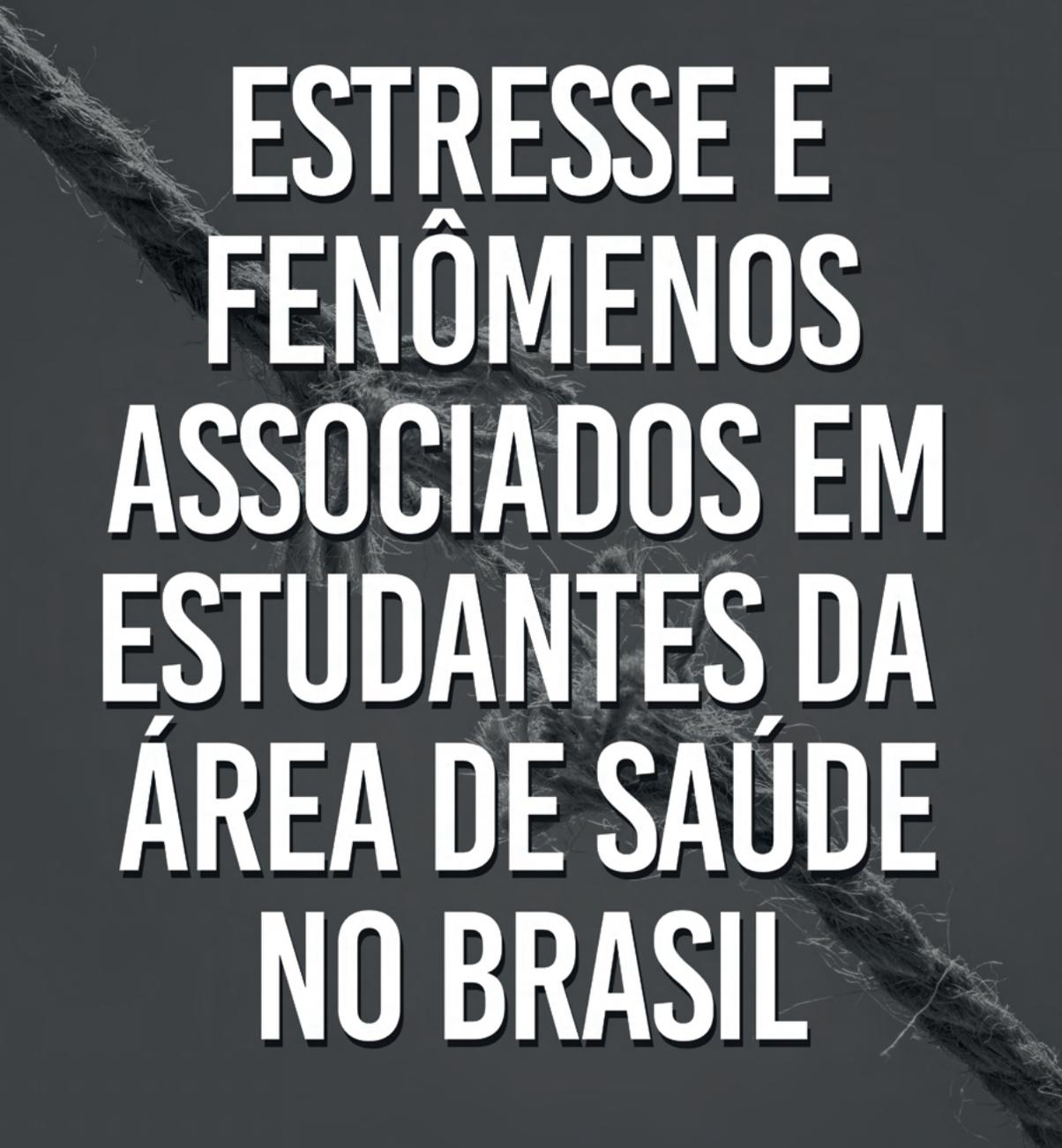


ESTRESSE E FENÔMENOS ASSOCIADOS EM ESTUDANTES DA ÁREA DE SAÚDE NO BRASIL

Rodrigo Marques da Silva
(Organizador)

 **Atena**
Editora
Ano 2021



ESTRESSE E FENÔMENOS ASSOCIADOS EM ESTUDANTES DA ÁREA DE SAÚDE NO BRASIL

Rodrigo Marques da Silva
(Organizador)

**Atena**
Editora
Ano 2021

Editora chefe

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Assistentes editoriais

Natalia Oliveira

Flávia Roberta Barão

Bibliotecária

Janaina Ramos

Projeto gráfico

Natália Sandrini de Azevedo

Camila Alves de Cremonesi

Luiza Alves Batista

Maria Alice Pinheiro

Imagens da capa

iStock

Edição de arte

Luiza Alves Batista

Revisão

Os autores

2021 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2021 Os autores

Copyright da Edição © 2021 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.

