

# A QUALIDADE DE VIDA COMO FATOR DE PROTEÇÃO NA SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: UMA PERSPECTIVA DA AMAZÔNIA OCIDENTAL BRASILEIRA

*Data de submissão: 19/07/2023*

*Data de aceite: 03/08/2023*

### **Elainy da Silva Camilo Loiola**

Universidade Federal de Rondônia  
Guajará-Mirim – RO  
Orcid: 0000-0001-6363-2716

### **Tiago de Oliveira Loiola**

Departamento Acadêmico de Ciências da  
Administração da Universidade Federal de  
Rondônia  
Guajará-Mirim – Rondônia

### **Renan Mugrabi**

**RESUMO:** A alta prevalência de transtornos mentais entre estudantes universitários constitui um problema global urgente, requerendo atenção imediata e intervenções efetivas. A literatura evidencia a vulnerabilidade dessa população ao adoecimento psíquico, destacando a necessidade de explorar tanto fatores de proteção quanto de risco para a saúde mental desses indivíduos. Este estudo visa contribuir para essa questão investigando a influência da qualidade de vida, um potencial preditor psicossocial, no estado de saúde mental de acadêmicos do Campus de Guajará-Mirim, da Universidade Federal de Rondônia. Em um estudo transversal que

envolveu 301 universitários, com idades entre 18 e 55 anos e matriculados em todos os cursos ofertados pela instituição, foram utilizados instrumentos como o WHOQOL-bref, o Maslach *Burnout* Inventory/Student Survey (MBI-SS), o Questionário de Saúde Geral (QSG), e um formulário de caracterização sociodemográfica e acadêmica. As análises de regressão múltipla revelaram que os domínios de Qualidade de Vida foram preditivos significativos das dimensões exaustão emocional e eficácia profissional da Síndrome de *Burnout*, além de influenciarem significativamente os cinco fatores da saúde geral (estresse psíquico, desejo de morte, desconfiança na capacidade de desempenho, distúrbios do sono e distúrbios psicossomáticos). Considerando a magnitude do efeito observado, estas descobertas sugerem que a implementação de estratégias de promoção da qualidade de vida pode contribuir efetivamente para a mitigação de problemas de saúde mental entre estudantes universitários. Este estudo reforça a necessidade de abordagens holísticas à saúde mental dos estudantes, que considerem não somente os fatores de risco, mas também os fatores de proteção, tais como a qualidade de vida.

**PALAVRAS-CHAVE:** estudantes universitários, qualidade de vida, saúde mental, síndrome de *burnout*.

## QUALITY OF LIFE AS A PROTECTIVE FACTOR IN THE MENTAL HEALTH OF COLLEGE STUDENTS: A PERSPECTIVE FROM THE WESTERN AMAZON OF BRAZIL

**ABSTRACT:** The high prevalence of mental disorders among university students constitutes an urgent global problem, requiring immediate attention and effective interventions. The literature evidences the vulnerability of this population to mental illness, highlighting the need to explore both protective and risk factors for these individuals' mental health. This study aims to contribute to this issue by investigating the influence of quality of life, a potential psychosocial predictor, on the mental health status of academics from the Guajará-Mirim Campus of the Federal University of Rondônia. In a cross-sectional study that involved 301 university students, aged between 18 and 55 years and enrolled in all courses offered by the institution, instruments such as the WHOQOL-bref, the Maslach Burnout Inventory/Student Survey (MBI-SS), the General Health Questionnaire (QSG), and a socio-demographic and academic characterization form were used. Multiple regression analyses revealed that the Quality of Life domains were significant predictors of the emotional exhaustion and professional efficacy dimensions of Burnout syndrome, in addition to significantly influencing the five factors of general health (psychic stress, desire for death, mistrust in performance capacity, sleep disorders, and psychosomatic disorders). Considering the magnitude of the observed effect, these findings suggest that the implementation of quality of life promotion strategies can effectively contribute to mitigating mental health problems among university students. This study reinforces the need for holistic approaches to students' mental health, considering not only risk factors but also protective factors, such as quality of life.

**KEYWORDS:** university students, quality of life, mental health, burnout syndrome.

### 1 | INTRODUÇÃO

A problemática da saúde mental da comunidade estudantil universitária tem suscitado preocupação a nível global, devido à alta prevalência de morbidades psicológicas constatada nesse grupo (AUERBACH et al., 2018). Os transtornos mentais, além de causarem sofrimento pessoal e familiar, são determinantes no baixo rendimento acadêmico e no abandono do curso (EVANS-LACKO; THORNICROFT, 2019; JANUARY et al., 2018).

A literatura recente demonstra prevalências entre 18,4% e 80,3% de transtornos mentais comuns em estudantes do ensino superior, incluindo depressão, ansiedade e estresse (GRANER; CERQUEIRA, 2019; OTHMAN et al., 2019). Os dados de Othman et al. (2019) revelam especificamente que estudantes universitários apresentam 39,5% de sintomas de depressão; 23,8% de ansiedade e 80,3% de sintomas de estresse de moderados a altos.

Em relação aos fatores associados ao adoecimento mental de estudantes

universitários, investigações prévias indicam que o baixo suporte familiar, as dificuldades nas relações interpessoais, a situação socioeconômica precária, o baixo desempenho acadêmico, a insatisfação com o curso e a pertença a minorias étnicas, de gênero e sexuais impactam negativamente a saúde mental (BORGOGNA et al., 2018; GALDINO et al., 2020; GOMES et al., 2020; KARYOTAKI et al., 2020; OTHMAN et al., 2019; SMOLEN; ARAÚJO, 2017).

Desta maneira, percebe-se uma correlação nitidamente estabelecida entre variáveis sociodemográficas e acadêmicas e a saúde mental de estudantes universitários/as. Entretanto, há menos evidências disponíveis a respeito das implicações dos constructos psicossociais protetivos no adoecimento psíquico. Assim, é imprescindível examinar os aspectos que auxiliem no pleno desenvolvimento das competências de estudantes durante o período acadêmico.

