase de Alarme de estresse, ocorrida após o contato com algum estímulo que desencadeie a resposta do organismo. A amostra apresentada na Tabela 1 traz os sintomas indicados pelos alunos para os quatro bimestres analisados.

Tabela 1  
*Sintomas Totais Quadro 1*

Questões	1º bimestre	2º bimestre	3º bimestre	4º bimestre
Q1A.1 Mãos e pés frios	27%	53%	11%	12%
Q1A.2 Boca seca	24%	35%	28%	23%
Q1A.3 Nó no estômago	31%	31%	25%	33%
Q1A.4 Aumento de sudorese (muito suor, suadeira)	24%	17%	29%	23%
Q1A.5 Tensão muscular	52%	50%	52%	51%
Q1A.6 Aperto da mandíbula / Ranger os dentes	31%	26%	19%	30%
Q1A.7 Diarreia passageira	8%	4%	8%	10%
Q1A.8 Insônia (dificuldade para dormir)	32%	32%	32%	33%
Q1A.9 Taquicardia (batedeira no peito)	13%	15%	9%	11%
Q1A.10 Hiperventilação (respirar ofegante, rápido)	11%	14%	13%	11%
Q1A.11 Hipertensão arterial súbita e passageira (pressão alta)	2%	4%	1%	3%
Q1A.12 Mudança de apetite	28%	27%	32%	38%
Q1A.13 Aumento súbito de motivação	27%	19%	19%	21%
Q1A.14 Entusiasmo súbito	28%	17%	10%	11%
Q1A.15 Vontade súbita de iniciar novos projetos	25%	16%	15%	16%

Fonte: elaborada pelos autores

A tensão muscular apareceu como o principal sintoma indicado durante todos os períodos, atingindo em 50% e 52% dos respondentes, sendo que apenas no 2º bimestre não foi o sintoma com maior índice, da mesma forma que insônia está presente em todos os períodos, sempre com altos índices. Já mudança de apetite é percebido somente nos dois últimos bimestres, bem como nó no estômago e aumento de sudorese.

Já para os menores índices indicados pelos estudantes pode-se observar que hipertensão arterial está entre os menos citados, com variação de 1% a 4% nos bimestres, seguido de diarreia passageira com variação de 4% a 10% durante o ano, hiperventilação (respiração ofegante) sendo marcado por 11% a 14% dos alunos e taquicardia indicado por 9% a 15% dos alunos ao longo dos bimestres.

O quadro 2 do ISSL é composto por um total de 15 sintomas, onde os estudantes deveriam marcar sintomas experimentados na última semana, buscando levantar a incidência do estresse de resistência, aquele que já acomete a pessoa há algum tempo e começa a trazer prejuízos ao

desempenho. Nesse quadro a quantidade de respostas assinaladas nos quatro bimestres analisados é indicada a seguir:

Tabela 2  
*Sintomas Totais Quadro 2*

Questões	1ºbimestre	2º bimestre	3º bimestre	4º bimestre
Q2A.1 Problemas com a memória	50%	48%	51%	58%
Q2A.2 Mal-estar generalizado, sem causa específica	27%	26%	24%	19%
Q2A.3 Formigamento das extremidades	9%	11%	12%	19%
Q2A.4 Sensação de desgaste físico constante	59%	58%	57%	49%
Q2A.5 Mudança de apetite	30%	27%	33%	38%
Q2A.6 Aparecimento de problemas dermatológicos (de pele)	21%	19%	18%	11%
Q2A.7 Hipertensão arterial (pressão alta)	2%	4%	2%	1%
Q2A.8 Cansaço constante	71%	56%	63%	67%
Q2A.9 Aparecimento de úlcera	2%	3%	1%	0%
Q2A.10 Tontura / sensação de estar flutuando	23%	19%	23%	23%
Q2A.11 Sensibilidade excessiva (muito nervoso)	43%	41%	36%	37%
Q2A.12 Dúvida quanto a si próprio	35%	38%	27%	42%
Q2A.13 Pensar constantemente em um só assunto	44%	43%	41%	38%
Q2A.14 Irritabilidade excessiva	43%	47%	38%	45%
Q2A.15 Diminuição da libido (sem vontade de sexo)	11%	13%	8%	10%

Fonte: elaborada pelos autores

Os sintomas mais presentes no cotidiano estudantil na semana anterior a coleta de dados são o cansaço constante, chegando a atingir 71% dos alunos, a sensação de desgaste físico constante, apresentando 59% como seu maior índice, e problemas com a memória que atingiu até 58% dos estudantes, estes sintomas podem afetar diretamente o desempenho do aluno nos testes de final de período, bem como sua produtividade no âmbito profissional. Em seguida observa-se o pensar constantemente em um só assunto, a sensibilidade excessiva e a irritabilidade excessiva como sentimentos recorrentes na última semana. Esta segunda fase de estresse, chamada de estresse de resistência, para fins de análise, é a fase a partir da qual se considera que as pessoas estão com um quadro de prejuízo na saúde e na entrega de desempenho.