Open access publication by Atena Editora



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição-Não-Comercial-NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. Permitido o *download* da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná

Prof. Dr. Américo Junior Nunes da Silva – Universidade do Estado da Bahia

Profª Drª Andréa Cristina Marques de Araújo – Universidade Fernando Pessoa

Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais

Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília

Prof. Dr. Arnaldo Oliveira Souza Júnior – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense
Prof. Dr. Crisóstomo Lima do Nascimento – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Daniel Richard Sant’Ana – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Profª Drª Dilma Antunes Silva – Universidade Federal de São Paulo
Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá
Prof. Dr. Elson Ferreira Costa – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima
Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros
Prof. Dr. Humberto Costa – Universidade Federal do Paraná
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionale delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Jadson Correia de Oliveira – Universidade Católica do Salvador
Prof. Dr. José Luis Montesillo-Cedillo – Universidad Autónoma del Estado de México
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Pontifícia Universidade Católica de Campinas
Profª Drª Maria Luzia da Silva Santana – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Miguel Rodrigues Netto – Universidade do Estado de Mato Grosso
Prof. Dr. Pablo Ricardo de Lima Falcão – Universidade de Pernambuco
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador
Prof. Dr. Saulo Cerqueira de Aguiar Soares – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Vanessa Ribeiro Simon Cavalcanti – Universidade Católica do Rio de Janeiro
Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Prof. Dr. Arinaldo Pereira da Silva – Universidade Federal do Sul e Sudeste do Pará
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Profª Drª Carla Cristina Bauermann Brasil – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados
Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Jael Soares Batista – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Jayme Augusto Peres – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Profª Drª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília
Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Profª Drª Daniela Reis Joaquim de Freitas – Universidade Federal do Piauí
Profª Drª Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Profª Drª Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Profª Drª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Fernanda Miguel de Andrade – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra
Profª Drª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia
Profª Drª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados
Profª Drª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino
Profª Drª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora
Profª Drª Vanessa da Fontoura Custódio Monteiro – Universidade do Vale do Sapucaí
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Welma Emidio da Silva – Universidade Federal Rural de Pernambuco

Ciências Exatas e da Terra e Engenharias

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto
Profª Drª Ana Grasielle Dionísio Corrêa – Universidade Presbiteriana Mackenzie
Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás
Profª Drª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Cleiseano Emanuel da Silva Paniagua – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás
Prof. Dr. Douglas Gonçalves da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Profª Drª Érica de Melo Azevedo – Instituto Federal do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Profª Dra. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Luciana do Nascimento Mendes – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Marco Aurélio Kistemann Junior – Universidade Federal de Juiz de Fora
Profª Drª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Priscila Tessmer Scaglioni – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Sidney Gonçalo de Lima – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Linguística, Letras e Artes

Profª Drª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro
Profª Drª Carolina Fernandes da Silva Mandaji – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Profª Drª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará
Profª Drª Edna Alencar da Silva Rivera – Instituto Federal de São Paulo
Profª Drª Fernanda Tonelli – Instituto Federal de São Paulo,
Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná
Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

Estresse e fenômenos associados em estudantes da área de saúde no Brasil

Diagramação: Natália Sandrini de Azevedo
Correção: Mariane Aparecida Freitas
Indexação: Gabriel Motomu Teshima
Revisão: Os autores
Organizador: Rodrigo Marques da Silva

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

E82 Estresse e fenômenos associados em estudantes da área de saúde no Brasil / Organizador Rodrigo Marques da Silva. – Ponta Grossa - PR: Atena, 2021.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-5983-418-1

DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed.181212508>

1. Estresse. 2. Saúde. I. Silva, Rodrigo Marques da (Organizador). II. Título.

CDD 616.98

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

Atena Editora

Ponta Grossa – Paraná – Brasil

Telefone: +55 (42) 3323-5493

www.atenaeditora.com.br

contato@atenaeditora.com.br

DECLARAÇÃO DOS AUTORES

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao artigo científico publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que os artigos científicos publicados estão completamente isentos de dados e/ou resultados fraudulentos; 4. Confirmam a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhecem terem informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa; 6. Autorizam a edição da obra, que incluem os registros de ficha catalográfica, ISBN, DOI e demais indexadores, projeto visual e criação de capa, diagramação de miolo, assim como lançamento e divulgação da mesma conforme critérios da Atena Editora.

DECLARAÇÃO DA EDITORA

A Atena Editora declara, para os devidos fins de direito, que: 1. A presente publicação constitui apenas transferência temporária dos direitos autorais, direito sobre a publicação, inclusive não constitui responsabilidade solidária na criação dos manuscritos publicados, nos termos previstos na Lei sobre direitos autorais (Lei 9610/98), no art. 184 do Código penal e no art. 927 do Código Civil; 2. Autoriza e incentiva os autores a assinarem contratos com repositórios institucionais, com fins exclusivos de divulgação da obra, desde que com o devido reconhecimento de autoria e edição e sem qualquer finalidade comercial; 3. Todos os e-book são *open access*, desta forma não os comercializa em seu site, sites parceiros, plataformas de *e-commerce*, ou qualquer outro meio virtual ou físico, portanto, está isenta de repasses de direitos autorais aos autores; 4. Todos os membros do conselho editorial são doutores e vinculados a instituições de ensino superior públicas, conforme recomendação da CAPES para obtenção do Qualis livro; 5. Não cede, comercializa ou autoriza a utilização dos nomes e e-mails dos autores, bem como nenhum outro dado dos mesmos, para qualquer finalidade que não o escopo da divulgação desta obra.