A transição para o ensino superior requer uma adaptação a desafios acadêmicos, psicossociais e biológicos. Durante o período de formação, é esperado que estudantes universitários desenvolvam habilidades como a definição de identidade em um novo contexto social, o compromisso com objetivos pessoais e profissionais, a adaptação a novas relações, além de terem de corresponder às expectativas de pessoas significativas em suas vidas (ACHARYA et al., 2018; FERNÁNDEZ-RODRÍGUEZ; SOTO-LÓPES; CUESTA, 2019). Essas demandas intrínsecas à vida acadêmica são fontes potenciais de vulnerabilidade para o desenvolvimento ou agravamento de problemas de saúde mental.

No contexto de países com renda baixa e média, os desafios são agravados pela dificuldade de acesso a serviços de saúde, sobretudo quando o tema é prevenção e promoção da saúde mental (EVANS-LACKO; THORNICROFT, 2019). Além disso, inúmeros estudantes universitários em situação de vulnerabilidade socioeconômica lidam com a pressão de serem os responsáveis pela ascensão econômica da família, por serem muitas vezes os primeiros a terem acesso ao ensino superior. Certamente, muitos estudantes brasileiros encontram-se nessa condição.

Estudos conduzidos pelo Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE, 2019) que visam a caracterizar o perfil socioeconômico e cultural de estudantes universitários brasileiros registraram o processo de inclusão de discentes de diferentes culturas e classes sociais nas universidades na última década. A quinta edição da mencionada pesquisa revela que houve um crescimento de estudantes nas instituições de ensino superior do Brasil com renda per capita de até 1 salário-mínimo e meio. A universidade conta com um total de 70,2% de estudantes nesta faixa de renda. A região Norte apresenta o maior percentual (81,9%) de universitários/as em situação de vulnerabilidade socioeconômica.

Conceição et al. (2019) reforçam as informações mencionadas, ao considerarem que as situações estressoras no âmbito universitário desencadeiam sintomas e reações psíquicas que afetam e são afetados pela qualidade de vida. Nesse contexto, a qualidade de

vida, entendida como bem-estar social, psicológico e um estado de saúde, pode funcionar como um recurso de ajustamento psicológico para lidar com as demandas estressantes da vida universitária.

## 2 | REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 Qualidade de Vida

A concepção de qualidade de vida abrange diversos aspectos, engendrando falta de consenso entre os teóricos quanto à sua definição. Entretanto, Fleck et al. (1999) ressaltam que especialistas de diferentes culturas concordam que a qualidade de vida, enquanto construto subjetivo, precisa ser alicerçada em aspectos multidimensionais para abranger as dimensões positivas e negativas da vida. Dessarte, se compreendem três características importantes da qualidade de vida: subjetividade, multidimensionalidade e presença de dimensões negativas e positivas.

Estes elementos centrais da qualidade de vida foram respaldados pela Organização Mundial da Saúde (OMS) que a define como a autopercepção do lugar que se ocupa na vida, no contexto da cultura e sistemas de valores em que se vive, e em relação aos objetivos, expectativas, padrões e preocupações (OMS, 1995). A presente investigação adota esta definição, pois permite analisar domínios essenciais da vida humana, incluindo: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente.

No cenário acadêmico, a qualidade de vida desempenha um papel fundamental para a permanência do estudante nas instituições de ensino superior. Estudantes universitários com boa qualidade de vida integram-se melhor ao ambiente acadêmico e apresentam maior rendimento acadêmico (SEO et al., 2018; LANGAME et al., 2016).

Nesse sentido, a percepção da qualidade de vida pode atuar como recurso protetivo para enfrentar os desafios encontrados na fase universitária. Identificar variáveis que apoiam a saúde mental da comunidade estudantil universitária favorece o sucesso acadêmico e, por consequência, contribui para a prevenção de problemas de saúde mental (GAMBETTA-TESSINI et al., 2016; PEKMEZOVIC et al., 2011). Por outro lado, a qualidade de vida em universitários pode ser negativamente impactada por transtornos psicológicos como estresse e *burnout* (RIBEIRO et al., 2018). Portanto, cabe investigar se estudantes universitários com percepção de qualidade de vida são menos suscetíveis a problemas de saúde mental.

Em suma, destaca-se a relevância do estudo da qualidade de vida enquanto variável preditora de problemas de saúde mental entre os estudantes do ensino superior. O foco específico deste estudo incide em explorar os domínios físico, psicológico, de relações sociais e de meio ambiente e a sua associação com transtornos mentais comuns.

## 2.2 Síndrome de *Burnout*

A Síndrome de *Burnout* é uma condição patológica resultante das consequências do estresse e da tensão emocional oriundos do contexto laboral. Pesquisadores da área concordam que o *burnout* apresenta três dimensões: exaustão, cinismo (ou despersonalização) e baixa realização profissional. Segundo Maslach e Jackson (1981), a primeira dimensão se relaciona a um sentimento de esgotamento físico e mental, a sensações de exigências excessivas e à redução dos recursos emocionais para lidar com situações estressantes. O cinismo ou despersonalização se manifesta como uma tentativa de distanciamento emocional em relação a determinados aspectos do trabalho. Por fim, a baixa realização profissional refere-se a pensamentos de incapacidade e insatisfação com a realização no trabalho.

O estado de exaustão é entendido como o principal sintoma dessa síndrome (MASLACH; SCHAUFELI; LEITER, 2001). Embora inicialmente as pesquisas sobre *burnout* tenham se limitado a trabalhadores e ao ambiente laboral, seu campo de estudo atual engloba outros grupos, incluindo estudantes universitários (CARLOTTO; OTTO; KAUFFMANN, 2010; SALANOVA et al., 2009). A investigação do *burnout* nesse contexto considera os estudantes como pré-profissionais, referindo-se à síndrome como *burnout* acadêmico (MORALES-RODRÍGUEZ; PÉREZ-MÁRMOL; BROWN, 2019).

Fundamentada na concepção geral, a definição de *burnout* em estudantes universitários também consiste em três dimensões. A Exaustão Emocional é caracterizada pelo sentimento de estar esgotado pelas demandas do estudo. A Descrença é entendida como comportamentos cínicos e de distanciamento em relação ao estudo. E a Ineficácia Profissional é caracterizada pela percepção negativa em relação ao próprio desempenho acadêmico, com uma avaliação de si como estudante insuficiente e incompetente (SHANKLAND et al., 2019). Ressalta-se que o conceito operacional utilizado neste estudo aplica essas dimensões para avaliar o *burnout*.