Na sequência, o quadro 3 do ISSL é composto por 23 sintomas que devem ser assinalados caso experimentados durante o mês antecedente. Este quadro busca levantar sintomas da terceira fase de estresse, o estresse de exaustão, na qual a pessoa passa a apresentar severos prejuízos em sua qualidade de vida. A quantidade de respostas marcadas pelos estudantes nos quatro bimestres é indicada a seguir:

Tabela 3  
*Sintomas totais Quadro 3*

Questões	1ºbimestre	2º bimestre	3º bimestre	4º bimestre
Q2A.1 Diarreia frequente	6%	2%	1%	0%
Q2A.2 Dificuldades sexuais	6%	4%	0%	3%

Q2A.3	Insônia (dificuldade para dormir)	33%	28%	28%	34%
Q2A.4	Náusea	13%	12%	11%	11%
Q2A.5	Tiques	20%	13%	16%	12%
Q2A.6	Hipertensão arterial continuada (pressão alta)	1%	3%	1%	1%
Q2A.7	Problemas dermatológicos prolongados (de pele)	16%	11%	13%	14%
Q2A.8	Mudança extrema de apetite	14%	17%	15%	25%
Q2A.9	Excesso de gases	12%	7%	6%	5%
Q2A.10	Tontura frequente	14%	11%	8%	14%
Q2A.11	Úlcera	2%	3%	0%	0%
Q2A.12	Enfarte	0%	0%	0%	0%
Q2A.13	Impossibilidade de trabalhar	4%	1%	3%	7%
Q2A.14	Pesadelos	16%	15%	19%	12%
Q2A.15	Sensação de incompetência em todas as áreas	32%	31%	28%	30%
Q2A.16	Vontade de fugir de tudo	49%	39%	39%	45%
Q2A.17	Apatia, depressão ou raiva prolongada	21%	18%	18%	16%
Q2A.18	Cansaço excessivo	64%	58%	51%	55%
Q2A.19	Pensar / Falar constantemente em um só assunto	28%	30%	27%	32%
Q2A.20	Irritabilidade sem causa aparente	38%	45%	41%	47%
Q2A.21	Angústia / Ansiedade diária	51%	44%	40%	45%
Q2A.22	Hipersensibilidade emotiva	23%	22%	19%	23%
Q2A.23	Perda do senso de humor	32%	30%	26%	49%

Fonte: elaborada pelos autores

Dos 23 sintomas, 22 são mencionados em algum momento, sendo predominantemente sentidos nos últimos 30 dias o cansaço excessivo, irritabilidade sem causa aparente, perda do senso de humor, angústia/ansiedade diária, vontade de fugir de tudo e insônia, todos sintomas indicados por 30% ou mais dos respondentes.

Dos 53 sintomas físicos e psicológicos presentes na pesquisa, apenas o sintoma enfarte não foi marcado em nenhum momento, ou seja, os estudantes vivenciaram pelo menos 3 ou mais sintomas do estresse, em todas as suas três fases, durante o período acadêmico de 2019. Embora exista um índice grande de sintomas assinalados em todos os bimestres, de acordo o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL) (Lipp, 2000), para se identificar em qual fase de estresse o respondente está, é necessário considerar a quantidade de sintomas assinalados em cada quadro. Neste sentido, os estudantes que marcaram 7 ou mais sintomas no quadro 1, caracterizaram a presença da Fase de Alarme de Estresse; os estudantes que marcaram 4 ou mais sintomas no quadro 2 indicaram estar na Fase de Resistência e aqueles que indicaram 7 ou mais sintomas no quadro 3 demonstraram ter atingido a Fase de Exaustão. A Tabela 4 a seguir traz um panorama dos níveis de estresse identificados.

Tabela 4  
*Índice geral de alunos estressados*

Fase	1º bimestre	2º bimestre	3º bimestre	4º bimestre
Alerta	12%	8%	8%	7%
Resistência	56%	46%	38%	31%
Exaustão	17%	11%	10%	12%

Fonte: elaborada pelos autores

Nos dados apresentados na Tabela 4 é possível observar que, nos quatro bimestres, os alunos estão predominantemente na fase de resistência, fase esta que o indivíduo possui sensação de desgaste generalizado, sem causa aparente, com dificuldades de memória (Silva & Martinez, 2005).

Ainda na Tabela 4 percebe-se que, no decorrer dos bimestres, há uma gradativa diminuição percentual dos indivíduos nas três fases relacionadas, porém observa-se mais de 10% em todos os bimestres de estudantes na fase de exaustão, o estresse crônico, também conhecido como síndrome de *Burnout*.

Os achados anteriores vão de encontro com os estudos de Thomaz, Rocha e Neto (2011), que constatou 61% dos estudantes analisados teriam sentido algum tipo de estresse ou sintoma, e de Lameu, Salazar e Souza (2016), encontrando uma prevalência de estresse de 50% entre os estudantes universitários pesquisados, apontando que 59,30% dos alunos indicaram necessitar de atendimento psicológico.

Considerando a não normalidade dos dados após os testes estatísticos não paramétricos, aplicou-se o teste Anova de *Friedmann*, onde foram identificadas diferenças, sendo necessário fazer testes *post-hoc* para averiguar em que bimestres as diferenças são significativas. Os testes dos Sinais de *Wilcoxon* com correção de *Bonferroni* foram realizados, e os resultados são observados a seguir:

Tabela 5  
Diferenças de médias Quadro 1

Média	1º bimestre	2º bimestre	3º bimestre	4º bimestre	Resultado ANOVA Friedman
	3,36	2,80	2,19	1,72	≠
Testes <i>post-hoc</i> - Sinais de <i>Wilcoxon</i> com correção de <i>Bonferroni</i>					
	Comparações				Resultado Teste de Sinais
1-2	3,36	2,80			≠
1-3	3,36		2,19		≠
1-4	3,36			1,72	≠
2-3		2,80	2,19		≠
2-4		2,80		1,72	≠
3-4			2,19	1,72	≠

Fonte: elaborada pelos autores

Inicialmente compararam-se as respostas obtidas para cada bimestre, do quadro 1, segundo a Anova de *Friedman* o 1º bimestre traz as maiores médias se comparado com todos os demais bimestres, ou seja, os sintomas de estresse predominam no início do ano e passam a reduzir gradativamente nos demais períodos, além disso, todos os bimestres são estatisticamente diferentes entre si.