APRESENTAÇÃO

Esta obra foi desenvolvida junto a um grupo de alunos de Iniciação Científica de diferentes fases de formação dos cursos de saúde da Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires, sendo, portanto, uma obra coletiva construída no Grupo de Pesquisa Trabalho, gestão e empreendedorismo em saúde, linha de pesquisa Stress, Coping e Saúde.

Além disso, pesquisadores colaboradores de outras instituições com domínio no tema foram convidados a fim de contribuir com a construção desse e-book, dando um olhar amplo, objetivo e atualizado sobre os conteúdos abordados.

Portanto, destaca-se que a obra está organizada em 5 capítulos construídos de forma cuidadosa e detalhada, com dados atualizados sobre o assunto e com uso de uma linguagem clara e objetiva.

Desejamos uma ótima leitura a todos!

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1..... 1

O IMPACTO DO ESTRESSE NOS DIFERENTES FENÔMENOS DA SAÚDE

Gabriella Karolyna Gonçalves
Ramon dos Santos Maia
Rodrigo Marques da Silva
Lincoln Agudo Oliveira Benito
Cristilene Akiko Kimura
Ligia Canongia de Abreu Cardoso Duarte

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1812125081>

CAPÍTULO 2..... 11

BURNOUT ENTRE OS ESTUDANTES DE ENFERMAGEM- ANÁLISES DE ESTUDOS BRASILEIROS

Daielle Cristina Rodrigues Sousa Silva
Julia Dourado Ferreira
Jayne Lins de Souza
Rodrigo Marques da Silva
Lincoln Agudo Oliveira Benito
Alberto César da Silva Lopes

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1812125082>

CAPÍTULO 3..... 21

QUALIDADE DE SONO EM ESTUDANTES DA ÁREA DE SAÚDE

Bárbara Sena Borgmann Rodrigues da Silva
Marilene de Sousa
Rute Silva Rodrigues
Rodrigo Marques da Silva
Lincoln Agudo Oliveira Benito
Francisco Everton de Sousa Barros Júnior
Cristilene Akiko Kimura

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1812125083>

CAPÍTULO 4..... 27

RESILIÊNCIA NA FORMAÇÃO ACADÊMICA DO ENSINO SUPERIOR EM SAÚDE

Yuri da Silva Brito
Paulina Rodrigues da Conceição
Helena Gomes Eleto de Oliveira
Fernando Rocha Paulino
Rodrigo Marques da Silva
Leila Batista Ribeiro
Kerlen Castilho Saab

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1812125084>

CAPÍTULO 5.....38

QUALIDADE DE VIDA EM ACADÊMICOS DA ÁREA DA SAÚDE NO BRASIL

Maria Cristina Teles Araújo
Miriam de Moura Cabral
Rafaella Barreto Borges de Castro
Rodrigo Marques da Silva
Lincoln Agudo Oliveira Benito

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.1812125085>

SOBRE O ORGANIZADOR..... 52

BURNOUT ENTRE OS ESTUDANTES DE ENFERMAGEM- ANÁLISES DE ESTUDOS BRASILEIROS

Data de aceite: 09/08/2021

Daielle Cristina Rodrigues Sousa Silva

Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires
Sena Aires. Valparaíso de Goiás-GO.
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3005159174611713>

Julia Dourado Ferreira

Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires
Sena Aires. Valparaíso de Goiás-GO.
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5555732784434374>

Jayne Lins de Souza

Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires
Sena Aires. Valparaíso de Goiás-GO.
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0474639106346562>

Rodrigo Marques da Silva

Faculdade de Ciências e Educação Sena Aires
Sena Aires. Valparaíso de Goiás-GO.
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6469518473430107>

Lincoln Agudo Oliveira Benito

Centro Universitário de Brasília. Brasília-DF.
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7780343507481308>

Alberto César da Silva Lopes

Conselho Regional de Enfermagem. Brasília-DF
Centro Universitário IESB Oeste. Brasília-DF
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2661219255450747>

RESUMO: Objetivo: Conhecer a vivência e os fatores associados da síndrome de Burnout entre os estudantes de enfermagem, destacando sua prevenção e seu tratamento. **Método:** Pesquisa com abordagem de revisão literária a qual se conduz através do rastreamento de conhecimento dos estudantes de enfermagem sobre a temática

da síndrome de Burnout entre os estudantes de enfermagem. **Resultados:** Identificou-se que a síndrome de Burnout está associada ao estresse e ainda é um assunto pouco exploratório no contexto de estudantes de graduação em enfermagem para identificá-la e identificar suas possíveis ocorrências em estudantes de enfermagem, são necessárias as estratégias de enfrentamento que podem ser adotadas na graduação. **Considerações Finais:** destaca-se a importância de estudos para um maior entendimento sobre a SB e um desenvolvimento de métodos de prevenção a serem aplicados logo no início da graduação, para que os estudantes não sejam mais números de estáticas crescentes para a Síndrome de Burnout

PALAVRAS-CHAVE: Síndrome de Burnout; Acadêmicos de enfermagem; Fatores desencadeadores.