Estudos empíricos recentes sugerem que a Síndrome de *Burnout* é prevalente entre discentes universitários (SHANKLAND et al., 2019; WORLY et al., 2019; BULLOCK et al., 2017; ALMEIDA et al., 2016). As descobertas da pesquisa de Jiménez-Ortiz et al. (2019) apontaram uma prevalência de 52% de exaustão emocional e 17,8% de *burnout* entre discentes. Hernández-Martínez et al. (2016) analisaram o *burnout* e os fatores de risco associados à saúde mental em discentes de nível superior. Demonstrou-se uma prevalência de 50% de estudantes com exaustão emocional, 16% com baixa eficácia profissional e 30% com alta descrença em relação aos outros. Relativo aos fatores de saúde geral, 70% dos acadêmicos apresentaram distúrbios do sono, 15% sintomas de depressão e ansiedade, 10% relataram insatisfação com a vida e a mesma proporção relatou sentimentos de inutilidade.

Em um estudo sobre *burnout* e engajamento em 225 discentes australianos da

Universidade de Monash, Morales-Rodríguez et al. (2019) observaram que variáveis demográficas e acadêmicas estão significativamente correlacionadas à Síndrome de *Burnout* e ao engajamento educacional. Estudantes universitários participantes dessa pesquisa que apresentaram maiores propensões a desenvolver burnout foram aqueles em estágios de estudo mais avançados. A idade e a sobrecarga de atividades acadêmicas emergiram como fatores de risco. As mulheres apresentaram maior propensão ao desenvolvimento do *burnout*. O estudo também demonstrou que o autocuidado é um fator preventivo, estimulando um aumento do bem-estar.

No contexto brasileiro, Assunção et al. (2019) avaliaram a presença da Síndrome de *Burnout*, correlacionando-a a variáveis sociodemográficas, acadêmicas e psicossociais em discentes da área de saúde. A partir desse estudo, verificou-se um percentual de 14,4% de discentes apresentando essa síndrome. Além disso, os autores identificaram relações significativas entre dimensões do *burnout* com desempenho no curso e pensamentos de desistência. Portanto, discentes com desempenho insatisfatório e que já consideraram abandonar o curso apresentam maior exaustão e menor eficácia profissional.

Os estudos analisados evidenciam que a Síndrome de *Burnout* pode surgir em estudantes durante a fase de formação acadêmica. Assim, identificar essa síndrome nesse período pode sugerir antecipadamente possíveis dificuldades acadêmicas e permitir a elaboração de intervenções de prevenção ao desenvolvimento de *burnout* no ambiente universitário.

### **2.3 Transtornos Mentais Comuns em Estudantes Universitários**

Transtornos mentais comuns, que englobam problemas de saúde mental com sintomas não psicóticos como irritabilidade, insônia, dificuldade de concentração, fadiga e sintomas psicossomáticos, são uma realidade significativa entre estudantes universitários (GOLDBERG, 1994). O termo será utilizado neste estudo para se referir a morbidades psicológicas menos severas, descritas operacionalmente por Goldberg (1972) em cinco fatores: estresse psíquico, desejo de morte, desconfiança no desempenho, distúrbios do sono e sintomas psicossomáticos. Pesquisas indicam que o contexto universitário intensifica o risco de adoecimento psíquico, com alta prevalência de transtornos mentais comuns entre estudantes do ensino superior (AUERBACH et al., 2018; FERREIRA; KLUTHCOVSKY; CORDEIRO, 2016). Frequentemente, o surgimento desses transtornos ocorre na juventude, época comum para ingresso na universidade (SAEED et al., 2018; SOUZA; CALDAS; ANTONI, 2017).

Em uma pesquisa internacional envolvendo estudantes universitários de oito países, Auerbach et al. (2018) constataram que 35% dos entrevistados apresentaram ao menos um transtorno mental comum. Esses achados são corroborados por Graner e Cerqueira (2019), que em sua revisão de literatura, relataram prevalências entre 18,5% e 49,1%

desses transtornos entre universitários.

Apesar do vasto número de estudos sobre saúde mental entre estudantes do ensino superior (HERNÁNDEZ-TORRANO et al., 2020), a maioria concentra-se em universitários da área da saúde e em universidades de países desenvolvidos (GRANER; CERQUEIRA, 2019). Sendo assim, há uma lacuna a ser preenchida relativamente à pesquisa de preditores psicossociais dos problemas de saúde mental em universitários de países em desenvolvimento, como o Brasil, especialmente em áreas mais distantes dos grandes centros urbanos.

Devido à prevalência de transtornos mentais entre universitários e às consequências negativas em níveis pessoais, acadêmicos e sociais, é crucial investigar os fatores protetivos e de riscos associados ao desenvolvimento de tais condições. Nesse sentido, este estudo visa explorar o efeito preditor da qualidade de vida na saúde mental de estudantes do Campus de Guajará-Mirim da Universidade Federal de Rondônia. Espera-se que os resultados contribuam para o desenvolvimento de estratégias de promoção da saúde mental e prevenção de problemas correlatos no âmbito universitário. Além disso, espera-se ampliar o entendimento da relação entre qualidade de vida, transtornos mentais comuns e burnout em universitários.

## 3 | MÉTODO

Este estudo é um levantamento transversal realizado com uma amostra de conveniência de 301 estudantes universitários do Campus de Guajará-Mirim da Universidade Federal de Rondônia. O estudo foi realizado durante o ano letivo de 2019, com o objetivo principal de explorar a relação entre qualidade de vida, síndrome de *burnout* e presença de transtornos mentais comuns entre os estudantes universitários.

### 3.1 Participantes

A amostra para este estudo foi selecionada com base em critérios de elegibilidade bem definidos. Os participantes tinham que estar matriculados em um curso de graduação no campus específico da universidade mencionada e concordar voluntariamente em participar do estudo.

O estudo englobou um total de 301 estudantes, com uma idade média de 29,34 anos (DP=8,78). Estavam matriculados em todos os cursos oferecidos pelo campus universitário, nomeadamente Administração (26.9%), Gestão Ambiental (26.6%), Letras (32.9%) e Pedagogia (13.6%).