Para o quadro 2, que analisa a fase de resistência e quase exaustão, os resultados são similares aos do bloco anterior, no entanto as médias são maiores. A Tabela 6 a seguir apresenta a relação entre eles.

Tabela 6  
*Diferenças de médias para o Quadro 2*

Média	1º bimestre	2º bimestre	3º bimestre	4º bimestre	Resultado anova Friedman
	4,33	3,55	3,12	2,43	≠
Testes <i>post-hoc</i> - Sinais de Wilcoxon com correção de Bonferroni					
	Comparações				Resultado Teste de Sinais
1-2	4,33	3,55			≠
1-3	4,33		3,12		≠
1-4	4,33			2,43	≠
2-3		3,55	3,12		≠
2-4		3,55		2,43	≠
3-4			3,12	2,43	≠

Fonte: elaborada pelos autores

Segundo a Tabela 6, todos os bimestres contêm diferenças, algumas com maiores discrepâncias, que é o caso da comparação entre o 1º bimestre com o 4º bimestre, onde a média de sintomas está praticamente dobrada. Assim, da mesma forma que a análise do quadro 1, observa-se uma tendência de maiores sintomas nos bimestres iniciais.

Já para o quadro 3 do instrumento de pesquisa, que apresenta a análise do estresse na sua fase crítica, a fase de exaustão, a Tabela 7 apresenta os dados coletados a seguir, por bimestre.

Tabela 7  
*Diferenças de médias para o Quadro 3*

Média	1º bimestre	2º bimestre	3º bimestre	4º bimestre	Resultado ANOVA Friedman
	4,56	3,46	2,96	2,54	≠
Testes <i>post-hoc</i> - Sinais de Wilcoxon com correção de Bonferroni					
	Comparações				Resultado Teste de Sinais
1-2	4,56	3,46			≠
1-3	4,56		2,96		≠
1-4	4,56			2,54	≠
2-3		3,46	2,96		≠
2-4		3,46		2,54	≠
3-4			2,96	2,54	≠

Fonte: elaborada pelos autores

Nesse caso é possível observar, que novamente, as médias diminuem gradativamente ao longo do ano, onde o 1º bimestre apresenta a maior média, de 4,56 e o 4º bimestre apresenta a menor média, de 2,54, o que para o teste realizado significa que há pouca similaridade entre os períodos analisados.

O início do ano aparece como a época mais estressante. As médias aumentam gradativamente a cada fase do estresse analisada, chegando no seu maior índice na terceira fase, a fase de exaustão, o que pode ser considerado um dado preocupante, uma vez que a fase do estresse que apresenta a maior média é onde o respondente se encontra com estresse crônico, também conhecido como síndrome de *Burnout*.

## 4.2 ANÁLISE DA SÍNDROME DE *BURNOUT*

Com relação ao segundo bloco do instrumento de pesquisa, as variações nas medidas da síndrome de *Burnout* geral durante as quatro coletas incidem entre 28 e 102, sendo esses o menor e o maior nível respectivamente. Consideram-se esses números, pois cada constructo é separado em questões, onde *Burnout* relacionado aos estudos possui 7 afirmativas, e 6 nas demais questões. Efetuando a soma de cada resposta que variava entre 1 a 5, foi possível obter os dados apresentados na Tabela 8.

Tabela 8  
*Estatísticas descritivas com relação a síndrome de Burnout no 1º bimestre*

<b><i>Burnout</i></b>	<b>1º bimestre</b>	<b>Média</b>	<b>Média por questão do constructo</b>
Pessoal	6 a 30	17,57	2,93
Relacionado aos estudos	10 a 32	19,02	2,72
Relacionado aos colegas	6 a 26	10,80	1,80
Relacionado aos professores	6 a 24	9,83	1,64
<i>Burnout</i> total	36 a 102	57,22	2,29

Fonte: elaborada pelos autores

Na Tabela 8, da mesma forma que nas tabelas seguintes, para efetuar a comparação dos níveis da síndrome de *Burnout* por constructo, utilizou-se como base a coluna “média”, em que se efetuou a soma das médias por questão e na sequência a divisão do resultado pelo número de questões somadas.

Assim, na Tabela 8, é possível observar que os acadêmicos apresentaram, no 1º bimestre, média de *Burnout* pessoal de 17,57. Nesse quesito, obteve-se como menor nível apontado 6 e o maior nível 30. Quanto ao *Burnout* relacionado aos estudos, apresentou-se 10 no menor valor e 32 no maior valor, sendo a média do período analisado 19,02. Com relação ao *Burnout* relacionado aos colegas, foi verificado um grau médio de 10,80, tendo um nível mínimo de 6 e máximo de 26. Já no *Burnout* relacionado aos professores, o grau médio encontrado foi de 9,83 e o nível mínimo de 6 a 24. Ao efetuar a comparação dos níveis da síndrome de *Burnout* entre constructos, foi possível observar que *Burnout* pessoal apresentou o maior nível médio (2,93), seguido de *Burnout* relacionado aos estudos (2,72), relacionado aos colegas (1,80), e quanto ao *Burnout* relacionado aos professores, o nível médio apresentado foi de (1,64).

