

**UNIVERSIDADE TECNOLÓGICA FEDERAL DO PARANÁ
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS CONTÁBEIS
CURSO DE CIÊNCIAS CONTÁBEIS**

**ELIANE TAVARES HERBER
FRANCIELI DALLA COSTA REBELATTO**

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

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

**PATO BRANCO
2020**

**ELIANE TAVARES HERBER
FRANCIELI DALLA COSTA REBELATTO**

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

***STRESS AND BURNOUT SYNDROME IN THE STUDENTS OF THE
ACCOUNTING SCIENCES COURSE***

Trabalho de Conclusão de Curso de graduação/Dissertação/Tese apresentada como requisito para obtenção do título de Bacharel/Licenciado/Tecnólogo/Mestre/Doutor em Ciências Contábeis da Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR).

Orientador: Prof. Dr. Ricardo Adriano Antonelli.

Coorientador: Prof. Dr. Sérgio Paes de Barros.

**PATO BRANCO
2020**



Esta é a mais restritiva das seis licenças principais Creative Commons. Permite apenas que outros façam download dos trabalhos licenciados e os compartilhem desde que atribuam crédito ao autor, mas sem que possam alterá-los de nenhuma forma ou utilizá-los para fins comerciais.



Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Campus Pato Branco
Curso de Ciências Contábeis
Coordenação de Trabalho de Conclusão de Curso



TERMO DE APROVAÇÃO

Título do Trabalho de Conclusão de Curso

Estresse e síndrome de *Burnout* em Acadêmicos do Curso de Ciências Contábeis

Nome das Alunas: Eliane Tavares Herber e Francieli Dalla Costa Rebelatto

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi apresentado no dia 10 de dezembro de 2020 como requisito parcial para obtenção do Título de Bacharel em Ciências Contábeis, do Departamento de Ciências Contábeis - DACON, no Curso de Ciências Contábeis da Universidade Tecnológica Federal do Paraná. Os candidatos foram arguidos pela Banca Examinadora, composta pelos professores abaixo assinados. Após deliberação, a Banca Examinadora considerou o trabalho aprovado.

Prof. Dr. Ricardo Adriano Antonelli
Orientador

Prof. Dr. Luiz Fernando Casagrande
Avaliador - UTFPR

Prof. Dra. Priscila Rubbo
Avaliadora - UTFPR

AGRADECIMENTOS

Eu, Eliane, gostaria de agradecer especialmente a minha colega de estudo, Francieli Dalla Costa Rebelatto, que me chamou para essa jornada de pesquisa e aprendizado que é um trabalho de conclusão de curso, nosso esforço e união são ingredientes cruciais para o sucesso desse trabalho.

Aos professores incríveis que transmitiram conhecimento e que muitas vezes exigiram mais do que eu acreditava ser capaz, o meu muito obrigada! Durante o curso pude aprender e ensinar passei mudanças e desafios, novidades e cobranças, mas sou grata por tudo que os quatro anos de faculdade me proporcionaram, principalmente pelos colegas que se tornaram amigos para a vida.

Aos orientadores Prof. Dr. Ricardo A. Antonelli e Prof. Dr. Sergio P. de Barros, o meu máximo agradecimento, principalmente por todo conhecimento compartilhado e tempo investido em nós, não tenho dúvida que conhecimento muda o mundo e creio que eles são grandes agentes dessa mudança.

Eu, Francieli agradeço a Deus pela dádiva da vida, e por me proporcionar saúde e forças para superar todos os momentos difíceis que passei durante toda a minha graduação.

A minha família por todo apoio, atenção, afeto e dedicação atribuídos a mim, espero um dia poder retribuir. Agradeço em especial a minha mãe Salete, por ser a minha base, o meu exemplo de vida.

Ao meu marido Anderson, por me apoiar sempre, por entender os momentos em que estive ausente para me dedicar aos estudos, e por acreditar em mim, quando eu mesma não acreditei.

Ao meu cachorro Steve, por ser tão companheiro, e esperar pacientemente ao meu lado todos os dias, o momento de finalizar meus estudos e então lhe dar atenção.

A esta Universidade e a todos os mestres que contribuíram com a minha formação acadêmica e profissional durante toda a minha vida. Em especial ao nosso orientador Prof. Dr. Ricardo A. Antonelli por acreditar em nós, e em nossa proposta, por todo o tempo, atenção e conhecimentos repassados. Estendo o meu agradecimento ao nosso coorientador, o Prof. Dr. Sérgio Barros, pelo seu conhecimento e por todas as suas contribuições.

A minha colega Eliane, por toda a sua dedicação, parceria e apoio, não somente com relação ao desenvolvimento da nossa monografia, como em todo o período de graduação que estudamos juntas.

Por fim deixamos nosso agradecimento a todos que de uma forma ou outra fizeram parte deste caminho e contribuíram para conclusão deste trabalho.

“Deixem que o futuro diga a verdade e avalie cada um de acordo com o seu trabalho e realizações. O presente pertence a eles, mas o futuro pelo qual eu sempre trabalhei pertence a mim.” (Nikola Tesla)

RESUMO

Diversos estudantes brasileiros de contabilidade vivenciam diariamente uma jornada dupla, conciliando o trabalho durante o dia e o estudo a noite. Para os alunos que exercem atividades remuneradas, o estudo é considerado, uma extensão da jornada de trabalho. Essa condição pode contribuir para uma carga excessiva de obrigações, dificultando o controle dos sentimentos bons e ruins acumulados no dia a dia, muitas vezes ocasionando o surgimento do estresse, este é caracterizado por um estado de tensão e desequilíbrio intenso no organismo. O estresse pode desencadear diversas doenças como a síndrome de *Burnout*, que está diretamente relacionada ao estresse crônico, à exaustão emocional e o esgotamento físico e mental. Diante disso, o presente estudo teve como objetivo medir os níveis de estresse nos acadêmicos, verificar se há presença da síndrome de *Burnout* e analisar as possíveis causas destes, caso fossem diagnosticados durante o ano letivo de 2019, nos acadêmicos do curso de Ciências Contábeis da Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR) – Câmpus Pato Branco. A presente pesquisa classifica-se como descritiva, possui abordagem quantitativa e se enquadra como *survey*. Os instrumentos utilizados para a coleta de dados das 138 respostas válidas foram ISSL (Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de *Lipp*) e CBI-S (*Copenhagen Burnout Inventory – Student Version*). Os resultados obtidos na pesquisa evidenciam a presença de estresse nos estudantes respondentes da pesquisa, indicando que os alunos se encontram mais estressados no 1º e 2º bimestres do ano, apresentando menos sintomas nos demais. O estudo identifica estudantes com sintomas de estresse na fase de exaustão, também conhecido como síndrome de *Burnout*; estes estão relacionados principalmente com a vida pessoal e ao trabalho/estudos, o que é claramente um reflexo da dupla jornada vivenciada pelos respondentes. Os resultados obtidos no teste de Anova de Friedman indicam que há diferenças dos níveis de estresse entre os bimestres, e que há mais alunos no nível de quase exaustão e exaustão nos dois primeiros bimestres do ano. Com relação ao teste Anova referente a síndrome de *Burnout*, os dados apresentados demonstram que não houve diferenças estatisticamente significativas entre os quatro bimestres analisados. Diante dos resultados obtidos espera-se fomentar discussões em torno do assunto, 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, e que a universidade possa realizar intervenções junto do grupo de estudantes mais afetados, viabilizando propostas para minimizar os efeitos do estresse na vida acadêmica, evitando problemas de evasão estudantil.

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

ABSTRACT

Several Brazilian accounting students experience a double day, combining work during the day and study at night. For students who carry out paid activities, the study is considered an extension of the workday. This condition can contribute to an excessive burden of obligations, making it difficult to control the good and bad feelings accumulated in daily life, often causing the emergence of stress, which is characterized by a state of tension and intense imbalance in the body. Stress can trigger several diseases such as *Burnout* syndrome, which is directly related to chronic stress, emotional exhaustion and physical and mental exhaustion. In view of this, the present study aimed to measure stress levels in academics, check for the presence of *Burnout* syndrome and analyze the possible causes of these, if they were diagnosed during the academic year of 2019, in the students of the Accounting Sciences course at Federal Technological University of Paraná (UTFPR) - Pato Branco Campus. This research is classified as descriptive, has a quantitative approach and fits as a survey. The instruments used to collect data from the 138 valid responses were ISSL (Lipp's Stress Symptom Inventory for Adults) and CBI-S (Copenhagen *Burnout* Inventory - Student Version). The results obtained in the research show the presence of stress in the students who responded to the research, indicating that students are more stressed in the 1st and 2nd bimonths of the year, presenting less symptoms in the others. The study identifies students with symptoms of stress in the exhaustion phase, also known as *Burnout* syndrome; these are mainly related to personal life and work / studies, which is clearly a reflection of the double journey experienced by the respondents. The results obtained in Friedman's Anova test indicate that there are differences in stress levels between the two months, and that there are more students at the level of near-exhaustion and exhaustion in the first two months of the year. With regard to the Anova test for *Burnout* syndrome, the data presented demonstrate that there were no statistically significant differences between the four bimonths analyzed. In view of the results obtained, it is expected to encourage discussions on the subject, since they can serve as a source of information for students, so that they organize their schedules so as not to feel the burden of the double shift, and that the university can carry out interventions with the group of students most affected, enabling proposals to minimize the effects of stress on academic life, avoiding problems with student dropout.

Keywords: Stress. *Burnout* syndrome. Accounting Sciences.

LISTA DE QUADROS

| | |
|--|----|
| Quadro 1 - Bloco I – Estresse | 30 |
| Quadro 2 - Bloco I – Estresse | 30 |
| Quadro 3 - Bloco I – Estresse | 31 |
| Quadro 4 - Bloco II - Síndrome de <i>Burnout</i> | 32 |
| Quadro 5 - Bloco III – Caracterização do Respondente | 32 |

LISTA DE TABELAS

| | |
|--|----|
| Tabela 1 – Caracterização da amostra..... | 35 |
| Tabela 2 - Sintomas 1º bimestre Quadro 1 | 37 |
| Tabela 3 – Sintomas 2º bimestre Quadro 1..... | 38 |
| Tabela 4 – Sintomas 3º bimestre Quadro 1..... | 39 |
| Tabela 5 - Sintomas 4º bimestre Quadro 1 | 40 |
| Tabela 6 – Sintomas Totais Quadro 1 | 41 |
| Tabela 7 – Índice de Alunos Estressados Quadro 1 | 42 |
| Tabela 8 – Sintomas 1º bimestre Quadro 2..... | 42 |
| Tabela 9 – Sintomas 2º bimestre Quadro 2..... | 43 |
| Tabela 10 – Sintomas 3º bimestre Quadro 2..... | 44 |
| Tabela 11 – Sintomas 4º bimestre Quadro 2..... | 45 |
| Tabela 12 – Sintomas Totais Quadro 2..... | 46 |
| Tabela 13 – Índice de Alunos Estressados Quadro 2 | 47 |
| Tabela 14– Sintomas 1º bimestre Quadro 3..... | 47 |
| Tabela 15 – Sintomas 2º bimestre Quadro 3..... | 48 |
| Tabela 16 – Sintomas 3º bimestre Quadro 3..... | 49 |
| Tabela 17 – Sintomas 4º bimestre Quadro 3..... | 50 |
| Tabela 18 – Sintomas totais Quadro 3 | 51 |
| Tabela 19 – Índice de alunos estressados Quadro 3 | 52 |
| Tabela 20 – Índice geral de alunos estressados | 53 |
| Tabela 21 – Índice de abstenções de respostas | 54 |
| Tabela 22 - Estatísticas descritivas com relação a síndrome de <i>Burnout</i> no 1º bimestre..... | 55 |
| Tabela 23 - Estatísticas descritivas com relação a síndrome de <i>Burnout</i> no 2º bimestre..... | 56 |
| Tabela 24 - Estatísticas descritivas com relação a síndrome de <i>Burnout</i> no 3º bimestre..... | 57 |
| Tabela 25 - Estatísticas descritivas com relação a síndrome de <i>Burnout</i> no 4º bimestre..... | 57 |
| Tabela 26 - Valores médios do CBI de estudos precedentes..... | 58 |
| Tabela 27 - Escalas, itens e frequência de respostas do <i>Burnout</i> pessoal 1º bimestre | 59 |
| Tabela 28 - Escalas, itens e frequência de respostas do <i>Burnout</i> pessoal 2º bimestre | 60 |
| Tabela 29 - Escalas, itens e frequência de respostas do <i>Burnout</i> pessoal 3º bimestre | 60 |
| Tabela 30 - Escalas, itens e frequência de respostas do <i>Burnout</i> pessoal 4º bimestre | 61 |
| Tabela 31 - Escala, itens e frequência de respostas do <i>Burnout</i> relacionado aos estudos - 1º bimestre..... | 62 |
| Tabela 32 - Escala, itens e frequência de respostas do <i>Burnout</i> relacionado aos estudos - 2º bimestre..... | 63 |
| Tabela 33 - Escala, itens e frequência de respostas do <i>Burnout</i> relacionado aos estudos - 3º bimestre..... | 64 |

| | |
|---|----|
| Tabela 34 - Escala, itens e frequência de respostas do <i>Burnout</i> relacionado aos estudos - 4º bimestre..... | 64 |
| Tabela 35 - Escalas, itens e frequências de respostas do <i>Burnout</i> relacionado aos colegas - 1º bimestre..... | 65 |
| Tabela 36 - Escalas, itens e frequências de respostas do <i>Burnout</i> relacionado aos colegas - 2º bimestre..... | 66 |
| Tabela 37 - Escalas, itens e frequências de respostas do <i>Burnout</i> relacionado aos colegas - 3º bimestre..... | 67 |
| Tabela 38 - Escalas, itens e frequências de respostas do <i>Burnout</i> relacionado aos colegas - 4º bimestre..... | 68 |
| Tabela 39 - Escalas, itens e frequências de respostas do <i>Burnout</i> relacionado aos professores - 1º bimestre | 68 |
| Tabela 40 - Escalas, itens e frequências de respostas do <i>Burnout</i> relacionado aos professores - 2º bimestre | 69 |
| Tabela 41 - Escalas, itens e frequências de respostas do <i>Burnout</i> relacionado aos professores - 3º bimestre | 70 |
| Tabela 42 - Escalas, itens e frequências de respostas do <i>Burnout</i> relacionado aos professores - 4º bimestre | 71 |
| Tabela 43 - Diferenças de médias Quadro 1..... | 73 |
| Tabela 44 - Diferenças de médias para o Quadro 2..... | 73 |
| Tabela 45 - Diferenças de médias para o Quadro 3..... | 74 |
| Tabela 46 - Diferenças de médias para síndrome de <i>Burnout</i> | 75 |