A amostra refletiu uma diversidade étnico-racial, com os participantes se autoidentificando como pardos (69.4%), pretos (15.3%), brancos (13.0%), indígenas (1.3%) e de descendência oriental (1.0%). A condição socioeconômica dos participantes também

foi avaliada, com base em seu rendimento mensal. Uma maioria significativa dos estudantes (62.1%) relatou ganhar até 1 salário-mínimo. O restante dos estudantes (37.9%) relatou ganhar mais de 1 salário-mínimo.

Além disso, a pesquisa investigou o recebimento de auxílio estudantil. Foi constatado que um quinto (20.5%) dos estudantes se beneficiava de algum tipo de assistência financeira. No entanto, a maioria (79.5%) não recebia esse auxílio. É importante observar que houve uma pequena proporção de estudantes (3.0%) que não forneceram uma resposta a essa pergunta.

### 3.2 Instrumentos

Na avaliação da qualidade de vida dos participantes, foi empregado o questionário abreviado da Organização Mundial da Saúde para a Qualidade de Vida (WHOQOL-BREF). Este questionário, concebido para ser aplicável universalmente, foi adaptado à realidade brasileira por Fleck et al. (2000). O WHOQOL-BREF é constituído por 26 itens que abordam quatro domínios principais da qualidade de vida: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente. A resposta para cada item é dada numa escala tipo Likert de 5 pontos, variando de 1 (nada) a 5 (completamente). Além disso, existem duas questões iniciais que avaliam a percepção geral do indivíduo sobre a sua própria qualidade de vida e saúde.

Os domínios avaliados cobrem uma ampla gama de aspectos da vida humana. O domínio físico refere-se a aspectos como dor, desconforto, energia, fadiga, sono e descanso. O domínio psicológico engloba elementos como sentimentos, autoestima, memória, concentração, aparência física, pensamento, aprendizagem, espiritualidade e a imagem de si. O domínio das relações sociais inclui itens relativos a relações pessoais, apoio social e atividade sexual. O domínio do meio ambiente considera fatores como segurança física, ambiente doméstico, recursos financeiros, cuidados de saúde, oportunidades de aquisição de novas informações e habilidades, participação e oportunidades de lazer, ambiente físico e transporte. Este instrumento apresenta consistência interna satisfatória para todos os domínios, com alfa de Cronbach variando de 0,69 a 0,84.

A Síndrome de *Burnout* foi medida pela versão brasileira do *Maslach Burnout Inventory - Student Survey* (MBI-SS), validada para o Brasil por Carlotto e Câmara (2006). O MBI-SS consiste em 15 itens subdivididos em três dimensões: Exaustão Emocional (5 itens); Descrença (4 itens) e Eficácia Profissional (6 itens). Todos os itens são avaliados usando uma escala de sete pontos que varia de 0 (nunca) a 6 (todos os dias). A consistência interna das subescalas, avaliada pelo alfa de Cronbach, foi de 0,81 para exaustão emocional, 0,74 para eficácia profissional, e 0,59 para descrença.

Para avaliar a presença de transtornos mentais comuns, utilizou-se o *General Health Questionnaire* (GHQ), elaborado por Goldberg (1972) e adaptado para o Brasil por Pasquali et al. (1994) como Questionário de Saúde Geral (QSG-60). O QSG-60 abrange

cinco fatores: estresse psíquico, desejo de morte, falta de confiança na capacidade de desempenho/autoeficácia, distúrbios do sono e distúrbios psicossomáticos. Além disso, inclui um fator geral que verifica a severidade da ausência de saúde mental. A escala é respondida em uma escala de quatro pontos que varia de 1 (menos do que de costume) a 4 (muito mais do que de costume), com alguns itens avaliados em escala invertida. A consistência interna dos fatores, calculada pelo alfa de Cronbach, foi de 0,89 para as dimensões 1, 2 e 3, 0,80 para o fator 4, e 0,83 para o fator 5. Todos os 60 itens, analisados conjuntamente, apresentaram um alfa de 0,95, demonstrando boa consistência interna.

Os participantes também foram caracterizados com base em dados sociodemográficos e acadêmicos. As informações coletadas incluíram o curso em que estavam matriculados, a razão da escolha do curso, sexo, idade, estado civil, etnia, se possuíam filhos e o número de filhos, com quem moravam, o meio de transporte utilizado para ir à universidade, como se mantinham financeiramente, se tinham atividade remunerada, o rendimento mensal individual e familiar e se recebiam auxílio estudantil.

### 3.3 Procedimentos

#### Considerações éticas

Este estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Rondônia, sob o número de certificação CAAE: 96183718.7.0000.5300. Todos os estudantes foram devidamente informados sobre os propósitos do estudo e forneceram o consentimento informado por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Para preservar a privacidade dos estudantes, todas as respostas foram coletadas de maneira anônima e confidencial.

A coleta de dados foi realizada em um ambiente de sala de aula, de maneira coletiva. Durante sessões de aproximadamente 20 minutos, os participantes foram convocados a responder a uma série de questionários específicos pertinentes ao estudo.

#### Análise dos dados

Inicialmente, analisaram-se as estatísticas descritivas para determinar a distribuição das características sociodemográficas dos participantes. Além disso, as relações entre as variáveis contínuas foram examinadas por meio do cálculo do coeficiente de correlação de *Pearson*. Complementando as análises, foram conduzidas análises de regressão múltipla para explorar o poder preditivo dos domínios de qualidade de vida em relação ao *burnout* e à saúde geral dos estudantes.

## 4 | RESULTADOS

### 4.1 Níveis de Qualidade de Vida, *Burnout* e Transtornos Mentais Comuns

Foram estimados os escores médios relativos aos indicadores de qualidade de vida geral, aos domínios inerentes a essa variável, às dimensões da síndrome de *burnout* e aos fatores representativos de transtornos mentais comuns entre os estudantes universitários (Tabela 1).

Os participantes avaliaram a própria qualidade de vida situando-se no espectro entre “nem ruim nem boa” e “boa”, refletindo uma percepção intermediária da qualidade de vida. Em relação à satisfação com a própria saúde, nas duas semanas anteriores à resposta ao questionário, os participantes demonstraram sentimentos que variaram entre a indiferença e a satisfação. Analisando os domínios da qualidade de vida, os estudantes obtiveram escores mais elevados nos domínios de relação social e psicológico, enquanto os escores para os domínios físico e meio ambiente foram mais baixos.