ABSTRACT: Objective: To understand the experience and associated factors of Burnout syndrome among nursing students, highlighting its prevention and treatment. **Method:** Research with a literary review approach which is conducted by tracking the knowledge of nursing students on the subject of Burnout syndrome among nursing students. **Results:** It was identified that Burnout syndrome is associated with stress and is still a little exploratory subject in the context of undergraduate nursing students to identify it and identify its possible occurrences in nursing students, coping strategies that can be adopted in undergraduate studies are necessary. **Final**

Considerations: we highlight the importance of studies for a better understanding of BS and a development of prevention methods to be applied early in graduation, so that students are no longer increasing static numbers for Burnout Syndrome

KEYWORDS: Burnout syndrome; Nursing students; Triggering factors.

INTRODUÇÃO

A síndrome de Burnout é definida com uma síndrome de esgotamento ocasionada por uma carga emocional e profissional elevada, onde envolve também o relacionamento interpessoal. Em 1970, o psicanalista Herbert Freudenberger realizou a primeira pesquisa sobre Burnout, foi nesse período que ele define a síndrome como um esgotamento decorrente do excesso de trabalho físico e emocional, incluindo também o relacionamento interpessoal (LIMA SJL, et al., 2020).

Profissionais que trabalham diretamente no cuidado de pessoas são os alvos acometidos por Burnout, temos em evidencia três fatores associados, esgotamento emocional, despersonalização e baixa realização profissional. O esgotamento emocional pode ser definido como privação de disposição e prazer, por sentimento de extinção de recursos. O conceito de despersonalização motiva-se pelo crescimento de um torpor emocional, ocasionando um atendimento insensível seja com o paciente ou colegas de trabalho. A baixa realização profissional é definida pelo julgamento negativo, quando há uma análise do profissional sobre sua atuação, levando também ao um sentimento de infelicidade e insatisfação referente ao desenvolvimento do seu trabalho, em decorrência, surgiu uma queda com relação ao sentimento de capacidade e finalização de suas atividades (GIOANNE,2018).

Para avaliar a SB é aplicado um questionário conhecido como MBI (Maslach Burnout Inventor), criada no ano de 1986 por Maslach e Jackson, um instrumento muito utilizado em todo o mundo por ser autoaplicável. Utiliza-se de uma escala modelo Likert de 7 pontos, consistindo 0 “em tempo algum” e 6 “todos os dias”, somando 22 pontos, onde 9 apontam a proporção da Exaustão Emocional (EE), 5 a Despersonalização (DE), 8 a Realização Profissional. As proporções podem ser avaliadas separadamente por meio de subescalas ou relacionando os três aspectos, ocasionando assim uma medida específica de intensidade. Por ser uma síndrome multifatorial e de progressão longa a SB se torna de diagnostico árduo, porem para identificar a SB é necessário atingir índices elevados em EE e DE, relacionados a rasos valores de RP (MOREIRA, DCP et al., 2018).

Há alguns anos, a SB começou a ser analisada no âmbito universitário expandido sua concepção e afirmando a presença das três condições provenientes da MBI nesse público. Dessa forma a SB em estudante pode ser caracterizada por alguns fatores, como: exaustão emocional, decorrente da excessiva cobrança de estudo, dúvida notada sobre a conduta distante relacionada ao estudo e declínio do êxito profissional, apontada pela

compreensão da ineficiência como acadêmico. Inúmeras são as causas classificadas como estressores no desenvolvimento do acadêmico, o horário integral frequentemente ao decorrer do curso, o ritmo de vida acentuado, a cobrança dos professores referente as matérias e a preocupação relacionada a produtividade adequada para cada semestre cursado (TOMASCHEWSKI-BARLEM, JG et al.,2014).

A próxima etapa, que é a entrada do estudante para o estágio, ou seja, a parte pratica de todo o curso, é onde os estudantes possuem uma dificuldade maior, devido aos vario fatores envolvidos, como: divisão de tempo de estudo e lazer, projeção da carreira profissional, conflitos pessoais e a grande gama de informações recebidas. Além do esgotamento por lidar com circunstâncias de vida e morte no âmbito hospitalar (CAMPOS,2015).