LISTA DE ABREVIATURAS

| | |
|----|----------------|
| MW | Mann-Whitney |
| KW | Kruskal-Wallis |

LISTA DE SIGLAS

| | |
|---------|---|
| CBI | <i>Copenhagen Burnout Inventory</i> |
| CBI-S | <i>Copenhagen Burnout Inventory – Student Version</i> |
| ISMA-BR | Associação Internacional de Gerenciamento de Estresse no Brasil |
| ISSL | Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp |
| OMS | Organização Mundial da Saúde |
| RA | Rendimento Acadêmico |
| TCC | Trabalho de Conclusão de Curso |
| UTFPR | Universidade Tecnológica Federal do Paraná |

LISTA DE ACRÔNIMOS

IES Instituição de Ensino Superior

SUMÁRIO

| | |
|--|-----------|
| 1 INTRODUÇÃO | 16 |
| 1.1 CONTEXTUALIZAÇÃO E PROBLEMA DE PESQUISA | 16 |
| 1.2 OBJETIVO GERAL | 18 |
| 1.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS | 18 |
| 1.4 JUSTIFICATIVA | 19 |
| 1.5 DELIMITAÇÕES | 21 |
| 2 REFERENCIAL TEÓRICO | 22 |
| 2.1 ESTRESSE | 22 |
| 2.2 SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i> | 24 |
| 2.3 ESTRESSE E <i>BURNOUT</i> NO COTIDIANO CONTÁBIL | 26 |
| 3 METODOLOGIA DE PESQUISA | 29 |
| 3.1 ENQUADRAMENTO METODOLÓGICO | 29 |
| 3.2 INSTRUMENTO PARA COLETA DE DADOS | 29 |
| 3.3 AMOSTRA DE PESQUISA | 33 |
| 3.4 PROCEDIMENTOS PARA COLETA E ANÁLISE DOS DADOS | 33 |
| 4. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS | 35 |
| 4.1 ANÁLISE DO PERFIL DOS ESTUDANTES | 35 |
| 4.2 ANÁLISE DO NÍVEL DE ESTRESSE DOS ACADÊMICOS | 36 |
| 4.3 ANÁLISE DA SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i> NOS ACADÊMICOS | 55 |
| 4.4 ANÁLISE DA SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i> COM A CARACTERIZAÇÃO DOS RESPONDENTES | 71 |
| 4.5 ANÁLISE DA VARIAÇÃO DO ESTRESSE DURANTE O ANO LETIVO | 72 |
| 4.5.1 ANÁLISE DA VARIAÇÃO DA SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i> DURANTE O ANO LETIVO | 75 |
| 4.6 PONTOS QUE AFETAM NEGATIVAMENTE O RESPONDENTE COM RELAÇÃO AO ESTUDO | 75 |
| 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS | 77 |
| REFERÊNCIAS | 80 |
| APÊNDICES | 85 |
| APÊNDICE A – Termo de Consentimento dos Discentes | 85 |
| APÊNDICE B - Questionário de Pesquisa | 86 |

1 INTRODUÇÃO

1.1 CONTEXTUALIZAÇÃO E PROBLEMA DE PESQUISA

A maioria dos estudantes brasileiros de contabilidade, segundo Peleias (2008), costumam trabalhar durante o dia e estudar a noite, o que caracteriza a dupla jornada. Assim, na grande maioria dos estudantes dos cursos noturnos de Ciências Contábeis, segundo Matsuura (2008), para os que exercem atividade remunerada, o estudo é uma extensão da jornada de trabalho, possibilitando assim a obtenção de renda e ascensão profissional ao fim do curso.

Neste contexto, na visão de Carlotto e Câmara (2008), a inserção profissional, muitas vezes, é facilitada pelas experiências vividas ao longo do curso, pelas escolhas e expectativas profissionais do aluno. Ainda segundo a análise dos autores, o período acadêmico deveria contribuir no aprendizado para o mercado de trabalho, porém, como isso nem sempre ocorre, reações como ansiedade são desencadeadas, fazendo com que o acadêmico se torne cauteloso, tendo receio em cometer erros que possam prejudicar seus clientes ou não ser reconhecido por colegas e professores.

A dupla jornada, muitas vezes pode contribuir para uma carga excessiva de obrigações, que para Campos *et al.* (2016), dificulta o controle dos sentimentos bons e ruins acumulados no dia-a-dia, muitas vezes ocasionando 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 da sociedade, segundo Lipp (2003) é o modo de vida que a sociedade urbana vive; ele é responsável por produzir consequências negativas para o indivíduo e para comunidade. Ainda segundo o autor, 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 a sociedade em que vive.

Nesta mesma linha, as razões dadas por França e Rodrigues (2012) para o surgimento do estresse são diversas, podendo surgir por muito ou pouco trabalho, pressões do tempo e de prazos, decisões para tomar, fadiga física, longas jornadas de trabalho, tendo o profissional que lidar com as mudanças no trabalho e a preocupação com os custos e despesas causados por erros cometidos.

A Síndrome de *Burnout* é uma das mais importantes e corriqueiras consequências do estresse ocupacional e, segundo Schmidt et al, (2013) pode ser causada pelo estresse prolongado, cujas situações de enfrentamento utilizadas não foram suficientes.

A dupla jornada e o esgotamento proporcionado pela grande demanda de atividades a serem realizadas na graduação, juntamente com o sentimento de incompetência ao realizar as tarefas acadêmicas são evidenciados por Back; Moser e Amorin (2009) como um dos principais indícios da presença de *Burnout*.

Para Campos *et al.* (2016) *Burnout* é definido como nome atribuído à condição na qual a pessoa não tem o mínimo interesse em reagir diante de uma situação, considerando o que está à sua volta algo sem importância; essa indiferença costuma fazer com que o indivíduo desista de coisas ao seu redor, geralmente em seu ambiente do trabalho.

Dentre as formas que *Burnout* pode se manifestar estão desânimo, desesperança, cinismo, isolamento, inflexibilidade, absenteísmo, entre outros fatores que afetam a produção. Pereira *et al.* (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, deteriorando a imagem e trazendo prejuízos financeiros a instituição em que o profissional está inserido.

Segundo a Organização Mundial da Saúde – OMS (2019), a síndrome de *Burnout* será contemplada na Classificação Internacional de Doenças, no capítulo de “problemas associados” ao emprego ou ao desemprego e é descrito como “uma síndrome resultante de um estresse crônico no trabalho que não foi administrado com êxito” (ESTADÃO, 2019).

Em estudo realizado por Medeiros, Antonelli e Portulhak (2018) com alunos dos Cursos de Administração e Ciências Contábeis de uma IES pública do sul do Brasil é possível observar que 86,5% dos respondentes possuíam vínculo empregatício, e que destes, 70,6% desempenham funções nas áreas administrativa e contábil. Ainda no estudo, os autores indicam aumento de pesquisas a respeito da

saúde mental de estudantes universitários, mostrando que o ambiente que deveria motivar os estudantes está se tornando causador de doenças de cunho psicológico, relacionadas ao estresse, ansiedade e depressão.

Diante dos dados e pesquisas apresentados anteriormente, onde foi possível concluir que a dupla jornada, tende a contribuir para o aumento do estresse e surgimento da síndrome de *Burnout*, a presente pesquisa busca responder ao seguinte problema: Há presença de estresse e síndrome de *Burnout* nos acadêmicos do curso de Ciências Contábeis durante o ano letivo de 2019? Em caso positivo, há variação durante o ano?

1.2 OBJETIVO GERAL

Com a finalidade de responder ao problema de pesquisa, foi fundamental definir o objetivo geral do estudo, que é de verificar se há variação do nível de estresse e da síndrome de *Burnout* durante o ano letivo de 2019, nos acadêmicos do curso de Ciências Contábeis da Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR) – Câmpus Pato Branco.

1.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Para atingir o objetivo geral, foram dispostos os seguintes objetivos específicos:

- Medir os níveis de estresse nos acadêmicos;
- Verificar se há presença da síndrome de *Burnout* nos alunos;
- Analisar as possíveis causas do estresse e a síndrome de *Burnout*, caso sejam diagnosticadas nos alunos.

1.4 JUSTIFICATIVA

Ao ingressar na universidade, ocorrem muitas mudanças na vida do estudante. A adaptação ao novo ambiente, aos colegas, a exigência de autonomia, a responsabilidade com os estudos e as expectativas criadas quanto ao futuro profissional, os quais são apenas alguns dos desafios a serem enfrentados pelos acadêmicos.

Nesse sentido, Peleias *et al.* (2017) afirmam que, os futuros contadores passam por diversas situações estressoras ao longo do curso, onde são cobrados por atividades que exigem preparo prévio, como relatórios, exercícios práticos, atividades em grupo, entre outros.

Nas palavras da presidente da Associação Internacional de Gerenciamento de Estresse no Brasil (Isma-BR), Ana Maria Rossi, as pessoas continuam em seus postos de trabalho, mesmo estando em um nível exacerbado de estresse, onde o trabalhador nesse estado está mais propenso a cometer erros graves (ISMA BRASIL, 2017).

De acordo com Trigo, Teng e Hallak (2007), com o passar dos anos, há uma tendência de um maior número de pessoas estarem sujeitas a possuir transtornos mentais, devido a organização na qual o indivíduo trabalha, os indivíduos ao seu redor, o próprio trabalho e a sociedade como um todo.

Segundo pesquisa da Isma-BR com profissionais de Porto Alegre (RS) e São Paulo (SP), em 2016, com idade entre 25 e 65 anos, com idade entre 25 e 65 anos, 72% disseram estar frequentemente estressados, sendo que desse total, 32% sofreriam de *Burnout*, 92% das pessoas com a síndrome continuam trabalhando, 90% praticavam o presenteísmo; 49% deles apresentavam depressão; 97% relataram ter exaustão, sem condições físicas e emocionais para fazer qualquer coisa; e 91% sofriam com desesperança, solidão, raiva e impaciência (ISMA BRASIL, 2017).

De acordo com a declaração da coordenadora do serviço de Psicologia do Hospital Albert Einstein, Ana Merzel 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 disso, essa pesquisa tem como contribuição teórica, o confronto dos resultados alcançados com estudos precedentes, com o objetivo de analisar as semelhanças e as incompatibilidades das particularidades dos acadêmicos que possuem a síndrome de *Burnout* e/ou o estresse, permitindo a identificação de um contexto de maior ou menor fragilização da relação do aluno com o curso, as pessoas e a instituição.

Além disso, busca-se verificar se há presença da síndrome de *Burnout* e/ou o estresse nos alunos no decorrer do ano letivo, e efetuar a comparação dos resultados alcançados com estudos anteriores a fim de concluir se apresentam concordância ou divergência com a situação analisada.

Como contribuição prática, a presente pesquisa busca demonstrar aos envolvidos no curso de Ciências Contábeis da Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR), 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 preparar o corpo docente para ações que estejam de acordo com a situação encontrada, também serve como fonte de orientação para que os alunos escolham rotinas adequadas para a sua integridade física e mental, evitando situações de desgaste.

Com isso, especula-se a possibilidade de a IES adaptar a sua didática, buscando juntamente com os alunos o caminho para um melhor desempenho acadêmico, a fim de diminuir os índices de desistência e estresse, bem como buscar uma forma de ajudá-los a superar os problemas causados pela rotina acadêmica e profissional, inevitável em muitos casos.

Ainda em relação a contribuição prática dessa pesquisa para a Instituição de Ensino Superior (IES) se dá pela relevância das informações que o estudo pode proporcionar, Wynaden & Murray (2013) apontam que os universitários têm sido apontados como uma população vulnerável a desenvolver problemas psicológicos, o que corrobora com a versão de Bardagi e Hutz (2011), que percebem necessidade de ampliação das pesquisas em torno do assunto, para que haja um levantamento dos eventos considerados geradores de estresse no ambiente universitário,

especificamente os envolvidos na rotina acadêmica, somada com experiência profissional.