Na segunda coleta, a média encontrada no quesito *Burnout* pessoal foi de 14,54, e os níveis variaram de 7 a 30. No *Burnout* relacionado aos estudos obteve-se a média de 16,30, sendo o nível mínimo 11 e o nível máximo 35. Com relação ao *Burnout* relacionado aos colegas, a média foi de 9,27, onde o menor nível foi 6 e o maior nível 23. Quanto ao *Burnout* relacionado aos professores, a média apresentada foi de 8,34 e os níveis de 6 a 29 sendo o menor e maior respectivamente. De acordo com os dados apresentados, a média por questão do constructo demonstra que o *Burnout* pessoal

apresentou (2,42), quanto ao *Burnout* relacionado aos estudos, o nível médio foi de (2,33), na sequência, *Burnout* relacionado aos colegas (1,55) e *Burnout* relacionado aos professores (1,39), conforme dados a seguir.

Tabela 9  
*Estatísticas descritivas com relação a síndrome de Burnout no 2º bimestre*

<b>Burnout</b>	<b>2º bimestre</b>	<b>Média</b>	<b>Média por questão do constructo</b>
Pessoal	7 a 30	14,54	2,42
Relacionado aos estudos	11 a 35	16,30	2,33
Relacionado aos colegas	6 a 23	9,27	1,55
Relacionado aos professores	6 a 29	8,34	1,39
<i>Burnout</i> total	36 a 99	48,44	1,94

Fonte: elaborada pelos autores

Ao analisar a Tabela 10, referente ao 3º bimestre, observou-se a média 13,38 com relação ao *Burnout* pessoal onde 6 foi o nível mínimo encontrado e 30 o nível máximo. Sobre a relação de *Burnout* com os estudos, o grau médio encontrado foi de 15,57, o menor nível foi de 9 e o maior de 33. Já no *Burnout* relacionado aos colegas, a média apresentada foi de 8,79, e obteve-se como menor nível 6 e maior nível 27. Quanto ao *Burnout* relacionado aos professores, a média encontrada foi de 7,64, o menor nível encontrado 6 e o maior foi 24. Analisando a média do constructo relacionado ao *Burnout* pessoal, apresentou um nível de (2,23), referente ao *Burnout* relacionado aos estudos (2,22), relacionado aos colegas (1,47) e relacionado aos professores (1,27), conforme a tabela apresentada a seguir.

Tabela 10  
*Estatísticas descritivas com relação a síndrome de Burnout no 3º bimestre*

<b>Burnout</b>	<b>3º bimestre</b>	<b>Média</b>	<b>Média por questão do constructo</b>
Pessoal	6 a 30	13,38	2,23
Relacionado aos estudos	9 a 33	15,57	2,22
Relacionado aos colegas	6 a 27	8,79	1,47
Relacionado aos professores	6 a 24	7,64	1,27
<i>Burnout</i> total	28 a 105	45,38	1,82

Fonte: elaborada pelos autores

Na sequência, a última coleta referente ao 4º bimestre, com relação ao *Burnout* pessoal, obteve-se a média de 10,30 e os níveis mínimo e máximo de 7 e 30. Quanto ao *Burnout* relacionado aos estudos, a média apresentada foi de 11,71 sendo o menor nível 8 e o maior nível 33. Referente ao *Burnout* relacionado aos colegas, a média foi de 6,61 a menor entre todos os períodos analisados, e os níveis encontrado foram de 5 e 29. Já com relação ao *Burnout* relacionado aos professores, o grau médio foi de 5,80, onde o valor mínimo foi 6 e o valor máximo foi 23. Quanto à média por questão do constructo, *Burnout* pessoal apresentou (1,72), *Burnout* relacionado aos estudos obteve um nível



de (1,67), com relação aos colegas (1,10) e por fim *Burnout* relacionado aos professores (0,97) como demonstra a Tabela 11.

Tabela 11  
*Estatísticas descritivas com relação a síndrome de Burnout no 4º bimestre*

<i>Burnout</i>	<b>4º bimestre</b>	<b>Média</b>	<b>Média por questão do constructo</b>
Pessoal	7 a 30	10,30	1,72
Relacionado aos estudos	8 a 33	11,71	1,67
Relacionado aos colegas	5 a 29	6,61	1,10
Relacionado aos professores	6 a 23	5,80	0,97
<i>Burnout total</i>	32 a 102	34,42	1,38

Fonte: elaborada pelos autores

Diante das informações apresentadas anteriormente, e de acordo com as afirmativas de Kristensen *et al.* (2005), referente ao *Burnout* pessoal e ao *Burnout* relacionado aos os estudos, é possível observar que os alunos respondentes da presente pesquisa apresentaram acentuados sintomas de exaustão física e psicológica nos três primeiros bimestres analisados, porém, já com relação a última coleta referente ao 4º bimestre, observa-se uma baixa nos níveis por constructo em todos os quesitos, isso pode ter ocorrido pelo fato da amostra pesquisada ser menor nesse período com relação aos bimestres anteriores. Neste caso, o número menor de respondentes pode indicar que o estresse de exaustão fez com que aqueles com altos índices de estresse faltassem mais às aulas, de maneira que não pudessem ter alvos da aplicação do questionário, o que é compreensível, visto que a Síndrome de Burnout envolve o progressivo esgotamento da capacidade de estudar e trabalhar.