No contexto da síndrome de *burnout*, constatou-se que os estudantes universitários vivenciam a exaustão emocional com uma frequência que oscila entre “algumas vezes ao mês” e “uma vez por semana”. Em relação à dimensão descrença, os relatos situaram-se entre “uma vez ao mês ou menos” e “algumas vezes ao mês”. Relativo à eficácia profissional, as respostas foram consistentes com a ocorrência de “uma vez por mês” e “algumas vezes por semana”. Isso sugere que os estudantes, com regularidade, sentem-se emocionalmente esgotados em virtude das demandas acadêmicas e têm se mostrado mais descrentes quanto à utilidade e ao interesse em seus estudos. Contudo, não se percebem como inaptos ou incompetentes e acreditam que os estudos proporcionam aprendizado valioso e interessante. Embora os resultados tenham indicado níveis médios para duas dimensões de *burnout* (exaustão emocional e cinismo/descrença), a síndrome em si não se fez presente, dado que o escore de eficácia profissional foi de médio a alto. Segundo Schaufeli et al. (2002), os indicativos de *burnout* incluem pontuações altas em exaustão emocional e cinismo/descrença e baixas em eficácia profissional.

Quanto à prevalência de transtornos mentais comuns, o estresse psíquico destacou-se como o mais comum entre os universitários (21,4%), seguido por distúrbios do sono (17,9%); desconfiança do desempenho (12,3%); distúrbios psicossomáticos (8,3%) e desejo de morte (5,6%). No que tange ao fator “severidade de ausência de saúde mental”, a maioria dos estudantes (52,2%) apresentou caso sem agravo, enquanto 41,5% encontravam-se em situação limítrofe e 6,3% apresentaram caso com agravo. Esses resultados foram avaliados conforme a tabela de normas de padronização do Questionário de Saúde Geral, validado no Brasil por Pasquali et al. (1994). Segundo esse instrumento, valores iguais ou superiores a 3.00 indicam um perfil sintomático de Transtornos Mentais Comuns.

Variável	M	DP	Percentual		
Qualidade de Vida global	3.69	0.71			
Percepção geral de saúde	3.50	0.92			
Domínio físico	12.19	1.88			
Domínio psicológico	13.29	2.22			
Domínio das relações sociais	14.27	3.15			
Domínio meio ambiente	12.18	2.23			
Exaustão emocional	3.67	1.43			
Descrença	2.19	1.35			
Eficácia profissional	4.65	0.99			
			Sintomático	Limítrofe	Assintomático
Estresse psíquico	2.30	0.71	21,4%	27,4%	51,2%
Desejo de morte	1.55	0.67	5,6%	20,6%	73,8%
Desconfiança no desempenho	2.25	0.56	12,3%	30,2%	57,5%
Distúrbios do sono	2.08	0.80	17,9%	27,3%	54,8%
Distúrbios psicossomáticos	2.04	0.59	8,3%	37,9%	53,8%
Severidade da ausência de saúde mental	2.10	0.53	Com agravo 6,3%	Limítrofe 45,5%	Sem agravo 52,2%

Tabela 1 - Escores Médios dos Indicadores de Qualidade de Vida, Burnout e Saúde geral (N = 301)

## 4.2 Relações e efeitos preditores da Qualidade de Vida sobre *Burnout* e Transtornos Mentais Comuns

Identificou-se uma correlação significativa entre os domínios de qualidade de vida e as dimensões do *burnout*, assim como com os fatores de saúde. Observou-se que conforme aumentava a qualidade de vida nesses domínios, diminuía a exaustão emocional, o desejo de morte, a desconfiança no desempenho, os distúrbios do sono, os distúrbios psicossomáticos e a severidade da ausência de saúde mental.

Neste mesmo contexto, uma tendência oposta foi identificada. A eficácia profissional, uma dimensão da síndrome de *burnout*, exibiu uma correlação positiva com os domínios de qualidade de vida. Ou seja, ao contrário das métricas adversas mencionadas anteriormente, a eficácia profissional tende a aumentar com o aumento nos níveis de qualidade de vida.

Com base nesses resultados, sugere-se que os estudantes universitários que apresentam altos níveis de qualidade de vida em seus vários domínios demonstram menores incidências em duas dimensões cruciais do *burnout*, bem como em todas as métricas de saúde geral avaliadas. Aprofundando ainda mais essa análise, percebe-se que os maiores escores de qualidade de vida entre os estudantes estão também associados a níveis mais elevados de eficácia profissional, conforme detalhado na Tabela 2.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. Domínio físico	-												
2. Domínio psicológico	.55**	-											
3. Domínio das relações sociais	.43**	.51**	-										
4. Domínio meio ambiente	.50**	.57**	.46**	-									
5. Exaustão Emocional	-.35**	-.29**	-.24**	-.30**	-								
6. Descrença	-.24**	-.29**	-.19**	-.20**	.38**	-							
7. Eficácia Profissional	.30**	.40**	.26**	.22**	.01	-.36**	-						
8. Estresse Psíquico	-.45**	-.44**	-.42**	-.45**	.51**	.39**	-.16**	-					
9. Desejo de Morte	-.40**	-.44**	-.35**	-.41**	.34**	.38**	-.18**	.74**	-				
10. Desconfiança no Desempenho	-.50**	-.50**	-.45**	-.44**	.39**	.39**	-.28**	.83**	.71**	-			
11. Distúrbios do Sono	-.39**	-.27**	-.32**	-.29**	.39**	.20**	.02	.68**	.52**	.59**	-		
12. Distúrbios Psicossomáticos	-.37**	-.37**	-.39**	-.37**	.44**	.27**	-.12*	.75**	.53**	.68**	.67**	-	
13. Severidade da ausência de Saúde Mental	-.50**	-.49**	-.47**	-.48**	.48**	.39**	-.19**	.94**	.81**	.91**	.76**	.83**	-

\*p < .05. \*\*p < .01.