A pesquisa busca também estimular o processo decisório que determina o tratamento de situações, como as expressas nessa pesquisa, pelos consultores pedagógicos e para os alunos, busca auxiliar nas suas escolhas, quanto às metodologias e didáticas do processo de aprendizagem ao longo do curso.

Espera-se que a pesquisa se torne um instrumento de investigação sobre as vivências acadêmicas, e que diante dos dados apresentados fomentem-se 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 influência negativa desses fatores no desempenho acadêmico, visando como resultado a melhoria do processo ensino-aprendizagem.

1.5 DELIMITAÇÕES

O campo de pesquisa do estudo tem como referências os acadêmicos do primeiro, segundo, terceiro e quarto anos do curso de Ciências Contábeis da UTFPR – Câmpus Pato Branco no ano de 2019.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

A revisão da literatura da presente pesquisa está dividida em três seções: (i) Estresse; (ii) síndrome de *Burnout* e (iii) Estresse e *Burnout* no cotidiano contábil

2.1 ESTRESSE

De acordo com Braga, Pereira e Marques (2008), 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 do alerta é considerada a fase positiva do estresse, pois há produção de adrenalina, a sobrevivência é preservada e uma sensação de plenitude é alcançada. Na fase de resistência, o indivíduo procura lidar com os fatos estressores, caso persistam, há uma baixa na resistência do indivíduo, e ela passa à fase de exaustão. Já na da exaustão, doenças graves podem ocorrer como enfarte, úlceras, psoríase, depressão e outros (LIPP, 2003).

Segundo Rossetti *et al* (2008), os autores sintetizam que o estresse é toda reação psicológica, física, mental e hormonal que ocorre quando o indivíduo passa por um evento estressor. Qualquer evento pode ser percebido como estressante na medida em que desafie ou ameace as necessidades psicológicas básicas de relacionamento, competência e autonomia de cada um.

De acordo com a afirmação de Guimarães (2014), os estímulos estressores podem ser variados ao longo da vida, ocorrendo de várias formas e por vários motivos, seja por conta da vida contemporânea estressante, pelas mudanças de valores, excesso de competição e cobranças, e ainda segundo Lipp (2007), muitos

outros fatores externos e internos podem contribuir para que o ser humano viva em constante tensão.

Neste contexto, em pesquisa realizada por Rego, Ferreira e Costa (2012) foi constatado que a exaustão emocional é encontrada de forma moderada entre os docentes do Curso de Ciências Contábeis da Universidade Federal do Piauí, por outro lado, a dimensão de despersonalização não foi apresentada entre os profissionais entrevistados.

A análise de resultados apresentada por Campos *et al.* (2016) referente aos níveis de estresse em formandos de Administração e Ciências Contábeis de uma Universidade Pública indicam que 40,4% das mulheres respondentes da pesquisa estavam na fase sem estresse, 34,6% na fase de resistência e 25% na fase de exaustão. Já entre os homens, esses percentuais foram diferentes: 29,1% na fase sem estresse, 54,5% na fase de resistência e 16,4% na fase de exaustão. Em geral, 70,9% dos homens se encontravam nas fases de resistência e exaustão, ao passo que 59,6% das mulheres se encontravam nas fases de resistência e exaustão. Os autores ainda ressaltam que o estudo foi realizado apenas com alunos que estavam cursando o último ano de graduação.

A partir disso, acredita-se que os estressores no último ano de graduação, como a elaboração do TCC e, a adaptação a longas rotinas de estudo, além de conciliar os estudos com o trabalho, podem ser potencializadores de maiores níveis de estresse, uma vez que “a partir desse momento passa a existir um nível acelerado de informações e, sobretudo, de preocupações, decorrentes dos estressores; é com base no que o indivíduo visualiza na universidade que ele passa a moldar aquilo dentro de seu futuro profissional, muitas vezes encontrando incertezas ao longo desse percurso” (CAMPOS *et al.*, 2016).

Com a análise do nível de estresse, realizada por Rezende, Miranda e Pereira (2017) por meio da Escala de Estresse Percebido (PSS), é possível identificar que mais da metade dos estudantes de contabilidade “apresentou um nível alto de estresse, cerca 48,87%, e muito alto, cerca de 6,80%, onde apenas 4,21% apresentaram um nível considerado baixo”. Também foi possível encontrar no estudo uma associação significativa e negativa do nível de estresse com a variável de desempenho.

Pode ser observado o mesmo comportamento no estudo realizado por Peleias (2017), em que na divisão do tempo entre a vida acadêmica e profissional,

81,4% estudantes de ciências contábeis das IES analisada declararam trabalhar 8 horas por dia, caracterizando a dupla jornada, o que pode ocasionar o início do estresse crônico. Destes, 46,3% relataram exaustão emocional, 11,2% descrença ou despersonalização e 31,3% alteração na eficácia profissional. O método utilizado para esse estudo é o de Shiron (1989), onde em função da frequência semanal da manifestação dos sintomas identifica-se o estresse crônico.

É importante destacar que, no contexto brasileiro, o profissional contábil enfrenta problemas relacionados ao estresse desde a sua formação, uma vez que Guimarães (2014), Campos *et al.* (2016) e Peleias *et al.* (2017) encontraram características estressoras entre estudantes ainda no período de graduação.

Diante disso, é possível constatar os efeitos negativos do estresse sobre o bom funcionamento do indivíduo, por meio da análise de Souza e Barros (2018), que indicam os impactos dessa condição em diversas dimensões da vida. Os autores apontam ainda que a exposição constante ao estresse tem consequências prejudiciais à saúde física e mental das pessoas, além de afetar a qualidade de vida na sociedade como um todo.

2.2 SÍNDROME DE *BURNOUT*

Na visão de Freudenberger (1975), *Burnout* significa chegar à exaustão, fracassar pelo excesso de esforço. Segundo Harrison (1999) a síndrome de *Burnout* é o resultado do estresse crônico, típico do cotidiano do trabalho, principalmente quando neste existem excessiva pressão, conflitos, poucas recompensas emocionais e pouco reconhecimento.

Essa síndrome se materializa com o tempo; muitas vezes, a pessoa não percebe os sinais de alerta e se aprofunda em um processo acumulativo de estresse crônico (REINHOLD, 2002).

Segundo (Delgado *et al.*, 1993; Doménech, 1995), a síndrome de *Burnout* surge em um processo constante, gradual e acumulativo, sendo capaz de chegar a um estado elevado de gravidade. Sua evolução pode levar anos, até mesmo décadas (Rudow, 1999) e quase nunca é notada em seus estágios iniciais (Guimarães, 2000).

Para Freudenberger (1975), quanto mais energia e dedicação um indivíduo atribuir para realização de determinada tarefa, maior se torna a sua frustração, exaustão e com isso, diminui a produtividade nas obrigações que devem ser realizadas. Além disso, o autor evidencia alguns comportamentos, que podem ser observados em pessoas com a síndrome de *Burnout*, como a perda de peso, dor de cabeça, falta de ar, teimosia, relutância e inflexibilidade a mudanças, insônia e depressão.

De acordo com Carlotto (2002), com base na perspectiva de Maslach, 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, e por atitudes negativas relacionadas as atividades diárias e atitudes insensíveis para com colegas de trabalho, enquanto que, na visão de (Maslach, 2005), com o agravamento dessas atitudes o indivíduo passará a ter sensações de incompetência, falta de realização e menor produtividade no trabalho, que é a terceira dimensão da síndrome, a baixa realização pessoal, intimamente ligada com o sentimento de incapacidade, inaptidão.

Ao iniciar a fase adulta, o estudante passa por inúmeras mudanças em diversas áreas de sua vida, tendo conseqüentemente que tomar decisões importantes que afetaram diretamente o seu futuro. A escolha profissional, certamente é uma das decisões mais relevantes, apresentando ao aluno um novo meio, o da universidade (FILIZATTI, 2003, p.93).

Muitos acadêmicos ao se deparar com a realidade dos cursos de graduação, se sentem incapazes de desempenhar determinadas tarefas durante a sua formação (BORGES; CARLOTTO, 2004). Ainda segundo os autores, nesse período os estudantes necessitam estar adaptados as variações sociais, como a do conhecimento humano e os avanços da tecnologia, pois estes podem ser originadores do estresse.

Uma pesquisa realizada por Borges e Carlotto (2004), analisou em três dimensões a ocorrência de *Burnout* em 255 estudantes do curso de Enfermagem. Observou-se um índice médio de exaustão emocional de 2,81%, demonstrando o

esgotamento dos acadêmicos algumas vezes ao mês. Referente à descrença, o índice foi de 1,73%, indicando que uma vez ao mês, existe pouca confiança no ensino por parte dos alunos. E quanto a eficácia profissional, o índice apresentando foi de 5,33%, representando que o ensino é considerado útil para a formação profissional todos os dias.

Back, Moser e Amorim (2009), avaliaram 76 alunos de uma Instituição de Ensino Superior de Curitiba, que cursavam o segundo período do curso de Direito, no turno da noite. Os resultados demonstraram que 18,42% dos entrevistados, apresentam resultados positivos para *Burnout*, e ainda, apresentaram altos escores na despersonalização e exaustão emocional e níveis baixos referentes a realização pessoal.

2.3 ESTRESSE E *BURNOUT* NO COTIDIANO CONTÁBIL

As exigências existentes na vida acadêmica assim como no ambiente de trabalho, demandam diversas capacidades do indivíduo, como a habilidade de tratar com pressões e incertezas, a aptidão para lidar com críticas e possíveis desacordos, além do desenvolvimento de suas obrigações (SARRIERA; CÂMARA; BERLIM, 2000, p.04).

De acordo com Benevides-Pereira (1998, p.51) estudos vem apresentando maiores índices da síndrome de *Burnout* em jovens de até 30 anos. O autor acredita que esses resultados podem estar diretamente relacionados a falta de experiência dos indivíduos, que levaria a hesitações ou até mesmo o encontro com a realidade inesperada do ambiente acadêmico e trabalho.

A transição que ocorre do ensino médio para o ensino superior, na visão de Almeida e Soares (2004) vai além dos aspectos acadêmicos, pois envolve também aspectos pessoais e sociais, como um novo ambiente e novas exigências, onde os indivíduos precisam se adequar as novas demandas.

Esse processo de transformação, para Mondardo e Pedon (2005), pode favorecer a incidência do estresse, ocasionando dificuldades no ensino e afetando a trajetória acadêmica desses alunos, uma vez que o estresse é inevitável diante das constantes alterações da mente e do corpo.

Segundo pesquisa realizada no curso de Ciências Contábeis, por Sancovschi, Fernandes e Santos (2009), a respeito das relações entre os estágios, sobrecarga e estresse no trabalho em graduandos de uma instituição pública federal, foi possível verificar que quando os alunos se empenham mais no estágio há um aumento de sobrecarga de trabalho, de estresse, e eles dedicam menos tempo ao estudo.

Com objetivo de verificar a existência de estresse e da síndrome de *Burnout* entre docentes do curso de Ciências Contábeis da Universidade Federal do Piauí, Rego, Ferreira e Costa (2012), concluíram que a exaustão emocional é encontrada de forma moderada entre os docentes.

Os prazos rigorosos, relatórios, seminários e provas cobrados ao longo dos anos da formação, além do estágio e Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) somados com o cotidiano de trabalho e família, são considerados por Assis *et al.* (2013) como principais motivadores de estresse na vida acadêmica, pois exige um esforço maior ao que é cobrando durante o ensino médio.

Já para Guimarães (2014) a formação universitária e ascensão profissional podem ser vistos por muitos como fator estressante, por conta da expectativa e cobrança da sociedade pelo crescimento e sucesso dos indivíduos. Ainda para o autor, o âmbito acadêmico é um ambiente importante por um grande período e consequentemente, torna-se um dos principais geradores de estresse, pois é nesse momento em que os indivíduos têm a responsabilidade de aprender uma profissão e dar continuidade ao futuro profissional. Também é possível observar que, no estudo de Mete, Ünal e Bilen (2014), que pessoas não satisfeitas com seu ambiente de trabalho tendem a gerar conflitos no âmbito familiar, e que a continuidade dos conflitos pode vir a gerar *Burnout*.

Dessa forma o estresse na vida acadêmica pôde ser observada por Guimarães (2014) em vários momentos, como no início dos períodos letivos onde o aluno passa por mudanças de métodos e carga horária ou no final dos períodos onde há uma cobrança pela entrega de trabalhos e relatórios, fase em que há maior insegurança do aluno na espera dos resultados.

A avaliação feita por Lameu, Salazar e Souza (2016), buscava analisar a incidência do estresse e fatores relacionados, em 635 graduandos de cursos diversos de uma instituição de ensino pública. Os resultados apontaram que 50% dos respondentes apresentavam estresse, 41% estavam na fase de resistência e

32,60% reportavam sintomas psicológicos. Os autores também observaram que os alunos que convivem com a família têm menos estresse, do que os que moram sozinhos.