Com a intenção de analisar se houve variação referente à síndrome de *Burnout* e seus constructos durante o período de coleta de dados, aplicou-se o teste Anova e obteve-se o resultado apresentado na Tabela 12.

Tabela 12  
*Diferenças de médias para síndrome de Burnout*

<i>Burnout</i>	<b>1º Bimestre</b>	<b>2º Bimestre</b>	<b>3º Bimestre</b>	<b>4º Bimestre</b>	<b>Resultado ANOVA Friedman</b>
Pessoal	3,19	3,11	3,15	3,26	=
Relacionado aos estudos	2,98	3,00	3,17	3,17	=
Relacionado aos colegas	1,97	1,99	2,08	2,08	=
Relacionado aos professores	1,78	1,79	1,80	1,84	=
<i>Burnout total</i>	<b>2,50</b>	<b>2,49</b>	<b>2,57</b>	<b>2,61</b>	=

Fonte: elaborada pelos autores

Pode-se afirmar que a síndrome de *Burnout* não apresentou variação no decorrer do ano letivo de 2019, pois o resultado do teste Anova demonstra que não existem diferenças estatisticamente significativas durante os bimestres analisados. Ainda, o instrumento para coleta de dados permitiu que

os respondentes pudessem citar, de maneira descritiva, três pontos que mais lhe afetavam negativamente em relação ao estudo, com isso identificou-se uma concentração de respostas relacionadas com cansaço, sobrecarga e falta de tempo.

Os acadêmicos do 1º ano evidenciaram a falta de tempo como o principal fator que os afetava negativamente enquanto estudante, seguido de cansaço físico, nervosismo, falta de atenção, falta de concentração, desmotivação e procrastinação.

Para os respondentes do 2º ano a falta de tempo também se caracterizou como fator negativo a vida acadêmica, seguido do cansaço físico e mental, a sobrecarga de trabalhos e provas ao mesmo tempo, desmotivação, ausência de sono e por fim, a distância da casa até a universidade figurou como fator que afeta negativamente o acadêmico.

Os pontos citados pelos alunos do 3º ano são similares aos já citados anteriormente, onde a falta de tempo foi citada pelos respondentes como principal fator impeditivo de produtividade acadêmica, seguida de cansaço físico e mental, excesso de provas e trabalhos, desmotivação e cobranças excessivas.

Para os alunos do 4º ano os fatores que afetavam negativamente o desempenho são a falta de tempo, o cansaço físico e mental, excesso de provas e trabalhos, desmotivação e, por fim, desvio de atenção/falta de concentração.

Com a intenção de efetuar a comparação do nível médio de *Burnout* com pesquisas realizadas anteriormente, foram listados estudos que aplicaram o instrumento CDI, conseguindo assim avaliar a síndrome de *Burnout* em uma amostra de colaboradores dos serviços humanos, como demonstrado na Tabela 13.

Tabela 13  
*Valores médios do CBI de estudos precedentes*

Autor(es)	Ano	<i>Burnout</i> Pessoal	<i>Burnout</i> relacionado ao trabalho/estudo
		Média	Média
Borritz e Kristensen	2001	35,90	33,00
Winwood e Winefield	2004	40,90	36,60
Williams	2007	44,59	42,23
Quinn	2007	44,00	45,40
Milfont, Denny, Ameratunga, Robinson e Merry	2008	43,00	41,50
Shimizutani, Odagiri, Ohya, Shimomitsu, Kristensen, Matura e Iimori	2008	54,50	50,40
Wahl	2008	44,06	46,79
Liljegren e Ekberg	2008	44,10	38,40
Benson, Sammour, Neuhaus, Findlay e Hill	2009	39,50	35,50
Tsai, Huang e Chan	2009	51,92	51,98
Tsai e Chan	2010	49,97	51,36
Fonte	2011	41,63	44,67
Lima <i>et al.</i>	2019	20,43	21,66
Dados da pesquisa	2020	48,07	53,82
<b>Média Geral</b>		<b>43,04</b>	<b>42,38</b>

Fonte: elaborada pelos autores

Realizando a comparação da presente pesquisa com estudos anteriores, verificou-se que os dados apresentados por Williams (2007), Shimizutani et al. (2008), Tsai, Huang e Chan (2009) e Tsai e Chan (2010) demonstram as maiores médias com relação ao *Burnout* pessoal. Já em relação ao *Burnout* relacionado ao trabalho/estudos, as pesquisas que apresentaram as médias mais elevadas foram de Quinn (2007), Shimizutani *et al.* (2008), Tsai, Huang e Chan (2009) e Tsai e Chan (2010).

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa evidenciou a presença de estresse em determinados períodos do ano, principalmente no primeiro e no segundo bimestres, predominando os sentimentos de cansaço excessivo, tensão muscular e problemas de memória. Esses sentimentos e sensações, aliados com a rotina profissional podem indicar dificuldade de adaptação ao cotidiano universitário, causando, consequentemente, desistência e/ou baixo desempenho, tanto na vida acadêmica quanto na vida profissional. Ainda existe a possibilidade dos alunos que finalizam a graduação com altos níveis de estresse não avançarem os estudos, ou mesmo apresentar um baixo desempenho profissional.