Tabela 2 – Correlações entre Qualidade de Vida, *Burnout* e Saúde Geral (n = 301)

A análise de regressão foi empregada para prever o impacto dos domínios de qualidade de vida sobre as dimensões do *burnout* e sobre os fatores de saúde geral. Conforme indicado na Tabela 3, os resultados da regressão demonstram que, em conjunto, os domínios de qualidade de vida predisseram significativamente as dimensões de exaustão emocional e eficácia profissional da síndrome de *burnout*. Os valores de R<sup>2</sup> foram de .15 e .18 (p < .001), respectivamente, e os valores de R<sup>2</sup> ajustado foram de .14 e .16, o que indica que os domínios de qualidade de vida previram 14% da variabilidade na exaustão emocional e 16% na eficácia profissional entre os universitários.

A magnitude e a direção das relações sugerem que níveis inferiores de qualidade de vida estão associados ao aumento da exaustão emocional, enquanto níveis mais elevados nos domínios físico, psicológico e de relações sociais estão associados ao aumento da percepção de autoeficácia profissional. Contudo, foi observado que a diminuição da

pontuação no domínio meio ambiente está associada ao aumento do nível de autoeficácia.

Além disso, os domínios de qualidade de vida influenciaram os níveis de estresse, desejo de morte, desconfiança no desempenho, distúrbios do sono, distúrbios psicossomáticos e severidade da ausência de saúde mental. Juntos, os domínios de qualidade de vida explicaram 37% da variabilidade do estresse, 25% do desejo de morte, 35% da desconfiança no desempenho, 17% dos distúrbios do sono, 22% dos distúrbios psicossomáticos e 36% da severidade da ausência de saúde mental entre estudantes universitários.

Modelo	VI	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> Ajustado	B	β	Erro padrão	F
Exaustão emocional	Domínio físico	.39**	.15	.14	-.72	-.24	1.33	13.15
	Domínio psicológico				-.15	-.06		
	Domínio relações sociais				-.11	-.06		
	Domínio meio ambiente				-.30	-.12		
Descrença	Domínio físico	.31	.10	.08	-.31	-.11	1.29	7.88
	Domínio psicológico				-.49	-.20		
	Domínio relações sociais				-.06	-.04		
	Domínio meio ambiente				-.04	-.02		
Eficácia profissional	Domínio físico	.42**	.18	.16	.24	.11	.90	15.75
	Domínio psicológico				.62	.35		
	Domínio relações sociais				.08	.06		
	Domínio meio ambiente				-.12	-.07		
Estresse	Domínio físico	.56**	.31	.30	-.32	-.21	.60	33.45
	Domínio psicológico				-.16	-.12		
	Domínio relações sociais				-.16	-.18		
	Domínio meio ambiente				-.24	-.19		
Desejo de morte	Domínio físico	.51**	.26	.25	-.23	-.16	.58	26.1
	Domínio psicológico				-.25	-.21		
	Domínio relações sociais				-.08	-.09		
	Domínio meio ambiente				-.20	-.17		
Desconfiança no desempenho	Domínio físico	.60**	.36	.35	-.28	-.24	.45	41.60
	Domínio psicológico				-.21	-.21		
	Domínio relações sociais				-.14	-.19		
	Domínio meio ambiente				-.12	-.12		
Distúrbios do sono	Domínio físico	.43**	.18	.17	-.50	-.29	.74	16.71
	Domínio psicológico				.03	.23		
	Domínio relações sociais				-.17	-.16		
	Domínio meio ambiente				-.13	-.09		
Distúrbios psicossomáticos	Domínio físico	.48**	.23	.22	-.19	-.15	.52	21.79
	Domínio psicológico				-.11	-.10		
	Domínio relações sociais				-.16	-.21		
	Domínio meio ambiente				-.15	-.14		
Severidade da ausência de saúde mental	Domínio físico	.61**	.37	.36	-.26	-.23	.42	44.12
	Domínio psicológico				-.14	-.14		
	Domínio relações sociais				-.14	-.21		
	Domínio meio ambiente				-.18	-.19		

Tabela 3 - Modelos de Regressão dos Domínios de Qualidade de Vida sobre o *Burnout* e Transtornos Mentais Comuns

## 5 | DISCUSSÃO

O objetivo central deste estudo foi explorar o efeito preditor da qualidade de vida na saúde mental de universitários do Campus de Guajará-Mirim da Universidade Federal de Rondônia. Notavelmente, os resultados indicaram que a qualidade de vida, em seus diversos domínios, apresenta uma forte correlação com as dimensões de exaustão emocional e baixa eficácia profissional do *burnout*, além de estar associada a níveis comuns de transtornos mentais.

Ao aprofundar essa análise, observou-se que estudantes universitários que percebem sua qualidade de vida como inferior - nos domínios físico, psicológico, relacional e ambiental - tendem a relatar maior esgotamento físico e mental. Esses indivíduos frequentemente enxergam as demandas acadêmicas como excessivas, indicam possuir poucos recursos emocionais para lidar com situações estressantes e expressam sentimentos de incapacidade e insatisfação com os estudos. Em consonância com essas descobertas, a revisão sistemática de literatura conduzida por Ribeiro et al. (2018) também identificou uma correlação negativa entre qualidade de vida e *burnout*, reforçando a consistência dessas observações.

Além disso, a qualidade de vida demonstrou influenciar significativamente os cinco fatores da saúde geral, incluindo estresse psíquico, desejo de morte, desconfiança na capacidade de desempenho, distúrbios do sono e distúrbios psicossomáticos, bem como a severidade da ausência de saúde mental. Esses resultados sugerem que uma qualidade de vida reduzida pode desencadear o aumento de experiências negativas entre os estudantes universitários, como tensão, irritação, impaciência, cansaço e sobrecarga, intensificando a sensação de vida como um fardo constante.

Dessa perspectiva, torna-se evidente que as dimensões que compõem a qualidade de vida, incluindo o bem-estar social, psicológico e um estado de saúde adequado, podem atuar como recursos importantes de ajuste psicológico frente às demandas estressantes da vida universitária (Gambetta-Tessini et al., 2016; Pekmezovic et al., 2011). Esses fatores, por consequência, parecem ser cruciais para a preservação da saúde mental dos estudantes universitários.