Grande parte dos profissionais e graduandos de enfermagem desconhecem a Síndrome de Burnout. No entanto, há uma deficiência de programas voltados para a prevenir a síndrome nas entidades nacionais, que procurem o diagnóstico, bem como diminuir a ocorrência e predomínio nos estudantes (VASCONCELOS, EM et al.,2020).

Por ser um assunto pouco analisado dentre o cenário dos acadêmicos de enfermagem, se faz necessário um estudo para que haja uma identificação das causas e uma análise da incidência, facilitando a implementação de métodos de enfrentamento ao decorrer da graduação contribuindo para o andamento da formação profissional.

MÉTODOS

Este é um trabalho de Revisão de Literatura, o qual se conduz através do rastreamento de evidências que possibilitem caracterizar o conhecimento dos estudantes de enfermagem sobre a temática da síndrome de Burnout entre os estudantes de enfermagem.

A Revisão de Literatura ou Bibliográfica utiliza um método sistemático para a seleção de obras que serão analisadas. Assim, os critérios de inclusão para seleção no estudo deveram-se à existência dos seguintes descritores vinculados aos DeCS (Descritores em ciências da saúde): síndrome de Burnout; acadêmicos de enfermagem; fatores desencadeadores. A busca estendeu-se às bases de dados disponíveis na internet, tais como SciELO (Scientific Eletronic Library Online), BDEF (Base de Dados em Enfermagem) e LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e BVS (Biblioteca Virtual em Saúde). Foram selecionadas obras tanto originais como revisões teóricas e estudos qualitativos relacionados ao conhecimento da síndrome de Burnout entre os estudantes de enfermagem. Os artigos e obras incluídos foram publicados entre 2005 a 2020, em língua portuguesa e na íntegra.

Síndrome de Burnout, o que é?

Estresse é uma palavra com definição de exaustão física, emocional causado geralmente por alguma doença, sofrimento, cansaço, pressão, trauma, sendo definida pela incapacidade de desenvolver suas funções ou trabalhos habituais, sendo considerado um fator de risco para muitas doenças (PACHECO AE et al., 2003).

O estresse é uma resposta não específica do corpo a situações incertas, pode ser resultado de uma situação externa, onde o indivíduo necessita de grande energia para conciliar-se a ela, nem sempre é prejudicial ao organismo, pois depende da resposta do indivíduo às situações estressantes. Se a causa for frustração, conflito ou infecção é prejudicial, mas, por exemplo, o estresse causado por uma situação de satisfação e sucesso é benéfico (TOMAZ, HC et al., 2020).

Os problemas de saúde relacionadas ao estresse são considerados os principais fatores relacionados para aposentadoria precoce, ausência do trabalhador em seu posto de trabalho, baixa produtividade tanto no trabalho quanto na vida pessoal diária e a saúde geral prejudicada (TOMAZ, HC et al., 2020).

A síndrome de Burnout é considerado um tipo de estresse ocupacional que envolve três fatores associados, mas ao mesmo tempo interdependentes: esgotamento emocional, despersonalização e baixa realização profissional (PACHECO AE et al., 2003). É uma síndrome de caráter psicológico, desenvolvida por estar relacionado ao um período longo de trabalho e pode ser identificado por uma condição duradoura de esgotamento emocional, seguido de uma predisposição para despersonalização bem como o entendimento de realização pessoal diminuído em função de sobrecarga de trabalho rígido (NASSAR LM et al., 2018).

É uma doença que pode evoluir e trazer consigo consequências substanciais que tangem o âmbito pessoal, familiar e profissional, os sintomas revelam-se de forma capciosa, demorada, gradativa e raramente é descoberta na fase inicial, um sentimento decorrente do excesso de trabalho pode surgir em forma de cansaço indefinido físico ou mental. Pode ser ocasionada por condições individuais, ambientais e genéticos se ocorrerem ao mesmo tempo (CORRAL-MULATO e BUENO, 2014).

Fatores Associados à Síndrome de Burnout

O Burnout apresenta diversos graus de desempenho, frequência e intensidade, pois é um processo gradual e cumulativo. Quanto à frequência, os sintomas são menores quando ocorrem ocasionalmente e maiores quando os sintomas são permanentes. Em relação à intensidade, os níveis baixos são caracterizados por sentimentos de irritação, exaustão, inquietação e depressão. A característica de alto nível é a ocorrência e somatização da doença (MALLMANN, CS et al. 2009).

Os sintomas podem ser divididos em físicos, mentais, comportamentais e de defesa,

fadiga física persistente e progressiva, distúrbios do sono, dores musculares, desatenção mental, alterações de memória, negligência de comportamento, irritabilidade e tendência de isolamento de defesa, sensação de incapacidade, a perda de interesse pelo trabalho e até lazer e absenteísmo. (DANTAS, HL et al. 2020). Os sentimentos negativos iniciais são os gatilhos para o processo, nomeadamente clientes e colegas. Mais tarde, com o desenvolvimento da síndrome, esses sentimentos se espalharam para amigos, familiares e, finalmente, profissionais. As consequências podem ser sérias porque ocorrem com diminuição das habilidades de execução de tarefas, desconforto físico, depressão, ansiedade, dificuldades interpessoais, desempenho insuficiente no trabalho, absenteísmo, rotatividade de funcionários e pouca intenção de demitir-se e compromisso com a organização (MALLMANN, CS et al. 2009).