Já o estresse em graduandos de Ciências Contábeis e Administração estudado por Silva, Pereira e Miranda (2018) analisou 684 estudantes matriculados em uma instituição de ensino superior pública federal, sendo 410 alunos do curso de Ciências Contábeis e 274 alunos do curso de Administração. Os autores identificaram, por meio da Escala de Estresse Percebido, que 51,17% dos estudantes encontravam-se altamente estressados, e somente 2,78% demonstravam níveis baixos de estresse.

Reafirmando os autores já citados, o estudo de Silva, Pereira e Miranda (2018) denota que a falta de motivação, a decepção com conteúdo das disciplinas, o desapontamento com professores, a dificuldade de relacionar os conteúdos com a prática profissional e a falta de tempo para estudar podem ser considerados os estressores mais comuns. Os autores explicam que isso acontece devido a criação de altas expectativas, por parte dos alunos, sem ter conhecimento da realidade que irão vivenciar.

Em relação aos profissionais contábeis atuantes na área, Loiza e Peña (2013) verificaram níveis consideráveis de estresse e *Burnout* entre contadores públicos, ao mesmo tempo em que diversas variáveis dos perfis foram significativas para explicar o nível de propensão aos problemas estudados.

Seguindo a mesma linha de estudo, Galvão (2017) realizou pesquisa com profissionais que possuem seus próprios escritórios de prestação de serviços contábeis. Onde constatou-se que a exaustão apresentou uma maior relação com os contadores, visto que os aspectos negativos relacionados à essa dimensão (Por exemplo, questões como: sinto que fico sem energia depois de um dia de trabalho; sinto que meu trabalho tem consumido toda a minha energia; já acordo cansado pela manhã; Tenho que fazer um grande esforço para levantar pela manhã para ir trabalhar; sinto que não tenho mais ânimo para nada) apresentaram-se maior que as dimensões de satisfação profissional e despersonalização, confirmando as constatações do resultado encontrado por Rego, Ferreira e Costa (2012).

3 METODOLOGIA DE PESQUISA

A metodologia da pesquisa do presente trabalho será subdividida em (i) enquadramento metodológico; (ii) instrumento para coleta de dados; (iii) amostra de pesquisa e (iv) procedimentos para coleta e análise dos dados.

3.1 ENQUADRAMENTO METODOLÓGICO

A presente pesquisa pode ser caracterizada como descritiva, pois busca descrever os sentimentos dos acadêmicos perante a pressão de provas e entrega de trabalhos, e a relação dessa cobrança com a síndrome de *Burnout*, identificando os principais indícios do estresse crônico na vida dos acadêmicos envolvidos na pesquisa.

Quanto à abordagem da pesquisa é definida como quantitativa, pois utiliza cálculos estatísticos para a obtenção dos dados, Richardson (1999) afirma que o método quantitativo é frequentemente utilizado em pesquisas descritivas, pois busca descobrir e classificar a relação entre variáveis e suas causas e efeitos.

Com relação ao procedimento de pesquisa utilizado, foi o levantamento de campo, também conhecido como *survey*. Os questionamentos realizados aos estudantes com a finalidade de coletar informações e dados para a conclusão deste estudo são as principais características desse tipo de pesquisa. Para Gil (2008) as pesquisas deste gênero se caracterizam pelo questionamento direto aos participantes, buscando conhecer o comportamento deles.

3.2 INSTRUMENTO PARA COLETA DE DADOS

O instrumento para a coleta de dados é um questionário, composto por três blocos, o primeiro bloco refere-se ao estresse, o segundo refere-se a síndrome de *Burnout* e o terceiro diz respeito as características dos respondentes.

O Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL) (Lipp, 2000), é composto por três quadros referente às quatro fases do estresse, são elas: a fase de alerta, de resistência, de quase exaustão e de exaustão. Possui uma lista de sintomas físicos e psicológicos, que permite a identificação do estresse no estudante.

No Quadro 1, avalia-se a fase de alerta, na qual o acadêmico deve assinalar os sintomas que experimentou nas últimas 24 horas.

Quadro 1 - Bloco I – Estresse

| | | |
|-----|--------------------------|---|
| 1. | <input type="checkbox"/> | Mãos e pés frios |
| 2. | <input type="checkbox"/> | Boca seca |
| 3. | <input type="checkbox"/> | Nó no estômago |
| 4. | <input type="checkbox"/> | Aumento de sudorese (muito suor, suadeira) |
| 5. | <input type="checkbox"/> | Tensão muscular |
| 6. | <input type="checkbox"/> | Aperto da mandíbula / Ranger os dentes |
| 7. | <input type="checkbox"/> | Diarreia passageira |
| 8. | <input type="checkbox"/> | Insônia (dificuldade para dormir) |
| 9. | <input type="checkbox"/> | Taquicardia (batedeira no peito) |
| 10. | <input type="checkbox"/> | Hiperventilação (respirar ofegante, rápido) |
| 11. | <input type="checkbox"/> | Hipertensão arterial súbita e passageira (pressão alta) |
| 12. | <input type="checkbox"/> | Mudança de apetite |
| 13. | <input type="checkbox"/> | Aumento súbito de motivação |
| 14. | <input type="checkbox"/> | Entusiasmo súbito |
| 15. | <input type="checkbox"/> | Vontade súbita de iniciar novos projetos |

Fonte: Lipp (2000)

Na sequência, é apresentado o Quadro 2, que avalia a fase de resistência e de quase exaustão, aonde em que o aluno deve assinalar os sintomas que tem experimentado na última semana.

Quadro 2 - Bloco I – Estresse

| | | |
|-----|--------------------------|--|
| 1. | <input type="checkbox"/> | Problemas com a memória |
| 2. | <input type="checkbox"/> | Mal-estar generalizado, sem causa específica |
| 3. | <input type="checkbox"/> | Formigamento das extremidades |
| 4. | <input type="checkbox"/> | Sensação de desgaste físico constante |
| 5. | <input type="checkbox"/> | Mudança de apetite |
| 6. | <input type="checkbox"/> | Aparecimento de problemas dermatológicos (de pele) |
| 7. | <input type="checkbox"/> | Hipertensão arterial (pressão alta) |
| 8. | <input type="checkbox"/> | Cansaço constante |
| 9. | <input type="checkbox"/> | Aparecimento de úlcera |
| 10. | <input type="checkbox"/> | Tontura / sensação de estar flutuando |
| 11. | <input type="checkbox"/> | Sensibilidade excessiva (muito nervoso) |
| 12. | <input type="checkbox"/> | Dúvida quanto a si próprio |
| 13. | <input type="checkbox"/> | Pensar constantemente em um só assunto |
| 14. | <input type="checkbox"/> | Irritabilidade excessiva |
| 15. | <input type="checkbox"/> | Diminuição da libido (sem vontade de sexo) |

Fonte: Lipp (2000)

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.

Quadro 3 - Bloco I – Estresse

| | | |
|-----|-----|--|
| 1. | () | Diarreia frequente |
| 2. | () | Dificuldades sexuais |
| 3. | () | Insônia (dificuldade para dormir) |
| 4. | () | Náusea |
| 5. | () | Tiques |
| 6. | () | Hipertensão arterial continuada (pressão alta) |
| 7. | () | Problemas dermatológicos prolongados (de pele) |
| 8. | () | Mudança extrema de apetite |
| 9. | () | Excesso de gases |
| 10. | () | Tontura frequente |
| 11. | () | Úlcera |
| 12. | () | Enfarte |
| 13. | () | Impossibilidade de trabalhar |
| 14. | () | Pesadelos |
| 15. | () | Sensação de incompetência em todas as áreas |
| 16. | () | Vontade de fugir de tudo |
| 17. | () | Apatia, depressão ou raiva prolongada |
| 18. | () | Cansaço excessivo |
| 19. | () | Pensar / Falar constantemente em um só assunto |
| 20. | () | Irritabilidade sem causa aparente |
| 21. | () | Angústia / Ansiedade diária |
| 22. | () | Hipersensibilidade emotiva |
| 23. | () | Perda do senso de humor |

Fonte: Lipp (2000)

O segundo bloco, trata-se da síndrome de *Burnout*, onde foi utilizado o *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 *et al.* (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. Composto por 25 assertivas, o estudante deve informar seu grau de concordância ou discordância, se nunca, raramente, às vezes, frequentemente ou sempre presencia os sentimentos e emoções listados no quadro, e por fim o respondente poderá citar três pontos que mais lhe afetam negativamente em relação ao estudo.

Quadro 4 - Bloco II - Síndrome de *Burnout*

| | Questão | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----|--|----------|----------|----------|----------|----------|
| 01 | Com que frequência se sente cansado? | | | | | |
| 02 | Com que frequência se sente fisicamente exausto? | | | | | |
| 03 | Com que frequência se sente emocionalmente exausto? | | | | | |
| 04 | Com que frequência pensa "Não aguento mais"? | | | | | |
| 05 | Com que frequência se sente esgotado? | | | | | |
| 06 | Com que frequência se sente fraco e susceptível de adoecer? | | | | | |
| 07 | Sente-se esgotado no final de um dia de Faculdade? | | | | | |
| 08 | Sente-se exausto logo pela manhã quando pensa em mais um dia na Faculdade? | | | | | |
| 09 | Sente que cada hora de aula/estudo é cansativa para você? | | | | | |
| 10 | Tem tempo e energia para a família e amigos durante os tempos de lazer? | | | | | |
| 11 | Os seus estudos são emocionalmente esgotantes? | | | | | |
| 12 | Sente-se frustrado com os seus estudos? | | | | | |
| 13 | Sente-se exausto de forma prolongada com os seus estudos? | | | | | |
| 14 | Você acha difícil trabalhar com seus colegas de estudo? | | | | | |
| 15 | Sente que esgota sua energia quando trabalha com colegas? | | | | | |
| 16 | Acha frustrante trabalhar com colegas? | | | | | |
| 17 | Sente que dá mais do que recebe quando trabalha com colegas? | | | | | |
| 18 | Está cansado de aturar os colegas? | | | | | |
| 19 | Alguma vez se questiona quanto tempo mais conseguirá trabalhar com os colegas? | | | | | |
| 20 | Você acha difícil lidar com os professores? | | | | | |
| 21 | Sente que esgota sua energia quando tem que lidar com os professores? | | | | | |
| 22 | Acha frustrante lidar com os professores? | | | | | |
| 23 | Sente que dá mais do que recebe quando lida com professores? | | | | | |
| 24 | Está cansado de lidar com os professores? | | | | | |
| 25 | Alguma vez se questiona quanto tempo mais conseguirá lidar com os professores? | | | | | |

Fonte: Carlotto e Marôco (2013)

As perguntas do terceiro bloco são apresentadas no Quadro 5, este é composto por dez questões, referente as características pessoais dos respondentes.

Quadro 5 - Bloco III – Caracterização do Respondente

| | |
|---|--|
| 1. Qual o seu R.A (Registro Acadêmico): _____ | 2. Qual seu sexo: <input type="checkbox"/> Masculino <input type="checkbox"/> Feminino |
| 3. Qual sua idade: _____anos completos. | 4. Você possui filhos? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não |
| 5. Qual o seu estado civil: <input type="checkbox"/> Solteiro (a) <input type="checkbox"/> Casado (a) <input type="checkbox"/> Divorciado (a)/ Separado(a) <input type="checkbox"/> Viúvo (a) <input type="checkbox"/> Outro Especifique: _____ | 6. Qual o período predominante do curso que você está cursando? <input type="checkbox"/> 1º ano <input type="checkbox"/> 3º ano <input type="checkbox"/> 2º ano <input type="checkbox"/> 4º ano |

| | |
|---|--|
| <p>7. Você possui outra graduação já concluída?</p> <p><input type="checkbox"/> Não</p> <p><input type="checkbox"/> Sim, Qual? _____</p> | <p>8. Você possui vínculo empregatício?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim</p> <p><input type="checkbox"/> Não</p> |
| <p>9. Apenas se você respondeu sim na questão 8, especifique em qual área de atuação você trabalha:</p> <p>_____</p> | <p>10. Caso tenha vínculo empregatício, você se sente capacitado para o exercício da profissão:</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não</p> |

Fonte: Autoras (2020)

3.3 AMOSTRA DE PESQUISA

A coleta de dados foi realizada por meio do instrumento de pesquisa, nas turmas do 1º ao 4º ano do curso de Ciências Contábeis da UTFPR – Câmpus Pato Branco. Dos 156 alunos regularmente matriculados, obtiveram-se 129 questionários respondidos na primeira amostra, 111 na segunda, 102 na terceira e 74 na quarta amostra. Os dados foram coletados durante as semanas antecedentes às férias e as semanas de planejamento, sendo os dados recolhidos nos meses de abril e maio para a coleta do primeiro bimestre, julho para o segundo, setembro e outubro para o terceiro bimestre e dezembro de 2019 para o quarto bimestre.

Além de assinar o termo de autorização da pesquisa, os alunos apenas se identificaram através do Registro Acadêmico (RA), com o intuito de manter sigilo quanto a identidade dos estudantes e para que fosse possível comparar a evolução dos índices de estresse e *Burnout* nos quatro bimestres analisados por aluno.