Apoiamos essa linha de pensamento, uma vez que os resultados deste estudo sugerem que estratégias focadas na promoção da qualidade de vida podem desempenhar um papel vital na atenuação dos problemas de saúde mental entre estudantes universitários. Isso nos leva a uma reflexão final sobre a importância de se promover uma boa qualidade de vida como fator de proteção para a saúde mental dos estudantes universitários, conforme destacado por Seo et al. (2018). Nesse contexto, é imperativo que as investigações continuem sobre outras dimensões psicossociais e acadêmicas que influenciam a saúde mental, ampliando o escopo para estudantes de diferentes regiões do Brasil.

## CONCLUSÃO

Em vista dos resultados e análises apresentados, conclui-se que os diversos domínios de qualidade de vida são fatores significativos para a proteção e manutenção da saúde mental da comunidade estudantil da Universidade Federal de Rondônia. Entende-se que, dada a grandeza do impacto negativo causado por problemas psicológicos na trajetória acadêmica e nas relações familiares e sociais desses estudantes, medidas urgentes devem ser tomadas.

O investimento em iniciativas institucionais e políticas públicas, voltadas para o aprimoramento da qualidade de vida da comunidade acadêmica, surge como uma estratégia vital. Sua implementação contribuiria para a promoção e preservação da saúde mental deste segmento significativo da população, auxiliando na construção de um ambiente universitário mais saudável.

Essa necessidade se torna ainda mais premente entre os estudantes que residem em regiões onde as oportunidades para a promoção das múltiplas dimensões de qualidade de vida são escassas. Nesses contextos, a demanda por políticas públicas e ações específicas torna-se ainda mais crucial, visando garantir que a experiência universitária seja marcada não somente pelo crescimento acadêmico, mas também pelo bem-estar mental.

Assim, reforça-se a necessidade de esforços contínuos e direcionados para entender melhor e agir sobre as variáveis que influenciam a qualidade de vida e, conseqüentemente, a saúde mental dos estudantes universitários. A execução de ações estratégicas e bem planejadas nesse sentido pode trazer benefícios duradouros não somente para os indivíduos diretamente envolvidos no contexto acadêmico, mas também para a sociedade em geral.

## REFERÊNCIAS

ACHARYA, L.; JIN, L.; COLLINS, W. **College life is stressful today - emerging stressors and depressive symptoms in college students.** *Journal of American College Health*, v. 66, n. 7, p. 655-664, 2018. <https://doi.org/10.1080/07448481.2018.1451869>

ALMEIDA, G. C. et al. **A prevalência da síndrome de burnout em estudantes de medicina.** *Arquivos de Psiquiatria Clínica*, v. 43, n. 1, p. 6-10, 2016. <https://dx.doi.org/10.1590/0101-60830000000072>

ASSUNÇÃO, D. et al. **A ocorrência da Síndrome de Burnout em universitários de cursos da área da saúde de uma instituição privada na região Norte de Minas Gerais:** um estudo transversal. *Revista de Ciências Médicas e Biológicas*, v. 18, n. 1, p. 15-20, 2019. <http://dx.doi.org/10.9771/cmbio.v18i1.27685>

AUERBACH, R. P. et al. **WHO world mental health surveys international college student project:** Prevalence and distribution of mental disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, v. 127, n. 7, p. 623–638, 2018. <https://doi.org/10.1037/abn0000362>

BORGOGNA, N. C. et al. **Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity Anxiety and Depression Across Gender and Sexual.** *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, p. 1–10, 2018. <http://dx.doi.org/10.1037/sgd0000306>

BULLOCK, G. et al. **The prevalence and effect of burnout on graduate healthcare students.** *Canadian Medical Education Journal*, v. 8, n. 3, p. 90–108, 2017. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5661741/>. Acesso em: 15 jul. 2022.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G.; OTTO, F.; KAUFFMANN, P. **Síndrome de burnout e coping em estudantes de psicologia.** *Boletim de psicologia*, v. 59, n. 131, p. 167-178, 2010.

CARLOTTO, M. S.; NAKAMURA, A. P.; CÂMARA, S. G. **Síndrome de Burnout em estudantes universitários da área da saúde.** *Psico*, v. 37, n. 1, p. 57-62, 2006.

CONCEIÇÃO, L. S. et al. **Saúde Mental dos Estudantes de Medicina Brasileiros: Uma Revisão Sistemática da Literatura.** *Avaliação*, Campinas, v. 24, n. 3, p. 785-802, 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-40772019000300012>

EVANS-LACKO, S. E.; THORNICROFT, G. **Viewpoint: WHO World Mental Health Surveys International College Student initiative: Implementation issues in low and middle-income countries.** *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, v. 28, n. 2, 2019. <https://doi.org/10.1002/mpr.1756>.

FERNÁNDEZ-RODRÍGUEZ, C.; SOTO-LÓPEZ, T.; CUESTA, M. **Needs and demands for psychological care in university students.** *Psicothema*, v. 31, n. 4, p. 414–421, 2019. <https://doi.org/10.7334/psicothema2019.78>

FERREIRA, C. M. G.; KLUTHCOVSKY, A. C. G. C.; CORDEIRO, T. M. G. **Prevalência de Transtornos Mentais Comuns e Fatores Associados em Estudantes de Medicina: um Estudo Comparativo.** *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 40, n. 2, p. 268–277, 2016. <http://dx.doi.org/10.1590/1981-52712015v40n2e02812014>

FLECK, M. P. A. et al. **Application of the Portuguese version of the abbreviated instrument of quality life WHOQOL-bref.** *Revista de Saúde Pública*, v. 34, n. 2, p. 178–183, 2000. <https://doi.org/10.1590/s0034-89102000000200012>

FLECK, M. P. A. et al. **Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da OMS (WHOQOL-100).** *Revista Brasileira de Psiquiatria*, v. 21, n. 1, p. 19–28, 1999. <https://doi.org/10.1590/s1516-44461999000100006>