Com base nos dados apresentados, identificou-se que 17% dos estudantes se encontravam estressados no 1º bimestre (fase exaustão), que pode ser resultado da intensa rotina de estudo e trabalho, pois grande parte dos estudantes mantém atividade profissional juntamente com a graduação. Identificou-se também que a maior quantidade de estudantes se encontra na fase de resistência no 1º bimestre, onde, de acordo com as respostas informadas, 56% deles apresentam sintomas compatíveis com esta segunda fase de estresse.

Em relação ao nível de *Burnout* encontrado nos estudantes, assim como nos índices de estresse, é possível observar que no 1º e 2º bimestres do ano há um índice mais elevado de alunos com *Burnout*, em relação ao 3º e 4º bimestres. Ainda em relação aos sentimentos e sintomas mais vivenciados pelos respondentes, nota-se que no 2º bimestre o cansaço em geral atinge 33,33% dos estudantes, podendo ser subdividido em cansaço físico que atinge 26,09% e cansaço emocional, vivenciado por 21,74% dos alunos nesse bimestre. Nos demais bimestres estes ainda são os sintomas mais frequentes, porém em níveis de menor representatividade.

Os altos níveis de *Burnout* evidenciam o impacto da dupla jornada vivenciada pelos respondentes. É possível observar também que os menores índices de *Burnout* encontrados estão relacionados aos colegas e aos professores.

Quando confrontados com estudos anteriores, os resultados da presente pesquisa condizem com as informações encontradas pelos autores, pois possuem o nível médio mais alto no quesito *Burnout* pessoal e na sequência está o *Burnout* relacionado ao trabalho/estudos conforme citado anteriormente na Tabela 13.

Através da análise do teste de Anova de *Friedman* obteve-se uma média de sintomas em cada período de coleta, onde foi possível verificar que há diferenças dos níveis de estresse entre os bimestres, e que há mais alunos nos níveis de estresse de resistência e de exaustão no 1º e 2º bimestres do ano. Já com relação à aplicação do teste Anova para os constructos da síndrome de *Burnout*, observou-se que não houve diferenças estatisticamente significativas durante os bimestres analisados.

Embora os resultados encontrados indiquem que grande parte dos alunos vivenciam o estresse durante a vida acadêmica, alguns deles adicionalmente vivenciam a síndrome de *Burnout*, de modo que podemos perceber que a somatória das demandas e exigências da vida pessoal, profissional e acadêmica acabam por afetar de maneiras diferentes os estudantes pesquisados. Para quem trabalha como profissional contábil, há uma demanda de obrigações a serem entregues durante o primeiro semestre de cada ano, concidentemente, essas obrigações estão concentradas no 1º e 2º bimestres letivos, o que pode ser considerado um fator agravante ao estresse crônico, além da sobrecarga que já está presente na dupla jornada.

Os resultados encontrados corroboram com pesquisas anteriores, como a população de graduandos de Ciências Contábeis e Administração estudada por Silva, Pereira e Miranda (2018), onde identificou-se 51,17% dos estudantes altamente estressados, já no presente estudo nível de estresse apresenta uma variação de 56% até 31% para o estresse de resistência e de 17% até 10%, para a fase de exaustão por estresse. Já os números para síndrome de *Burnout* nos estudantes ficaram concentrados nas dimensões Pessoal e Relacionado aos Estudos, o que demonstra certo esgotamento

relacionado à esta área profissional e corroborando com o estudo de Galvão e Galvão (2017) que realizaram pesquisa com profissionais de prestação de serviços contábeis, constatando que a exaustão apresentou uma maior relação com os contadores, indicando insatisfação profissional, corroborando com Loaiza e Peña (2013), que verificaram níveis consideráveis de estresse e *Burnout* entre contadores públicos.

Os dados apresentados sinalizam a importância de pesquisas nesse âmbito, uma vez que podem servir de fonte de informação para os estudantes, de maneira que organizem os seus cronogramas para não sentir a sobrecarga da dupla jornada, encontrem as didáticas adequadas para o seu perfil de estudo, e escolham rotinas acadêmicas e profissionais que lhe proporcionem momentos de prazer e aprendizado. Também se sugere intervenções da IES, junto do grupo de estudantes mais afetados, para viabilizar propostas que minimizem os efeitos do estresse na vida em geral do acadêmico e evitem problemas de evasão estudantil.

Como sugestão para os próximos estudos, indica-se a aplicação dessa pesquisa com alunos que tenham desistido do curso ou de matérias ao longo do ano, visando identificar se a razão de tal ação está relacionada com os níveis de estresse e síndrome de *Burnout* e quais os impactos dessa desistência nos níveis de estresse do indivíduo.

Quanto às limitações, entende-se que a abstenção de respostas no último período de coleta pode ser considerado fator que afete a análise do período e a comparação deste com os demais. Ainda é importante observar que não foi possível especificar um dia e horário para as coletas em cada turma e bimestre, por essa razão possivelmente alguns alunos deixaram de responder às coletas ou invalidaram suas respostas por conta da ausência de duas ou mais coletas.

Deseja-se que este estudo contribua para a tomada de medidas que melhorem a qualidade de vida acadêmica, tanto pelas IES, quanto pelos estudantes na escolha de sua jornada acadêmica, que possa ser utilizado como fonte de informação para novas pesquisas e, ainda, que fomente discussões sobre o assunto no âmbito acadêmico e profissional, onde o aluno possa ter na Universidade um lugar de apoio e crescimento.