3.4 PROCEDIMENTOS PARA COLETA E ANÁLISE DOS DADOS

Os dados foram coletados por meio da aplicação de questionário de pesquisa na amostra citada. A primeira coleta foi realizada entre os dias 29/04/2019 a 08/05/2019; a segunda entre 08/07/2019 a 11/07/2019; a terceira entre 30/09/2019 a 03/10/2019 e última coleta nos os dias 02/12/2019 a 04/12/2019. Na sequência

todos os questionários foram analisados individualmente para confirmação da sua validade para a pesquisa. Após a aplicação dos questionários, realizou-se a tabulação dos dados em planilha eletrônica, com intuito de identificar os questionários válidos, e descartar os que não foram respondidos em pelo menos duas amostras, para em seguida realizar a análise dos dados.

Nesse sentido, as amostras foram consideradas inaptas para análise quando respondidas apenas uma vez pelo acadêmico, sendo o controle feito através do Registro Acadêmico (RA). Dos 156 questionários respondidos foram considerados válidos e adequados para a análise 138 questionários.

Para a realização da análise dos dados, utilizou-se primeiramente as respostas dos questionários já tabuladas em planilha eletrônica. 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 necessários os testes não paramétricos para avaliar as diferenças das médias dos dados analisados.

Na sequência foram aplicados os testes estatísticos não paramétricos, que são eles o Mann-Whitney e o teste Kruskal-Wallis (MW e KW, respectivamente), com o intuito de verificar se existiam diferenças estatisticamente significativas. Posteriormente foi utilizado o teste post hoc MW, a fim de detectar em que grupos estavam as diferenças detectadas anteriormente no teste de KW.

4. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Para a análise e discussão dos dados neste capítulo serão abordados os seguintes itens: (i) análise do perfil dos estudantes, (ii) análise do nível de estresse dos acadêmicos, (iii) análise da síndrome de *Burnout* nos acadêmicos e; (iv) análise da relação da síndrome de *Burnout* com o estresse.

4.1 ANÁLISE DO PERFIL DOS ESTUDANTES

A amostra é composta por 138 respostas válidas de alunos do curso de Ciências Contábeis da UTFPR – Câmpus Pato Branco, sendo que a coleta de dados foi realizada em quatro momentos diferentes, especificamente nos finais dos quatro bimestres letivos. Os dados obtidos por meio das informações solicitadas no bloco III, chamado “Caracterização do Respondente”, do questionário utilizado para a coleta dos dados são apresentados na Tabela a seguir:

Tabela 1 – Caracterização da amostra

| Questão | Característica | Resultados |
|---------|---|--|
| Q.3.4 | Sexo | 56% Feminino - 44% Masculino |
| Q.3.5 | Idade | 31% até 19 anos - 21% entre 20 e 21 anos - 28% entre 22 e 26 anos - 20% entre 27 e 39 anos |
| Q3.6 | Filhos | 91% Não - 9% Sim |
| Q3.7 | Estado Civil | 77% Solteiro - 22% Casado - 1% Divorciado |
| Q3.8 | Outra Graduação | 80% Não - 20% Sim |
| Q3.10 | Vínculo Empregatício | 10% Não - 1% Predominantemente não - 7% Predominantemente sim - 78% sim - 4% variável |
| Q.3.11 | Se sente capacitado para o exercício da profissão | 2% Não - 5% Predominantemente não - 10% Predominantemente sim - 78% sim - 5% variável |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

É possível observar na Tabela 1 que 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.

Quando perguntados em 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. O 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.

4.2 ANÁLISE DO NÍVEL DE ESTRESSE DOS ACADÊMICOS

O instrumento utilizado para a coleta de dados foi o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL) (Lipp, 2000), ele é composto por três quadros referente às quatro fases do estresse, cada quadro contém uma lista de sintomas físicos e psicológicos, que permite a identificação do estresse no estudante.

O Quadro 1 se refere à fase alerta e compreende 12 sintomas físicos e 3 psicológicos. Nesse quadro os respondentes deveriam assinalar os sintomas experimentados nas últimas 24 horas, onde se avalia a fase de alerta em relação ao estresse. A amostra apresentada na Tabela 2 traz os sintomas indicados pelos alunos para o 1º bimestre, que foi a primeira coleta de dados.

Tabela 2 - Sintomas 1º bimestre Quadro 1

| Questões | Respostas | % |
|--|-----------|-----|
| Q1A.1 Mãos e pés frios | 34 | 27% |
| Q1A.2 Boca seca | 31 | 24% |
| Q1A.3 Nó no estômago | 40 | 31% |
| Q1A.4 Aumento de sudorese (muito suor, suadeira) | 30 | 24% |
| Q1A.5 Tensão muscular | 66 | 52% |
| Q1A.6 Aperto da mandíbula / Ranger os dentes | 40 | 31% |
| Q1A.7 Diarreia passageira | 10 | 8% |
| Q1A.8 Insônia (dificuldade para dormir) | 41 | 32% |
| Q1A.9 Taquicardia (batedeira no peito) | 17 | 13% |
| Q1A.10 Hiperventilação (respirar ofegante, rápido) | 14 | 11% |
| Q1A.11 Hipertensão arterial súbita e passageira (pressão alta) | 2 | 2% |
| Q1A.12 Mudança de apetite | 36 | 28% |
| Q1A.13 Aumento súbito de motivação | 34 | 27% |
| Q1A.14 Entusiasmo súbito | 36 | 28% |
| Q1A.15 Vontade súbita de iniciar novos projetos | 32 | 25% |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

O item que apresenta a maior porcentagem é a tensão muscular, onde 52% dos respondentes indicaram tê-la sentido nas últimas 24 horas, seguido de insônia (dificuldade para dormir) com índice de 32%, nó no estômago e aperto da mandíbula/ranger os dentes ambos os sintomas apresentando índice de 31%. A mudança de apetite também é sentida por 28% dos alunos, o entusiasmo súbito e mãos e pés frios também são notados por 27% dos estudantes nas últimas 24 horas

e ainda o aumento súbito de motivação divide o mesmo índice com os sintomas informados anteriormente.

Entre os sentimentos pouco citados pelos respondentes está a hipertensão arterial súbita e passageira (pressão alta), com índice de apenas 2%, diarreia passageira, indicada por 8% dos alunos e hiperventilação (respirar ofegante, rápido) indicada por ter sido sentido por apenas 11% dos respondentes.

Para o 2º bimestre os alunos assinalaram os sintomas que vivenciaram nas últimas 24 horas conforme a Tabela a seguir:

Tabela 3 – Sintomas 2º bimestre Quadro 1

| Questões | Respostas | % |
|--|------------------|----------|
| Q1A.1 Mãos e pés frios | 57 | 53% |
| Q1A.2 Boca seca | 38 | 35% |
| Q1A.3 Nó no estômago | 33 | 31% |
| Q1A.4 Aumento de sudorese (muito suor, suadeira) | 18 | 17% |
| Q1A.5 Tensão muscular | 54 | 50% |
| Q1A.6 Aperto da mandíbula / Ranger os dentes | 28 | 26% |
| Q1A.7 Diarreia passageira | 4 | 4% |
| Q1A.8 Insônia (dificuldade para dormir) | 35 | 32% |
| Q1A.9 Taquicardia (batedeira no peito) | 16 | 15% |
| Q1A.10 Hiperventilação (respirar ofegante, rápido) | 15 | 14% |
| Q1A.11 Hipertensão arterial súbita e passageira (pressão alta) | 4 | 4% |
| Q1A.12 Mudança de apetite | 29 | 27% |
| Q1A.13 Aumento súbito de motivação | 20 | 19% |
| Q1A.14 Entusiasmo súbito | 18 | 17% |
| Q1A.15 Vontade súbita de iniciar novos projetos | 17 | 16% |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Na Tabela 3 é possível observar que o principal sintoma presente era mãos e pés frios, onde 53% dos alunos indicaram tê-lo sentido nas últimas 24 horas, em seguida temos tensão muscular, sentida em 50% dos respondentes, seguido de boca seca, onde 35% dos estudantes informaram ter sentido nas últimas 24 horas durante o 2º bimestre. Ainda é possível observar que continuam presentes a insônia (dificuldade para dormir), indicada por 32% dos estudantes, nó no estômago, com índice de 31% e a mudança de apetite indicada por 27% dos alunos, sentimentos esses, que já estavam entre os maiores índices no bimestre anterior.

Em relação aos sintomas menos informados pelos alunos, se mantém com índices menores hipertensão arterial súbita e passageira (pressão alta), diarreia

passageira e hiperventilação (respirar ofegante, rápido), com índices de 4%, 4% e 14% respectivamente.

Já no 3º bimestre o quadro de sintomas é apresentado na Tabela a seguir:

Tabela 4 – Sintomas 3º bimestre Quadro 1

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

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Por meio dos índices indicados na Tabela 4 é possível observar uma alteração dos sintomas mais sentidos pelos alunos nas últimas 24 horas. Nesse caso o sintoma tensão muscular aparece indicado por 52% dos alunos, seguido de insônia (dificuldade para dormir) e mudança de apetite, com índice de 32% cada. Aumento de sudorese (muito suor, suadeira), que nos bimestres anteriores aparecia com índices baixos, agora aparece indicado por 29% dos respondentes, seguido de boca seca, com índice de 28% de indicações e nó no estomago apresentando ter sido sentido por 25% dos respondentes.

Já em relação aos sintomas menos apresentados pelos alunos no 3º bimestre se concentram com menores índices a hipertensão arterial súbita e passageira (pressão alta), diarreia passageira e taquicardia (batedeira no peito), com 1%, 8% e 9% de indicações, respectivamente, acompanhando os resultados do período anterior.

Por fim, a Tabela 5 apresenta os principais sintomas indicados pelos alunos no quarto e último bimestre:

Tabela 5 - Sintomas 4º bimestre Quadro 1

| Questões | Respostas | % |
|--|-----------|-----|
| Q1A.1 Mãos e pés frios | 9 | 12% |
| Q1A.2 Boca seca | 17 | 23% |
| Q1A.3 Nó no estômago | 24 | 33% |
| Q1A.4 Aumento de sudorese (muito suor, suadeira) | 17 | 23% |
| Q1A.5 Tensão muscular | 37 | 51% |
| Q1A.6 Aperto da mandíbula / Ranger os dentes | 22 | 30% |
| Q1A.7 Diarreia passageira | 7 | 10% |
| Q1A.8 Insônia (dificuldade para dormir) | 24 | 33% |
| Q1A.9 Taquicardia (batedeira no peito) | 8 | 11% |
| Q1A.10 Hiperventilação (respirar ofegante, rápido) | 8 | 11% |
| Q1A.11 Hipertensão arterial súbita e passageira (pressão alta) | 2 | 3% |
| Q1A.12 Mudança de apetite | 28 | 38% |
| Q1A.13 Aumento súbito de motivação | 15 | 21% |
| Q1A.14 Entusiasmo súbito | 8 | 11% |
| Q1A.15 Vontade súbita de iniciar novos projetos | 12 | 16% |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Nesse 4º bimestre o item tensão muscular continua sendo um dos principais sintomas sentidos pelos estudantes, sendo indicado por 51% dos respondentes, mudança de apetite se repete como no bimestre anterior, com índice de 38%, em seguida vem novamente, insônia (dificuldade para dormir) e nó no estômago, ambos com índice de 33% de sentimento pelos alunos e por último aperto da mandíbula/ranger os dentes reaparece, como no 1º bimestre, indicado por 30% dos respondentes.

Assim como nos bimestres anteriores os sintomas hipertensão arterial súbita e passageira (pressão alta), diarreia passageira e taquicardia (batedeira no peito) aparecem com os menores índices de sentimento pelos alunos, porém com índices elevados em relação as medições anteriores, sendo nesta coleta 3%, 10% e 11%, respectivamente.

De maneira geral os principais sintomas passam a se repetir em todos os bimestres, tanto para os que são menos identificados pelos alunos, quanto aos que são mais sentidos, oscilando com pouca intensidade nos índices, como pode ser observado na Tabela 6 a seguir:

Tabela 6 – 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: Elaborado pelas autoras (2020)

Dessa forma é possível verificar que a tensão muscular aparece como o principal sintoma indicado durante todos os períodos, atingindo em 50% e 52% dos respondentes, apenas no 2º bimestre não é o sintoma com maior índice de sentimento pelos alunos, da mesma forma que insônia (dificuldade para dormir) 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 (muito suor, suadeira).

Já para os menores índices indicados pelos estudantes pode-se observar que hipertensão arterial súbita e passageira (pressão alta) 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 (respirar ofegante, rápido) sendo marcado por 11% a 14% dos alunos e taquicardia (batedeira no peito) indicado por 9% a 15% dos alunos ao longo dos bimestres.

Embora exista um índice grande de sintomas assinalados pelos estudantes, de maneira geral, não são todos que se encontram na fase de alerta em relação ao estresse em todos os bimestres. De acordo o Inventário de Sintomas de Stress para

Adultos de Lipp (ISSL) (Lipp, 2000), para chegar a este percentual é necessário considerar os estudantes que marcaram 7 ou mais sintomas no Quadro 1. Os dados da amostra foram separados por bimestre e a Tabela 7 traz o índice de alunos que se encontram de fato na fase de alerta:

Tabela 7 – Índice de Alunos Estressados Quadro 1

| 1º bimestre | 2º bimestre | 3º bimestre | 4º bimestre |
|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 12% | 8% | 8% | 7% |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Assim é possível observar que o número de alunos estressados é maior no 1º bimestre. Esse número se dá, possivelmente, devido ao início de um novo ano letivo com novas metas e cobranças, e para quem trabalha na área, pelo acúmulo de trabalho e declarações, coincidentemente, programadas para os primeiros meses do ano.