Em relação às características do cargo, pesquisas mostram que o tipo de trabalho exercido, pouca experiência profissional, jornada de trabalho, grande expectativa de carreira, carga horária, trabalho noturno, estresse e sobrecarga, e o número e frequência de contato com clientes são fatores importantes relacionados à Síndrome de Burnout. Vários estudos relatam a associação entre ambiente de trabalho e Síndrome de Burnout. O clima organizacional considerado causador de estresse ou de baixa qualidade de vida tem se mostrado intimamente relacionado ao alto nível dos três aspectos que constituem a síndrome de burnout. Condições como a falta de incentivo dos líderes superiores, baixa perspectiva de resolução de problemas estruturais, falta de redes de apoio social, falta de autonomia e conflitos nas relações interpessoais são considerados os desencadeadores da síndrome. Em relação às dimensões de burnout e variáveis quantitativas relacionadas às características do trabalho e à percepção do trabalho e do contexto de trabalho, verificou-se que estavam significativamente associadas a pior ambiente de trabalho, desvalorização do trabalhador, ambiente menos democrático, presença de companheiros hostis, maior percepção do trabalho como estressante e presença de conflitos interpessoais. (MALLMANN, CS et al. 2009).

Acredita-se que a alta pressão de trabalho também esteja relacionada a um maior grau de Burnout. Pessoas com opiniões mais positivas podem ativar totalmente o mecanismo para lidar com situações difíceis, o que é um aspecto importante para reverter o processo de burnout. Quando há apoio administrativo suficiente e participação na tomada de decisões da equipe e nas metas organizacionais, as pontuações de esgotamento da equipe diminuirão. Entre aqueles que acreditam que o ambiente organizacional é autoritário, eles pontuam alto em exaustão emocional e despersonalização. (CARLOTTO; PALAZZO, 2006).

A Síndrome de Burnout costuma ser atribuída aos jovens profissionais porque sua experiência de trabalho é reduzida, causando insegurança, e também pode ser decorrente de um choque com a realidade, pois esses novos profissionais percebem que o trabalho

não garante a satisfação de sua ansiedade e expectativas. A idealização que prevalece entre os jovens trabalhadores está relacionada a expectativas elevadas, que geralmente não são alcançadas. Portanto, a motivação excessiva paradoxalmente torna o indivíduo mais vulnerável. (TOMAZ, HC et al. 2020).

Nesse caso, é importante desenvolver medidas preventivas para minimizar riscos e promover um ambiente, relacionamentos e processos de trabalho cada vez mais saudáveis. Relacionado a isso está que devem ser formuladas medidas para controlar o nível de estresse dos profissionais, por meio da detecção precoce de estressores e estratégias para lidar com essa situação, de forma a beneficiar a qualidade de vida dos profissionais e prestar uma assistência adequada as pessoas a quem servem (TOMAZ, HC et al. 2020).

Burnout x acadêmicos de enfermagem

A síndrome de burnout em acadêmicos possuem três dimensões específicas: exaustão emocional, que se manifesta como exaustão pela forte demanda de aprendizagem; descrença, que é considerada o desenvolvimento de uma atitude cética e distanciada no âmbito da pesquisa e baixa eficiência profissional por causa da percepção de estar sendo ineficiente como aluno. (TOMASCHEWSKI-BARLEM, JG et al. 2013).

Estudos relatam que os graduandos de enfermagem não possuem a síndrome de burnout, mas apresentaram maior valor médio no fator exaustão emocional, o que pode indicar o início do processo de burnout. O alto índice de exaustão emocional vivenciado pelos acadêmicos reforça a necessidade de investigação, reflexão e discussão contínuas nas instituições de ensino, com foco em situações e experiências que podem ser propícias ao esgotamento para estudantes de graduação em enfermagem, principalmente considerando a particularidade de seu ambiente de formação. (TOMASCHEWSKI-BARLEM, JG et al. 2014).

Destaca a ligação entre a variável intenção de desistência do curso e os fatores de ceticismo e validade profissional, que requerem ações de acompanhamento que visam fortalecer o reconhecimento da profissão e as necessidades dos acadêmicos que questionam sua escolha profissional. (TOMASCHEWSKI-BARLEM, JG et al. 2014).

Destaca a ligação entre a variável intenção de desistência do curso e os fatores de ceticismo e validade profissional, que requerem ações de acompanhamento que visam fortalecer o reconhecimento da profissão e as necessidades dos acadêmicos que questionam sua escolha profissional. (TOMASCHEWSKI-BARLEM, JG et al. 2013).