FÓRUM NACIONAL DE PRÓ-REITORES DE ASSUNTOS ESTUDANTIS - FONAPRACE. **V Pesquisa Nacional de Perfil Socioeconômico e Cultural dos estudantes de graduação das Instituições Federais de Ensino Superior.** Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Estudantis. FONAPRACE, Uberlândia, 2019. Disponível em: <http://www.fonaprace.andifes.org.br/site/wp-content/uploads/2019/06/V-Pesquisa-do-Perfil-Socioecono%CC%82mico-dos-Estudantes-de-Graduac%CC%A7a%CC%83o-das-U.pdf>. Acesso em: 10 mai 2021

GALDINO, M. J. Q. et al. **Burnout among nursing students: a mixed method study.** *Investigación y Educación en Enfermería*, v. 38, n. 1, p. 1-5, 2020. <http://dx.doi.org/10.17533/udea.iee.v38n1e07>

GAMBETTA-TESSINI, K. et al. **Coping strategies and the Salutogenic Model in future oral health professionals.** *BMC Medical Education*, v. 16, n. 224, p. 1-8, 2016. <https://doi.org/10.1186/s12909-016-0740-z>

GOLDBERG, D. **A bio-social model for common mental disorders**. Acta Psychiatrica Scandinavica, v. 90, n. 385, p. 66–70, 1994.

GOLDBERG, D. P. **The Detection of Psychiatric Illness by Questionnaire**. London: Oxford University Press, 1972.

GOMES, C. F. M. et al. **Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: abordagem epidemiológica sobre vulnerabilidades**. SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool E Drogas, v. 16, n. 1, p. 1-8, 2020. <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.157317>

GRANER, K. M.; CERQUEIRA, A. T. A. R. **Revisão integrativa: sofrimento psíquico em estudantes universitários e fatores associados**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 24, n. 4, p. 1327–1346, 2019. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.09692017>

HERNÁNDEZ-TORRANO, D. et al. **Mental Health and Well-Being of University Students: A Bibliometric Mapping of the Literature**. Frontiers in Psychiatry, v. 11, p. 1–16, 2020. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01226>

JANUARY, J. et al. **Prevalence of depression and anxiety among undergraduate university students in low - and middle-income countries: A systematic review protocol**. Systematic Reviews, v. 7, n. 1, p. 1–5, 2018. <https://doi.org/10.1186/s13643-018-0723-8>

KARYOTAKI, E. et al. **Sources of Stress and Their Associations With Mental Disorders Among College Students: Results of the World Health Organization World Mental Health Surveys International College Student Initiative**. Frontiers in Psychology, v. 11, p. 1-11, 2020. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01759>

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. **The measurement of experienced burnout**. Journal of occupational Behavior, v. 2, p. 99-113, 1981. Disponível em: [https://smlr.rutgers.edu/sites/default/files/documents/faculty\\_staff\\_docs/TheMeasurementofExperiencedBurnout.pdf](https://smlr.rutgers.edu/sites/default/files/documents/faculty_staff_docs/TheMeasurementofExperiencedBurnout.pdf). Acesso em: 12 mar 2021.

MASLACH, C.; SCHAUFELI, W. B.; LEITER, M. P. **The job burnout**. Annual Review of Psychology, v. 52, n. 1, p. 397-422, 2001. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>

MORALES-RODRÍGUEZ, F. M.; PÉREZ-MÁRMOL, J. M.; BROWN, T. **Education Burnout and Engagement in Occupational Therapy Undergraduate Students and Its Associated Factors**. Frontiers Psychology, v. 10, n. 1, p. 1-11, 2019. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02889>

OTHMAN, N. et al. **Perceived impact of contextual determinants on depression, anxiety and stress: a survey with university students**. International Journal of Mental Health Systems, p. 1–10, 2019. <https://doi.org/10.1186/s13033-019-0275-x>

PASQUALI, L. et al. **Questionário de Saúde Geral de Goldberg (QSG): adaptação brasileira**. Psicologia: teoria e pesquisa, v. 10, n. 3, p. 421-437, 1994.

RIBEIRO, Í. J. S. et al. **Stress and Quality of Life Among University Students: A Systematic Literature Review**. Health Professions Education, v. 4, n. 2, p. 70–77, 2018. <http://dx.doi.org/10.1016/j.hpe.2017.03.002>

SAEED, H. et al. **Determinants of Anxiety and Depression Among University Students of Lahore**. International Journal of Mental Health and Addiction, v. 16, n. 5, p. 1283–1298, 2018. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9859-3>

SALANOVA, M. et al. **How obstacles and facilitators predict academic performance**: The mediating role of study burnout and engagement. *Anxiety, Stress and Coping*, v. 23, n. 1, p. 53–70, 2009. <https://doi.org/10.1080/10615800802609965>

SCHAUFELI, W. B. et al. **The Measurement of Engagement and Burnout**: A Two Sample Confirmatory Factor ANALYTIC APPROACH. *Journal of Happiness Studies*, v. 3, p. 71-92, 2002. <https://doi.org/10.1023/A:1015630930326>

SHANKLAND, R. et al. **Burnout in university students: the mediating role of sense of coherence on the relationship between daily hassles and burnout**. *Higher Education*, v. 78, p. 91–113, 2019. <https://doi.org/10.1007/s10734-018-0332-4>

SMOLEN, J. R.; ARAÚJO, E. M. **Raça/Cor da Pele e Transtornos Mentais no Brasil**: Uma Revisão Sistemática. *Ciencia & Saúde Coletiva*, v. 22, n. 12, p. 4021–4030, 2017. <https://doi.org/10.1590/1413-812320172212.19782016>

SOUZA, M. R.; CALDAS, T. C. G.; ANTONI, C. **Fatores de adoecimento dos estudantes da área da saúde**: uma revisão sistemática. *Psicologia e Saúde Em Debate*, v. 3, n. 1, p. 99–126, 2017. <https://doi.org/10.22289/2446-922X.V3N1A8>

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **The World Health Organization Quality of Life assessment (WHOQOL)**: position paper from the World Health Organization. *Soc Sci Med*, v. 41, n. 10, p. 1403-1409, 1995. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(95\)00112-k](https://doi.org/10.1016/0277-9536(95)00112-k)

WORLY, B. et al. **Burnout, perceived stress, and empathic concern**: differences in female and male Millennial medical students. *Psychology, Health & Medicine*, v. 24, n. 4, p. 429–438, 2018. <https://doi.org/10.1080/13548506.2018.1529329>.