Esse número diminui gradativamente ao longo do ano, chegando ao seu menor índice no 4º bimestre, com apenas 7% do total de respondentes na fase de alerta do estresse, onde, da mesma forma, a cobrança na rotina profissional e acadêmica é menor.

O Quadro 2 do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL) (Lipp, 2000), é composto por um total de 10 sintomas físicos e 5 psicológicos, onde os estudantes deveriam marcar sintomas experimentados na última semana, em que é possível avaliar a fase de resistência e de quase exaustão em relação ao estresse. Nesse quadro a quantidade de respostas assinaladas no 1º bimestre é indicada pela Tabela a seguir:

Tabela 8 – Sintomas 1º bimestre Quadro 2

| Questões | Respostas | % |
|--|-----------|-----|
| Q2A.1 Problemas com a memória | 63 | 50% |
| Q2A.2 Mal-estar generalizado, sem causa específica | 34 | 27% |
| Q2A.3 Formigamento das extremidades | 11 | 9% |
| Q2A.4 Sensação de desgaste físico constante | 75 | 59% |
| Q2A.5 Mudança de apetite | 38 | 30% |
| Q2A.6 Aparecimento de problemas dermatológicos (de pele) | 27 | 21% |
| Q2A.7 Hipertensão arterial (pressão alta) | 3 | 2% |
| Q2A.8 Cansaço constante | 90 | 71% |
| Q2A.9 Aparecimento de úlcera | 3 | 2% |

| | | | |
|--------|--|----|-----|
| Q2A.10 | Tontura / sensação de estar flutuando | 29 | 23% |
| Q2A.11 | Sensibilidade excessiva (muito nervoso) | 55 | 43% |
| Q2A.12 | Dúvida quanto a si próprio | 45 | 35% |
| Q2A.13 | Pensar constantemente em um só assunto | 56 | 44% |
| Q2A.14 | Irritabilidade excessiva | 54 | 43% |
| Q2A.15 | Diminuição da libido (sem vontade de sexo) | 14 | 11% |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

No 1º bimestre 71% dos respondentes informaram que sentiam cansaço constante, seguido de sensação de desgaste físico constante indicado por 59% dos respondentes, e problemas com a memória é indicado por 50% dos alunos. Dividindo o mesmo índice, de 43%, é observado nesse bimestre a sensibilidade excessiva (muito nervoso) e irritabilidade excessiva, além de pensar constantemente em um só assunto, indicado como sentimento presente na última semana por 44% dos alunos.

Já o formigamento das extremidades é indicado por apenas 9% como sensação presente na última semana, assim como os itens hipertensão arterial (pressão alta) e aparecimento de úlcera, que aparecem com as menores indicações, dividindo o índice de 2%.

Para o 2º bimestre são observados os seguintes resultados:

Tabela 9 – Sintomas 2º bimestre Quadro 2

| Questões | Respostas | % | |
|----------|--|----|-----|
| Q2A.1 | Problemas com a memória | 52 | 48% |
| Q2A.2 | Mal-estar generalizado, sem causa específica | 28 | 26% |
| Q2A.3 | Formigamento das extremidades | 12 | 11% |
| Q2A.4 | Sensação de desgaste físico constante | 63 | 58% |
| Q2A.5 | Mudança de apetite | 29 | 27% |
| Q2A.6 | Aparecimento de problemas dermatológicos (de pele) | 21 | 19% |
| Q2A.7 | Hipertensão arterial (pressão alta) | 4 | 4% |
| Q2A.8 | Cansaço constante | 61 | 56% |
| Q2A.9 | Aparecimento de úlcera | 3 | 3% |
| Q2A.10 | Tontura / sensação de estar flutuando | 21 | 19% |
| Q2A.11 | Sensibilidade excessiva (muito nervoso) | 44 | 41% |
| Q2A.12 | Dúvida quanto a si próprio | 41 | 38% |
| Q2A.13 | Pensar constantemente em um só assunto | 46 | 43% |
| Q2A.14 | Irritabilidade excessiva | 51 | 47% |
| Q2A.15 | Diminuição da libido (sem vontade de sexo) | 14 | 13% |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Na Tabela 10 é possível analisar a repetição dos sentimentos e sensações. Para os sintomas marcados no 2º bimestre os itens sensação de desgaste físico constante e cansaço constante se repetem, sendo os mais indicados por 58% e 56% dos respondentes, respectivamente. Em seguida se tem problemas com a memória indicado por 48% dos alunos, acompanhando os resultados do 1º bimestre e seguido por pensar constantemente em um só assunto e irritabilidade excessiva, ambos com altos índices, atingindo 43% e 47% dos alunos, respectivamente.

Já para os sentimentos e sensações menos notados pelos alunos, é observado, novamente, formigamento das extremidades, com índice de 11%, seguido de hipertensão arterial (pressão alta), com 4% de indicações e aparecimento de úlcera indicado por 3% dos respondentes.

Na sequência 3º bimestre traz informações semelhantes aos bimestres anteriores, onde sensação de desgaste físico constante e cansaço constante se repetem, sendo indicados por 57% e 63% dos alunos, respectivamente. Da mesma forma, problemas de memória aparecem como sentimento recorrente para 51% dos estudantes, além de também ser observado que pensar constantemente em um só assunto e irritabilidade excessiva, ambos com altos índices, atingem 41% e 38% dos respondentes, respectivamente.

Tabela 10 – Sintomas 3º bimestre Quadro 2

| Questões | Respostas | % |
|--|------------------|----------|
| Q2A.1 Problemas com a memória | 50 | 51% |
| Q2A.2 Mal-estar generalizado, sem causa específica | 24 | 24% |
| Q2A.3 Formigamento das extremidades | 12 | 12% |
| Q2A.4 Sensação de desgaste físico constante | 56 | 57% |
| Q2A.5 Mudança de apetite | 33 | 33% |
| Q2A.6 Aparecimento de problemas dermatológicos (de pele) | 18 | 18% |
| Q2A.7 Hipertensão arterial (pressão alta) | 2 | 2% |
| Q2A.8 Cansaço constante | 62 | 63% |
| Q2A.9 Aparecimento de úlcera | 1 | 1% |
| Q2A.10 Tontura / sensação de estar flutuando | 23 | 23% |
| Q2A.11 Sensibilidade excessiva (muito nervoso) | 36 | 36% |
| Q2A.12 Dúvida quanto a si próprio | 27 | 27% |
| Q2A.13 Pensar constantemente em um só assunto | 41 | 41% |
| Q2A.14 Irritabilidade excessiva | 38 | 38% |
| Q2A.15 Diminuição da libido (sem vontade de sexo) | 8 | 8% |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Na análise da Tabela 10 constatou-se que a diminuição da libido (sem vontade de sexo), que se comportava de forma diferente nos bimestres anteriores, passa a ser um dos sintomas menos percebidos pelos estudantes, com índice de 8%, seguido por hipertensão arterial (pressão alta) indicado por 2% dos alunos e por fim, aparecimento de úlcera, indicado por apenas 1% dos respondentes.

Em continuidade com a análise a Tabela 11 representa os índices registrados no 4º bimestre.

Tabela 11 – Sintomas 4º bimestre Quadro 2

| Questões | Respostas | % |
|--|------------------|----------|
| Q2A.1 Problemas com a memória | 42 | 58% |
| Q2A.2 Mal-estar generalizado, sem causa específica | 14 | 19% |
| Q2A.3 Formigamento das extremidades | 14 | 19% |
| Q2A.4 Sensação de desgaste físico constante | 36 | 49% |
| Q2A.5 Mudança de apetite | 28 | 38% |
| Q2A.6 Aparecimento de problemas dermatológicos (de pele) | 8 | 11% |
| Q2A.7 Hipertensão arterial (pressão alta) | 1 | 1% |
| Q2A.8 Cansaço constante | 49 | 67% |
| Q2A.9 Aparecimento de úlcera | 0 | 0% |
| Q2A.10 Tontura / sensação de estar flutuando | 17 | 23% |
| Q2A.11 Sensibilidade excessiva (muito nervoso) | 27 | 37% |
| Q2A.12 Dúvida quanto a si próprio | 31 | 42% |
| Q2A.13 Pensar constantemente em um só assunto | 28 | 38% |
| Q2A.14 Irritabilidade excessiva | 33 | 45% |
| Q2A.15 Diminuição da libido (sem vontade de sexo) | 7 | 10% |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

O 4º bimestre apresenta resultados similares aos de bimestres anteriores, onde dos sentimentos e sensações mais presentes na última semana, 67% de alunos indicam cansaço constante e problemas com a memória, que traz um índice de 58%, sensação de desgaste físico constante ainda é indicado por 49% dos respondentes e irritabilidade excessiva atinge 45% dos alunos, ainda é possível observar que pensar constantemente em um só assunto e mudança de apetite dividem o índice de 38% de indicações.

Já para os sentimentos mencionados em menor frequência é possível observar que a diminuição da libido (sem vontade de sexo), embora tenha aumentado de um bimestre para outro, se mantém nos menores números com índice de 10%, seguido de hipertensão arterial (pressão alta), com apenas 1% e

aparecimento de úlcera, que não aparece como sentimento percebido nos últimos 7 dias.

De maneira geral durante todo o ano letivo os alunos sofreram com cinco sintomas de estresse predominantes. É possível observar na Tabela a seguir um comparativo de todos os bimestres para o Quadro 2 do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL):

Tabela 12 – Sintomas Totais Quadro 2

| Questões | | 1º bimestre | 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: Elaborado pelas autoras (2020)

Os sintomas mais presentes no cotidiano estudantil na semana posterior 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 (muito nervoso) e, conseqüentemente, a irritabilidade excessiva como sentimentos recorrentes na última semana.

Ainda que o cansaço excessivo atinja 71% dos alunos que responderam à pesquisa, no seu maior índice, a Tabela a seguir indica que essa não é a

porcentagem de alunos que podem ser considerados na fase de resistência e de quase exaustão do estresse. Para chegar ao percentual informado na Tabela 13, de acordo o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL) (Lipp, 2000), é necessário considerar os estudantes que marcaram ter sentido 4 ou mais sintomas. Os dados da amostra foram separados por bimestre e a Tabela 13 traz o índice de alunos que se encontram de na fase de resistência e de quase exaustão.

Tabela 13 – Índice de Alunos Estressados Quadro 2

| 1º bimestre | 2º bimestre | 3º bimestre | 4º bimestre |
|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 56% | 46% | 38% | 31% |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Acompanhando os resultados da Tabela anterior, é possível observar que uma maior quantidade de alunos está mais estressada no início do ano, onde atinge o índice de 56% dos respondentes no 1º bimestre, 46% no 2º bimestre e 38% no 3º bimestre. Esse índice passa a diminuir gradativamente, onde a população investigada passa a ficar menos estressada no último bimestre, atingindo seu menor índice, de 31% do total.

O Quadro 3, do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL) é composto por 12 sintomas físicos e 11 psicológicos, nesse caso são assinalados os sintomas experimentados no último mês, em que é possível diagnosticar o estresse no acadêmico, sendo analisado neste, a fase de exaustão. A quantidade de respostas marcadas pelos estudantes no 1º bimestre é indicada pela Tabela 14, conforme a seguir:

Tabela 14 – Sintomas 1º bimestre Quadro 3

| Questões | Respostas | % |
|--|-----------|-----|
| Q2A.1 Diarreia frequente | 8 | 6% |
| Q2A.2 Dificuldades sexuais | 7 | 6% |
| Q2A.3 Insônia (dificuldade para dormir) | 42 | 33% |
| Q2A.4 Náusea | 16 | 13% |
| Q2A.5 Tiques | 26 | 20% |
| Q2A.6 Hipertensão arterial continuada (pressão alta) | 1 | 1% |
| Q2A.7 Problemas dermatológicos prolongados (de pele) | 20 | 16% |
| Q2A.8 Mudança extrema de apetite | 18 | 14% |
| Q2A.9 Excesso de gases | 15 | 12% |
| Q2A.10 Tontura frequente | 18 | 14% |
| Q2A.11 Úlcera | 3 | 2% |

| | | | |
|--------|--|----|-----|
| Q2A.12 | Enfarte | 0 | 0% |
| Q2A.13 | Impossibilidade de trabalhar | 5 | 4% |
| Q2A.14 | Pesadelos | 20 | 16% |
| Q2A.15 | Sensação de incompetência em todas as áreas | 41 | 32% |
| Q2A.16 | Vontade de fugir de tudo | 62 | 49% |
| Q2A.17 | Apatia, depressão ou raiva prolongada | 27 | 21% |
| Q2A.18 | Cansaço excessivo | 81 | 64% |
| Q2A.19 | Pensar / Falar constantemente em um só assunto | 36 | 28% |
| Q2A.20 | Irritabilidade sem causa aparente | 48 | 38% |
| Q2A.21 | Angústia / Ansiedade diária | 65 | 51% |
| Q2A.22 | Hipersensibilidade emotiva | 29 | 23% |
| Q2A.23 | Perda do senso de humor | 41 | 32% |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Ao analisar a Tabela anterior identificamos que os cinco principais sintomas de estresse presentes, nos últimos trinta dias, no cotidiano estudantil, são o cansaço excessivo indicado por 64% dos alunos que responderam a coleta de dados, seguido de angústia/ansiedade diária indicado por 51% dos respondentes, vontade de fugir de tudo com índice de 49% de marcações, irritabilidade sem causa aparente é sentida por 38% dos alunos e insônia (dificuldade para dormir) está presente em 33% dos respondentes no 1º bimestre.