Pesquisas apontam a importância de observar o desenvolvimento da síndrome de burnout em estudantes de enfermagem, pois estes apresentam alto grau de exaustão emocional, sendo esta a primeira dimensão que aparece na síndrome. (CAMPOS, T.L 2015).

Portanto, quando o aluno encontra dificuldade de adaptação no ambiente

profissional, ou mesmo insatisfeito com sua escolha profissional, ele pode descobrir a origem da dor e da pressão, o que leva ao desenvolvimento do burnout. Portanto, pode impactar no futuro profissional, na formação e na relação de trabalho, nos diversos temas com os quais interagem e nos cuidados que prestam. (CAMPOS, T.L 2015).

Prevenção e tratamento

O ensino superior pode ser considerado um grande agente estressador, pois é necessário lidar com os elevados números de trabalhos acumulados de final do curso, sendo eles, finalizações de estágios, relatórios finais, elaboração e entrega de trabalho de conclusão de curso (TCC) e a aprovação nas demais disciplinas (CAMPOS, T.L 2015).

Estudos mostram que o apoio social e pessoal é fundamental para a prevenção do estresse (COSTA, ELIZAMA DOS SANTOS et al. 2017). Algumas ações como ter hábitos de vida saudável, sono regulado, realizar atividade física, dieta balanceada e a prática de exercícios de relaxamento devem ser direcionadas aos estudantes de enfermagem como ações preventivas. Para tratamento deve-se manter o equilíbrio físico e mental, onde é necessário reconhecer o estresse presente no dia a dia e programar uma mudança no estilo de vida (DA SILVA FERRAZ, E.V, 2014).

Diversa instituição de ensino superior ainda tem como pensamento de que a saúde e o engajamento do estudante são responsabilidade única do aluno e não da universidade (GALDINO, M.J.Q et al.). Uma pesquisa sugere a criação de um programa de prevenção e tratamento contendo uma equipe multidisciplinar com diversos programas voltados para Síndrome de Burnout (CARLOTTO; PALAZZO, 2006).

Impacto da Síndrome de Burnout à saúde e ao trabalho

De acordo com o ministério da saúde, a síndrome de burnout é definida como uma resposta a um longo estado de estresse emocional e interpessoal na área de trabalho, no local de trabalho há exposição a situações que desencadeiam o estresse e tem elevado o número de doenças do aparelho psíquico. O estresse laboral, elevadas cargas de trabalho, contato direto com pessoas, perfeccionismo, pressão trabalhista, alta expectativa para um futuro profissional, são umas das várias causas que ocasionam a Síndrome de Burnout (DA SILVA FERRAZ, E.B 2014; MINISTERIO DA SAUDE. 2001; RAMOS, C.E.B et al. 2019).

Indivíduos com essa síndrome não só tem seu local de trabalho prejudicados, mas pode comprometer sua saúde física, comportamental, emocional e cognitiva. O trabalhador tem consequências graves como dores musculares, fadiga, insônia, enxaquecas, alterações gastrointestinais, imunidade baixa que pode ocasionar gripes, alergias e distúrbios respiratórios. No aparelho psíquico, apresenta déficit de concentração, memória prejudicada, solidão, desânimo, baixa autoestima, agressividade, consumo de drogas ilícitas e até mesmo autoextermínio (COBÊRO, C.; MOREIRA, W. G.; FERNANDES, L. A. 2012).

Sabendo que a SB não é um problema do indivíduo, mas do ambiente de trabalho, seria de grande importância que os gestores tomem conhecimento de fatores para prevenção da síndrome, transformando esse ambiente em um lugar saudável, podendo assim melhorar o desempenho profissional e a saúde física e mental do trabalhador (DA SILVA FERRAZ, E.B. 2014; RAMOS, C.E.B. et al. 2019).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa identificou que existe um número reduzido de estudos que abordem esse tema no público acadêmico, a predominância está mais na classe de profissionais, visto que os mesmos têm uma vivência maior no ambiente que pode desencadear a SB. A síndrome de Burnout está associada ao estresse e para identificar suas possíveis ocorrências em estudantes de enfermagem são necessárias as estratégias de enfrentamento que podem ser adotadas na graduação. Por não ter maiores informações sobre o assunto, ainda há uma grande dificuldade de identificar adequadamente e diagnosticar a SB, porém existe profissionais que acreditam que podem fazê-lo, mas têm ideias equivocadas ou generalizadas sobre o assunto.

Pesquisas apontam para a importância de observar o desenvolvimento da síndrome de burnout em estudantes de enfermagem por apresentarem alto grau de exaustão emocional, que é a primeira dimensão da síndrome. Diante disto, salientamos a importância de estudos para um maior entendimento sobre a SB e um desenvolvimento de métodos de prevenção a serem aplicados logo no início da graduação, para que os estudantes não sejam mais números de estáticas crescentes para a Síndrome de Burnout.

REFERÊNCIAS

LIMA, Sheila Juliana Leite et al. Síndrome de Burnout entre graduandos de enfermagem em um centro universitário no interior de Pernambuco. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 57, p. e4020-e4020, 2020.