## REFERÊNCIAS

- ALVAREZ, C. et al. Revisión teórica del burnout o desgaste profesional en trabajadores de la docencia. *Caesura*, v. 2, n. 2, p. 47-65, 1993.
- BENSON, S. et al. Burnout in Australasian Younger Fellows. *ANZ Journal of Surgery*, v. 79, n. 9, p. 590–597, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/j.1445-2197.2009.05012.x>. Acesso em: 23 abr. 2025.
- BARDAGI, M. P.; HUTZ, C. S. Eventos estressores no contexto acadêmico: uma breve revisão da literatura brasileira. *Interação em Psicologia*, v. 15, n. 1, p. 111-119, 2011. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5380/psi.v15i1.17085>. Acesso em: 23 abr. 2025.
- BORRITZ, M.; KRISTENSEN, T. S. CBI–Copenhagen Burnout Inventory, 2001.
- BRAGA, C. D.; ZILLE, L.; MARQUES, A. L. O consumo de energia de quem produz energia: estudando o estresse ocupacional e seus efeitos em gestores de uma empresa brasileira do setor de energia elétrica. *Revista Alcance*, v. 20, n. 4, p. 478-494, 2013.
- CAMPOS, E. A. R. et al. Análise dos níveis de estresse em formandos de administração e ciências contábeis de uma universidade pública. *Revista Gestão & Conexões*, v. 5, n. 1, p. 121-140, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.13071/regec.2317-5087.2014.5.1.12066.121-140>. Acesso em: 23 abr. 2025.
- CAMPOS, J. A. D. B.; CARLOTTO, M. S.; MARÔCO, J. Copenhagen Burnout Inventory-student version: adaptation and transcultural validation for Portugal and Brazil. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, v. 26, n. 1, p. 87-97, 2013. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-79722013000100010>. Acesso em: 23 abr. 2025.
- CARLOTTO, M. S. A síndrome de burnout e o trabalho docente. *Psicologia em Estudo*, v. 7, n. 1, p. 21-29, 2002. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722002000100005>. Acesso em: 23 abr. 2025.
- DELGADO, B. D. Introducción al síndrome de burnout en profesores y maestros y su abordaje terapéutico. *Psicología Educativa*, v. 1, n. 1, p. 63, 1995.
- FONTE, C. M. S. D. Adaptação e validação para português do questionário de Copenhagen Burnout Inventory (CBI). 2011. Dissertação (Mestrado) – Faculdade de Economia, Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.
- FRANÇA, A. C. L.; RODRIGUES, A. L. Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática. In: \_\_\_\_\_. *Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática*. São Paulo: Atlas, 2012.
- FREUDENBERGER, H. J. The staff burn-out syndrome in alternative institutions. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, v. 12, n. 1, p. 73, 1975.
- GALVÃO, N. M. S.; GALVÃO, N. M. B. S. Síndrome de Burnout e o Profissional Contábil: Quando trabalhar se torna pesado. *Revista de Carreiras e Pessoas (ReCaPe)*, v. 7, n. 3, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.20503/recape.v7i3.33836>. Acesso em: 23 abr. 2025.

GUIMARÃES, M. F. Depressão, ansiedade, estresse e qualidade de vida de estudantes de universidades pública e privada. 2014. Dissertação (Mestrado em Psicologia da Saúde) – Universidade Metodista, São Bernardo do Campo, SP, Brasil.

HARRISON, B. J. Are you destined to burn out? *Fund Raising Management*, v. 30, n. 3, p. 25-27, 1999.

KRISTENSEN, T. S. et al. The Copenhagen Burnout Inventory: A new tool for the assessment of burnout. *Work & Stress*, v. 19, n. 3, p. 192-207, 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/02678370500297720>. Acesso em: 12 abr. 2021.

ISMA BRASIL. No limite: Mais próximo do que se imagina, o Burnout leva ao esgotamento físico e mental e afeta, cada vez mais, os profissionais da saúde. 2017. Disponível em: <https://fehoesp360.org.br/gerenciador/upl/mul/publicacoes/fehoesp360-ed09-mul-00000009-09052017095331.pdf>. Acesso em: 12 abr. 2021.

LAMEU, J. D. N.; SALAZAR, T. L.; SOUZA, W. F. D. Prevalência de sintomas de stress entre graduandos de uma universidade pública. *Psicologia da Educação*, n. 42, p. 13-22, 2016. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5935/2175-3520.20150021>. Acesso em: 12 abr. 2021.

LILJEGREN, M.; EKBERG, K. The longitudinal relationship between job mobility, perceived organizational justice, and health. *BMC Public Health*, v. 8, n. 1, p. 1-10, 2008.

LIMA, G. A. de et al. Desempenho Acadêmico, Síndrome de Burnout e Ansiedade: uma Análise dos Estudantes dos Cursos da Área de Negócios. In: CONGRESSO ANPCONT, 13., 2019, São Paulo. Anais [...]. São Paulo: ANPCONT, 2019.

LIPP, M. E. N. Manual do inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp (ISSL). São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

LIPP, M. E. N. Mecanismos neuropsicofisiológicos do stress: teoria a aplicações clínicas. In: \_\_\_\_\_. Mecanismos neuropsicofisiológicos do stress: teoria a aplicações clínicas. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003. p. 227.