Ainda no 1º bimestre não houve registro de enfarte, há índice de 1% de hipertensão arterial continuada (pressão alta), úlcera é sentida por apenas 2% dos alunos, impossibilidade de trabalhar esteve presente em apenas 4% dos respondentes, e dividindo o índice de 6% temos diarreia frequente e dificuldades sexuais com menos frequência de sentimento. Já para analisar os resultados do 2º bimestre, os dados são apresentados na Tabela 15:

Tabela 15 – Sintomas 2º bimestre Quadro 3

| Questões | Respostas | % | |
|----------|--|----|-----|
| Q2A.1 | Diarreia frequente | 2 | 2% |
| Q2A.2 | Dificuldades sexuais | 4 | 4% |
| Q2A.3 | Insônia (dificuldade para dormir) | 30 | 28% |
| Q2A.4 | Náusea | 13 | 12% |
| Q2A.5 | Tiques | 14 | 13% |
| Q2A.6 | Hipertensão arterial continuada (pressão alta) | 3 | 3% |
| Q2A.7 | Problemas dermatológicos prolongados (de pele) | 12 | 11% |
| Q2A.8 | Mudança extrema de apetite | 18 | 17% |

| | | | |
|--------|--|----|-----|
| Q2A.9 | Excesso de gases | 8 | 7% |
| Q2A.10 | Tontura frequente | 12 | 11% |
| Q2A.11 | Úlcera | 3 | 3% |
| Q2A.12 | Enfarte | 0 | 0% |
| Q2A.13 | Impossibilidade de trabalhar | 1 | 1% |
| Q2A.14 | Pesadelos | 16 | 15% |
| Q2A.15 | Sensação de incompetência em todas as áreas | 33 | 31% |
| Q2A.16 | Vontade de fugir de tudo | 42 | 39% |
| Q2A.17 | Apatia, depressão ou raiva prolongada | 19 | 18% |
| Q2A.18 | Cansaço excessivo | 63 | 58% |
| Q2A.19 | Pensar / Falar constantemente em um só assunto | 32 | 30% |
| Q2A.20 | Irritabilidade sem causa aparente | 49 | 45% |
| Q2A.21 | Angústia / Ansiedade diária | 48 | 44% |
| Q2A.22 | Hipersensibilidade emotiva | 24 | 22% |
| Q2A.23 | Perda do senso de humor | 32 | 30% |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Nesse bimestre é possível observar que 58% dos alunos indicaram estar sofrendo de cansaço excessivo, 45% sentem irritabilidade sem causa aparente e 44% notaram sentimento de angústia/ansiedade diária nos últimos 30 dias. Ainda nesse bimestre 38% dos respondentes informaram sentir vontade de fugir de tudo, 31% dos alunos indicaram a sensação de incompetência em todas as áreas e dividindo o mesmo índice de 30%, a perda do senso de humor e o pensar/falar constantemente em um só assunto estavam presentes nos principais sentimentos e sensações dos últimos 30 dias para os respondentes do 2º bimestre.

Os respondentes também relataram que excesso de gases é sentido por apenas 7% dos alunos, seguido de dificuldades sexuais com índice de 4%, em seguida temos úlcera e hipertensão arterial continuada (pressão alta) indicada por apenas 3% dos alunos, diarreia frequente é notada por apenas 2% e por fim, a impossibilidade de trabalhar atinge o índice de apenas 1% dos respondentes.

A Tabela 16 traz os resultados do 3º bimestre, conforme a seguir:

Tabela 16 – Sintomas 3º bimestre Quadro 3

| Questões | Respostas | % | |
|----------|--|----|-----|
| Q2A.1 | Diarreia frequente | 1 | 1% |
| Q2A.2 | Dificuldades sexuais | 0 | 0% |
| Q2A.3 | Insônia (dificuldade para dormir) | 28 | 28% |
| Q2A.4 | Náusea | 11 | 11% |
| Q2A.5 | Tiques | 16 | 16% |
| Q2A.6 | Hipertensão arterial continuada (pressão alta) | 1 | 1% |

| | | | |
|--------|--|----|-----|
| Q2A.7 | Problemas dermatológicos prolongados (de pele) | 13 | 13% |
| Q2A.8 | Mudança extrema de apetite | 15 | 15% |
| Q2A.9 | Excesso de gases | 6 | 6% |
| Q2A.10 | Tontura frequente | 8 | 8% |
| Q2A.11 | Úlcera | 0 | 0% |
| Q2A.12 | Enfarte | 0 | 0% |
| Q2A.13 | Impossibilidade de trabalhar | 3 | 3% |
| Q2A.14 | Pesadelos | 19 | 19% |
| Q2A.15 | Sensação de incompetência em todas as áreas | 28 | 28% |
| Q2A.16 | Vontade de fugir de tudo | 39 | 39% |
| Q2A.17 | Apatia, depressão ou raiva prolongada | 18 | 18% |
| Q2A.18 | Cansaço excessivo | 50 | 51% |
| Q2A.19 | Pensar / Falar constantemente em um só assunto | 27 | 27% |
| Q2A.20 | Irritabilidade sem causa aparente | 41 | 41% |
| Q2A.21 | Angústia / Ansiedade diária | 40 | 40% |
| Q2A.22 | Hipersensibilidade emotiva | 19 | 19% |
| Q2A.23 | Perda do senso de humor | 26 | 26% |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

O item cansaço excessivo continua aparecendo nesse bimestre como o principal sintoma indicado pelos alunos, atingindo 51% dos estudantes, irritabilidade sem causa aparente também aparece novamente com 41%, bem como angústia/ansiedade diária com índice de 40% e vontade de fugir de tudo, indicada por 39% dos estudantes. Ainda é importante citar que sensação de incompetência em todas as áreas, já citado anteriormente, permanece, dividindo o índice com insônia (dificuldade para dormir), chegando a atingir 28% dos respondentes.

Quanto aos sintomas que não são frequentes temos úlcera e enfarte sem nenhuma indicação, hipertensão arterial continuada (pressão alta) e diarreia frequente é notada por apenas 1% dos alunos e por fim, a impossibilidade de trabalhar atinge o índice de apenas 3% dos respondentes.

No quarto e último bimestre os sintomas com maiores índices são vistos na Tabela 17, a seguir:

Tabela 17 – Sintomas 4º bimestre Quadro 3

| Questões | Respostas | % | |
|----------|--|----|-----|
| Q2A.1 | Diarreia frequente | 0 | 0% |
| Q2A.2 | Dificuldades sexuais | 2 | 3% |
| Q2A.3 | Insônia (dificuldade para dormir) | 25 | 34% |
| Q2A.4 | Náusea | 8 | 11% |
| Q2A.5 | Tiques | 9 | 12% |
| Q2A.6 | Hipertensão arterial continuada (pressão alta) | 1 | 1% |

| | | | |
|--------|--|----|-----|
| Q2A.7 | Problemas dermatológicos prolongados (de pele) | 10 | 14% |
| Q2A.8 | Mudança extrema de apetite | 18 | 25% |
| Q2A.9 | Excesso de gases | 4 | 5% |
| Q2A.10 | Tontura frequente | 10 | 14% |
| Q2A.11 | Úlcera | 0 | 0% |
| Q2A.12 | Enfarte | 0 | 0% |
| Q2A.13 | Impossibilidade de trabalhar | 5 | 7% |
| Q2A.14 | Pesadelos | 9 | 12% |
| Q2A.15 | Sensação de incompetência em todas as áreas | 22 | 30% |
| Q2A.16 | Vontade de fugir de tudo | 33 | 45% |
| Q2A.17 | Apatia, depressão ou raiva prolongada | 12 | 16% |
| Q2A.18 | Cansaço excessivo | 40 | 55% |
| Q2A.19 | Pensar / Falar constantemente em um só assunto | 23 | 32% |
| Q2A.20 | Irritabilidade sem causa aparente | 34 | 47% |
| Q2A.21 | Angústia / Ansiedade diária | 33 | 45% |
| Q2A.22 | Hipersensibilidade emotiva | 17 | 23% |
| Q2A.23 | Perda do senso de humor | 36 | 49% |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Nesse bimestre o sintoma que mais atingiu aos alunos continua sendo o cansaço excessivo, indicado por 55% dos respondentes, em seguida aparece a perda do senso de humor com índice de 49%, seguida de irritabilidade sem causa aparente indicada por 47% dos alunos, em seguida a angústia/ansiedade diária e a vontade de fugir de tudo, ambas atingindo 45% dos alunos. Ainda nesse bimestre é possível verificar que não houve indicações de enfarte, úlcera e diarreia frequente, sendo os sintomas menos sentidos pelos estudantes a impossibilidade de trabalhar, indicada por apenas 7%, excesso de gases com índice de 5%, dificuldades sexuais apresentando 3% e hipertensão arterial continuada (pressão alta) atingindo apenas 1% dos respondentes.

Com o passar dos bimestres alguns sintomas vão se agravando, outros permanecem constantes e novos vão aparecendo como principais sintomas do estresse ao longo do ano. Na Tabela 18, é possível observar as alterações nos índices de sentimentos e sensações sentidos pelos alunos.

Tabela 18 – Sintomas totais Quadro 3

| Questões | | 1º bimestre | 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: Elaborado pelas autoras (2020)

De maneira geral, nos quatro bimestres apenas o sintoma enfarte não é mencionado por nenhum estudante neste quadro, os demais 22 sintomas são todos 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 (dificuldade para dormir), todos sintomas indicados por 30% ou mais dos respondentes. Embora os respondentes indiquem muitos sentimentos relacionados a fase de exaustão, a Tabela 19 indica quantos alunos estão na fase de exaustão em relação ao estresse:

Tabela 19 – Índice de alunos estressados Quadro 3

| 1º bimestre | 2º bimestre | 3º bimestre | 4º bimestre |
|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 17% | 11% | 10% | 12% |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

A fase de exaustão em relação a estresse também é chamada de síndrome de *Burnout*, onde o indivíduo já utilizou toda sua energia para enfrentar as situações que o deixam estressado, seja no trabalho, faculdade ou vida pessoal.

É possível observar na Tabela anterior, que a maior quantidade de estudantes se encontra na fase de exaustão no 1º bimestre, onde, de acordo com as respostas informadas, 17% deles apresentam sintomas compatíveis com síndrome de *Burnout*, número esse diminui consideravelmente no 2º bimestre, ainda diminui levemente no 3º bimestre, e em seguida aumenta levemente, atingindo 12% dos respondentes no 4º bimestre, possivelmente devido a esse período existir uma maior cobrança em relação a formação e aprovação em todas as matérias.

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 esse dado seja alto, o nível de estresse mais preocupante é indicado pela Tabela 13, que demonstra fase de resistência e de quase exaustão. Nessa fase o indivíduo está no seu nível máximo de esforço para não ser abalado pelos estímulos estressores, caso esse esforço seja em vão, o indivíduo passa para a fase de exaustão, o estresse crônico, também conhecido como síndrome de *Burnout*. A Tabela seguir traz um panorama dos níveis de estresse identificados, em cada fase.

Tabela 20 - 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: Elaborado pelas autoras (2020)

Nos dados apresentados na Tabela anterior é possível observar que no 1º bimestre 56% dos estudantes estão exaustos, no 2º bimestre são 46%, seguidos de 38% no terceiro e 31% no último bimestre, corroborando com os estudos de Thomaz, Rocha e Neto (2011) onde constatou-se que, 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, o que, para os autores, representa um dado alarmante, pois a necessidade de apoio aumenta de conforme a gravidade do nível de estresse do aluno.

Ainda em concordância com o estudo de Thomaz, Rocha e Neto (2011), entre os respondentes da pesquisa, há uma predominância de sintomas psicológicos de estresse, em relação aos sintomas físicos, entre os alunos estressados. É importante salientar que a reação ao estresse depende de como o indivíduo lida com o acontecimento estressor, e que muitas vezes o apoio que o aluno recebe de outras pessoas pode auxiliar no enfrentamento dos estímulos estressores.

Silva, Pereira e Miranda (2018), verificaram em seu estudo que 51,17% dos respondentes se encontram com altos níveis de estresse, enquanto Guimarães (2014) identificou altos níveis de estresse com tendência grave para depressão, onde as variáveis estresse, depressão e ansiedade estão diretamente ligadas, ou seja, quanto maior o estresse, maior a possibilidade de depressão e /ou ansiedade, sendo o estresse a variável mais agravante, por atingir altos níveis.