GIOVANNE, Ketlen Rodrigues. Síndrome de Burnout em graduandos de enfermagem. 2018.

MOREIRA, Daniela Chaves Peixoto et al. Burnout syndrome in nursing students. **International Journal of Health Education**, v. 2, n. 1, p. 82-92, 2018.

TOMASCHEWSKI-BARLEM, Jamila Geri et al. Síndrome de Burnout entre estudantes de graduação em enfermagem de uma universidade pública. **Revista latino-americana de enfermagem**, v. 22, n. 6, p. 934-941, 2014.

CAMPOS, Thaís Lôbo. Síndrome de Burnout em acadêmicos de enfermagem. 2015.

VASCONCELOS, Eduardo Motta de et al. Fatores preditivos da síndrome de burnout em acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 54, 2020.

PACHECO, Aline Esteves; VILELA, Sueli Carvalho; CARLOS, André Luiz Silva. Síndrome de Burnout e estresse em graduandos de enfermagem. *Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro*, v.3, n.3, 2013.

TOMAZ, Henrique Cisne et al. Síndrome de Burnout e fatores associados em profissionais da Estratégia Saúde da Família. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 24, p. e190634, 2020.

NASSAR, Leonardo Maso; ANDRADE, Alisson Maxwell Ferreira; ARÉVALO, Jorge Luis Sánchez. Síndrome de burnout em estudantes de graduação dos cursos de medicina, enfermagem, odontologia e psicologia no brasil: uma revisão do panorama brasileiro. **Revista de Atenção à Saúde**, v. 16, n. 57, 2018.

CORRAL-MULATO, Sabrina; BUENO, Sonia Maria Villela. (Des) conhecimento da Síndrome de Burnout entre acadêmicos de enfermagem [Nursing students' unawareness of Burnout Syndrome]. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 22, n. 2, p. 206-211, 2014.

MALLMANN, Clarice Schoenardie et al. Fatores associados à síndrome de burnout em funcionários públicos municipais. *Psicologia: teoria e prática*, v. 11, n. 2, p. 69-82, 2009.

DANTAS, H. L. DE; DE ALMEIDA, L. M. W.; OLIVEIRA, K. C.; MACIEL, M. DA P. G. Determinantes da Síndrome de Burnout em enfermeiros que trabalham em unidade de terapia intensiva: revisão integrativa. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 92, n. 30, 29 jun. 2020.

CARLOTTO, Mary Sandra; PALAZZO, Lílian dos Santos. Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 22, p. 1017-1026, 2006.

TOMASCHEWSKI-BARLEM, Jamila Geri et al. Manifestações da síndrome de burnout entre estudantes de graduação em enfermagem. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 22, n. 3, p. 754-762, 2013. (TOMASCHEWSKI-BARLEM, JG et al. 2013)

TOMASCHEWSKI-BARLEM, Jamila Geri et al. Síndrome de Burnout entre estudantes de graduação em enfermagem de uma universidade pública. **Revista latino-americana de enfermagem**, v. 22, n. 6, p. 934-941, 2014.

COSTA, ELIZAMA DOS SANTOS et al. Fatores de estresse sob a percepção de estudantes de enfermagem: uma revisão bibliográfica. **Revista Uningá**, v. 53, n. 1, 2017.

DA SILVA FERRAZ, Eva Bessa. Práticas educativas como suporte na prevenção da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem. 2014.

GALDINO, Maria José Quina et al. Burnout entre estudantes de enfermagem: estudo de método misto.

DA SILVA FERRAZ, Eva Bessa. Práticas educativas como suporte na prevenção da Síndrome de Burnout em profissionais de enfermagem. 2014.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Síndrome de burnout no trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília: Ministério da Saúde; OPAS/OMS, 2001.

RAMOS, Carlos Eduardo Barbosa et al. Impactos da síndrome de burnout na qualidade de vida dos profissionais de enfermagem da atenção básica à saúde. **Rev. bras. ciênc. saúde**, p. 285-296, 2019.

COBÊRO, C.; MOREIRA, W. G.; FERNANDES, L. A. Impacto da síndrome de burnout na qualidade de vida no trabalho dos colaboradores de um centro público de saúde. **IX SEGet–Simpósio de Excelência em Gestão e Tecnologia**, p. 24-26, 2012.

ESTRESSE E FENÔMENOS ASSOCIADOS EM ESTUDANTES DA ÁREA DE SAÚDE NO BRASIL

 www.atenaeditora.com.br

 contato@atenaeditora.com.br

 [@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)

 www.facebook.com/atenaeditora.com.br


Ano 2021

ESTRESSE E FENÔMENOS ASSOCIADOS EM ESTUDANTES DA ÁREA DE SAÚDE NO BRASIL

 www.atenaeditora.com.br

 contato@atenaeditora.com.br

 [@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)

 www.facebook.com/atenaeditora.com.br


Ano 2021