LOAIZA, E.; PEÑA, A. E. Niveles de estrés y síndrome de Burnout en contadores públicos colombianos. *Actualidad Contable FACES*, v. 16, n. 26, p. 27-44, 2013.

MASLACH, C. Entendendo o Burnout. In: ROSSI, A. M.; PERREWÉ, P. L.; SAUTER, S. L. (Org.). Stress e qualidade de vida no trabalho: perspectivas atuais da saúde ocupacional. São Paulo: Atlas, 2005. p. 122-148.

MASLACH, C.; SCHAUFELI, W. B.; LEITER, M. P. Job burnout. *Annual Review of Psychology*, v. 52, n. 1, p. 397-422, 2001.

MATSUURA, A. A. Motivações e dificuldades de estudantes do curso de ciências contábeis no período noturno da cidade de São Paulo. 2008. Dissertação (Mestrado) – Faculdade Escola de Comércio Álvares Penteado (FECAP), São Paulo, SP, 2008.



MILFONT, T. L. et al. Burnout and wellbeing: Testing the Copenhagen burnout inventory in New Zealand teachers. *Social Indicators Research*, v. 89, n. 1, p. 169-177, 2008. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1007/s11205-007-9229-9>. Acesso em: 12 abr. 2021.

PELEIAS, I. R. et al. A síndrome de Burnout em estudantes de ciências contábeis de IES Privadas: pesquisa na cidade de São Paulo. *Revista de Educação e Pesquisa em Contabilidade*, v. 11, n. 1, p. 30-51, 2017. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.17524/repec.v11i1.1468>. Acesso em: 12 abr. 2021.

PELEIAS, I. R. et al. Pesquisa sobre a percepção dos alunos do 1º. Ano de Ciências Contábeis na cidade de São Paulo em relação às dificuldades por eles percebidas no período noturno. *Revista Universo Contábil*, v. 4, n. 1, p. 81-94, 2008.

PEREIRA, A. M. T. B. et al. Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador. 4. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

QUINN, G. M. Measuring Burnout amongst homelessness workers in Northern Ireland. 2007. Tese (Doutorado) – Faculty of Life Sciences, University of Ulster, UK, 2007.

REZENDE, M. S. et al. Stress e desempenho acadêmico na pós-graduação stricto sensu em Ciências Contábeis no Brasil. *Arquivos Analíticos de Políticas Educativas*, v. 25, n. 96, p. 1-23, 2017. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.14507/epaa.25.2931>. Acesso em: 12 abr. 2021.

RUDOW, B. Stress and burnout in the teaching profession: European studies, issues, and research perspectives. In: VANDEWALLE, M. et al. *Understanding and preventing teacher burnout: A sourcebook of international research and practice*. v. 2, p. 38-58, 1999.

SILVA, E. A. T. D.; MARTINEZ, A. Diferença em nível de stress em duas amostras: capital e interior do estado de São Paulo. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 22, n. 1, p. 53-61, 2005. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2005000100007>.

SILVA, T. D.; PEREIRA, J. M.; MIRANDA, G. J. O estresse em graduandos em Ciências Contábeis e Administração. *Advances in Scientific and Applied Accounting*, v. 11, n. 2, p. 330-350, 2018. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.14392/asaa.2018110208>. Acesso em: 12 abr. 2021.

SCHMIDT, D. R. C. et al. Qualidade de vida no trabalho e burnout em trabalhadores de enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 66, n. 1, p. 13-17, 2013. <https://doi.org/10.1590/S0034-71672013000100002>.

SHIMIZUTANI, M. et al. Relationship of nurse burnout with personality characteristics and coping behaviors. *Industrial Health*, v. 46, n. 4, p. 326-335, 2008. <https://doi.org/10.2486/indhealth.46.326>.

THOMAZ, P. E.; ROCHA, L. B.; NETO, V. M. Estresse em estudantes de engenharia. *Momento - Diálogos em Educação*, v. 20, n. 1, p. 73-86, 2011.

TRIGO, T. R.; TENG, C. T.; HALLAK, J. E. C. Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, v. 34, n. 5, p. 223-233, 2007.

TSAI, F. J.; CHAN, C. C. Occupational stress and burnout of judges and procurators. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, v. 83, n. 2, p. 133-142, 2010.

TSAI, F. J.; HUANG, W. L.; CHAN, C. C. Occupational stress and Burnout of Lawyers. *Journal of Occupational Health*, v. 51, n. 5, p. 443-450, 2009.

WAHL, S. E. Registered nurse preceptorship orientation: A study of the relationship between burnout rates of new graduates and number of preceptors worked with in the clinical orientation phase. 2008. Tese (Doutorado) – Capella University, Minnesota, USA, 2008.

WILLIAMS, C. Psychosocial and biographical factors in career Burnout. 2007. Tese (Doutorado) – Universidade de Pretoria, África do Sul, 2007.

WINWOOD, P. C.; WINEFIELD, A. H. Comparing two measures of burnout among dentists in Australia. *International Journal of Stress Management*, v. 11, n. 3, p. 282, 2004.

WYNADEN, D.; WICHMANN, H.; MURRAY, S. A synopsis of the mental health concerns of university students: results of a text-based online survey from one Australian university. *Higher Education Research & Development*, v. 32, n. 5, p. 846-860, 2013. <https://doi.org/10.1080/07294360.2013.777032>.