Thomaz, Rocha e Neto (2011) frisam ainda que entre os estressados a situação é preocupante, uma vez que se o estresse atingir a sua fase final, doenças graves podem ocorrer nos órgãos mais vulneráveis, pois segundo Rossetti *et al* (2008), se houver exposição prolongada ao evento estressor há uma predisposição do indivíduo a determinadas doenças. Guimarães (2014) aponta em seu estudo que quanto maior o nível de estresses menor/pior será a qualidade de vida do indivíduo.

Em relação as abstenções, o número de estudantes não respondentes a pesquisa, nas quatro coletas é informado no quadro a seguir:

Tabela 21 - Índice de abstenções de respostas

| 1º bimestre | 2º bimestre | 3º bimestre | 4º bimestre |
|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| 11 | 30 | 39 | 65 |
| 8% | 22% | 28% | 47% |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Acredita-se que o aumento do número de abstenções de respostas se dê em razão da desistência de algumas matérias, feita pelos alunos, e ainda por não estarem presentes no momento da coleta de dados.

4.3 ANÁLISE DA SÍNDROME DE *BURNOUT* NOS ACADÊMICOS

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 22. Após a análise, constatou-se que houve variação em todos os bimestres onde o *Burnout* pessoal variou de 6 a 30, *Burnout* relacionado aos estudos entre 8 e 35, *Burnout* com relação aos colegas de 5 a 29, *Burnout* relacionado aos professores de 6 a 29 e *Burnout* total de 28 a 105. Nesse sentido, efetuou-se o agrupamento dos dados coletados em planilha eletrônica e então foi realizado o tratamento estatístico e matemático.

Para efetuar a comparação dos níveis da síndrome de *Burnout* por constructo, utilizou-se como base a coluna “média”, citada na Tabela 22. Inicialmente efetuou-se a soma das médias por questão e na sequência a divisão do resultado pelo número de questões somadas.

Observou-se assim, os resultados apresentados referente ao *Burnout* nos acadêmicos de Ciências Contábeis durante as quatro coletas bimestrais, conforme apresentado na Tabela 22.

Tabela 22 - Estatísticas descritivas com relação a síndrome de *Burnout* no 1º bimestre

| <i>Burnout</i> | 1º bimestre | Média | Média por questão do constructo |
|-----------------------------|-------------|-------|---------------------------------|
| 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: Elaborado pelas autoras (2020)

Após a apresentação dos dados, foi possível observar que os acadêmicos apresentaram no 1º bimestre, a 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 23 - Estatísticas descritivas com relação a síndrome de *Burnout* no 2º bimestre

| <i>Burnout</i> | 2º bimestre | Média | Média por questão do constructo |
|-----------------------------|-------------|-------|---------------------------------|
| 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: Elaborado pelas autoras (2020)

Ao analisar a Tabela 24, 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 24 apresentada a seguir:

Tabela 24 - Estatísticas descritivas com relação a síndrome de *Burnout* no 3º bimestre

| <i>Burnout</i> | 3º bimestre | Média | Média por questão do constructo |
|-----------------------------|-------------|-------|---------------------------------|
| 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: Elaborado pelas autoras (2020)

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 encontrados 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 25.

Tabela 25 - Estatísticas descritivas com relação a síndrome de *Burnout* no 4º bimestre

| <i>Burnout</i> | 4º bimestre | Média | Média por questão do constructo |
|-----------------------------|-------------|-------|---------------------------------|
| 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</i> total | 32 a 102 | 34,42 | 1,38 |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

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.

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 26.

Tabela 26 - Valores médios do CBI de estudos precedentes

| Autor | Anos | <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 <i>et al.</i> | 2008 | 43,00 | 41,50 |
| Shimizutani <i>et al.</i> | 2008 | 54,50 | 50,40 |
| Wahl | 2008 | 44,06 | 46,79 |
| Liljegren e Ekberg | 2008 | 44,10 | 38,40 |
| Benson <i>et al.</i> | 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 |
| Média Geral | | 43,04 | 42,38 |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

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).

Com isso é possível perceber que os graus médios mais altos encontrados nos estudos precedentes condizem com o resultado dessa pesquisa, pois possuem

o nível médio mais alto no quesito *Burnout* pessoal e na sequência está o *Burnout* relacionado ao trabalho/estudos.

Pode-se observar ainda que os menores índices médios são os encontrados em *Burnout* relacionado aos colegas e *Burnout* relacionado aos professores, isso demonstra que o desgaste emocional consigo mesmo, é maior do que com as pessoas que os indivíduos convivem.

As questões aplicadas no quesito *Burnout* pessoal e a porcentagem das respostas obtidas podem ser analisadas na Tabela 27.

Tabela 27 - Escalas, itens e frequência de respostas do *Burnout* pessoal 1º bimestre

| | Nunca | Raramente | As vezes | Frequentemente | Sempre | Não responderam | Total |
|--|-------|-----------|----------|----------------|--------|-----------------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 1. Com que frequência se sente cansado? | 0,72 | 5,07 | 26,09 | 37,68 | 22,46 | 7,97 | 100,00 |
| 2. Com que frequência se sente fisicamente exausto? | 2,90 | 16,67 | 28,26 | 29,71 | 14,49 | 7,97 | 100,00 |
| 3. Com que frequência se sente emocionalmente exausto? | 5,07 | 21,74 | 18,84 | 26,09 | 20,29 | 7,97 | 100,00 |
| 4. Com que frequência pensa "não aguento mais"? | 12,32 | 21,74 | 32,61 | 14,49 | 10,87 | 7,97 | 100,00 |
| 5. Com que frequência se sente esgotado | 5,07 | 21,74 | 32,61 | 21,01 | 11,59 | 7,97 | 100,00 |
| 6. Com que frequência se sente fraco e susceptível de adoecer? | 15,94 | 34,06 | 26,09 | 12,32 | 3,62 | 7,97 | 100,00 |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

De acordo com os dados apresentados, nota-se que no quesito *Burnout* pessoal às questões que obtiveram as médias mais altas foram as seguintes: Questão 1 – “Com que frequência se sente cansado”, com um percentual de 37,68%, os respondentes da coleta de dados do 1º bimestre disseram se sentirem cansados com frequência, e a Questão 2 – “Com que frequência se sente fisicamente cansado” tendo um percentual de 29,71 também é apontado pelos estudantes como um sintoma frequente.

Com relação às mesmas questões apresentadas anteriormente, porém coletadas no 2º bimestre, observa-se que as Questões 1 e 2 permanecem sendo

citadas como sintomas apresentados frequentemente com 34,06% e 26,09% respectivamente conforme a Tabela 28 nos demonstra.

Tabela 28 - Escalas, itens e frequência de respostas do *Burnout* pessoal 2º bimestre

| | Nunca | Raramente | As vezes | Frequentemente | Sempre | Não responderam | Total |
|--|-------|-----------|----------|----------------|--------|-----------------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 1. Com que frequência se sente cansado? | 0,00 | 5,07 | 23,91 | 34,06 | 15,22 | 21,74 | 100,00 |
| 2. Com que frequência se sente fisicamente exausto? | 2,17 | 15,22 | 26,81 | 26,09 | 7,97 | 21,74 | 100,00 |
| 3. Com que frequência se sente emocionalmente exausto? | 4,35 | 15,22 | 25,36 | 21,74 | 11,59 | 21,74 | 100,00 |
| 4. Com que frequência pensa "não aguento mais"? | 12,32 | 19,57 | 26,81 | 13,04 | 6,52 | 21,74 | 100,00 |
| 5. Com que frequência se sente esgotado | 4,35 | 17,39 | 28,99 | 19,57 | 7,25 | 22,46 | 100,00 |
| 6. Com que frequência se sente fraco e susceptível de adoecer? | 15,94 | 26,81 | 21,01 | 8,70 | 4,35 | 23,19 | 100,00 |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Pode-se verificar que referente à segunda coleta de dados alguns alunos respondentes do primeiro questionário, não estavam presentes em sala, isso ocorreu também na terceira e quarta coleta.

Na Tabela 29, o índice referente às questões 1 e 2 ainda aparecem em destaque, com 33,33% e 26,09%, ambos são citados novamente como sentimentos sentidos com frequência.

Tabela 29 - Escalas, itens e frequência de respostas do *Burnout* pessoal 3º bimestre

| | Nunca | Raramente | As vezes | Frequentemente | Sempre | Não responderam | Total |
|--|-------|-----------|----------|----------------|--------|-----------------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 1. Com que frequência se sente cansado? | 1,45 | 5,07 | 15,94 | 33,33 | 15,22 | 28,99 | 100,00 |
| 2. Com que frequência se sente fisicamente | 1,45 | 9,42 | 23,91 | 26,09 | 10,14 | 28,99 | 100,00 |

| | | | | | | | |
|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| exausto? | | | | | | | |
| 3. Com que frequência se sente emocionalmente exausto? | 2,90 | 12,32 | 22,46 | 21,74 | 10,87 | 29,71 | 100,00 |
| 4. Com que frequência pensa "não aguento mais"? | 12,32 | 21,74 | 16,67 | 13,04 | 7,25 | 28,99 | 100,00 |
| 5. Com que frequência se sente esgotado | 3,62 | 20,29 | 21,01 | 19,57 | 6,52 | 28,99 | 100,00 |
| 6. Com que frequência se sente fraco e susceptível de adoecer? | 12,32 | 30,43 | 16,67 | 4,35 | 6,52 | 29,71 | 100,00 |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Referente à Tabela 30, observa-se que a maioria dos acadêmicos respondentes da presente pesquisa, não estavam presentes em sala de aula no momento da última coleta de dados. Com isso, nota-se a baixa na média dos sentimentos apresentados. Com tudo, a Questão 1 “Com que frequência se sente cansado”, aparece com 21,01% sendo considerado um durante todo o ano letivo o sintoma mas experimentado pelos acadêmicos.

Tabela 30 - Escalas, itens e frequência de respostas do *Burnout* pessoal 4º bimestre

| | Nunca | Raramente | As vezes | Frequentemente | Sempre | Não responderam | Total |
|--|-------|-----------|----------|----------------|--------|-----------------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 1. Com que frequência se sente cansado? | 0,72 | 3,62 | 15,22 | 21,01 | 12,32 | 47,10 | 100,00 |
| 2. Com que frequência se sente fisicamente exausto? | 2,17 | 9,42 | 15,22 | 16,67 | 9,42 | 47,10 | 100,00 |
| 3. Com que frequência se sente emocionalmente exausto? | 3,62 | 9,42 | 11,59 | 16,67 | 11,59 | 47,10 | 100,00 |
| 4. Com que frequência pensa "não aguento mais"? | 7,25 | 12,32 | 15,94 | 9,42 | 7,97 | 47,10 | 100,00 |
| 5. Com que frequência se sente esgotado | 3,62 | 9,42 | 16,67 | 13,77 | 8,70 | 47,83 | 100,00 |

| | | | | | | | |
|--|------|-------|-------|-------|------|-------|--------|
| 6. Com que frequência se sente fraco e susceptível de adoecer? | 6,52 | 18,84 | 13,77 | 10,14 | 2,90 | 47,83 | 100,00 |
|--|------|-------|-------|-------|------|-------|--------|

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Com relação ao *Burnout* relacionado aos estudos, na primeira coleta de dados observou-se que a Questão 7 – “Sente-se esgotado no final de um dia de faculdade” foi a mais citada com 26,81%, conforme a Tabela 31. Considerando que os acadêmicos em geral trabalham durante o dia, esse percentual pode estar relacionado não somente pelo dia letivo, mas também pelas demais obrigações vivenciadas pelo indivíduo.

Tabela 31 - Escala, itens e frequência de respostas do *Burnout* relacionado aos estudos - 1º bimestre

| | Nunca | Raramente | As vezes | Frequentemente | Sempre | Não responderam | Total |
|---|-------|-----------|----------|----------------|--------|-----------------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 7. Sente-se esgotado no final de um dia de Faculdade? | 5,07 | 10,14 | 31,16 | 26,81 | 17,39 | 9,42 | 100,00 |
| 8. Sente-se exausto logo pela manhã quando pensa em mais um dia na Faculdade? | 10,14 | 31,88 | 29,71 | 11,59 | 7,97 | 8,70 | 100,00 |
| 9. Sente que cada hora de aula/estudo é cansativa para você? | 7,25 | 30,43 | 34,06 | 15,22 | 3,62 | 9,42 | 100,00 |
| 10. Tem tempo e energia para a família e os amigos durante os tempos de lazer | 2,90 | 18,12 | 34,06 | 24,64 | 12,32 | 7,97 | 100,00 |
| 11. Os seus estudos são emocionalmente esgotantes? | 6,52 | 23,91 | 38,41 | 15,94 | 6,52 | 8,70 | 100,00 |
| 12. Sente-se frustrado com seus estudos? | 7,97 | 23,19 | 34,78 | 14,49 | 10,87 | 8,70 | 100,00 |
| 13. Sente-se exausto de forma prolongada com os seus estudos? | 10,14 | 27,54 | 32,61 | 15,94 | 5,07 | 8,70 | 100,00 |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Através dos dados apresentados na Tabela 32, é possível verificarmos que a Questão 7, foi novamente a sensação mais sentida, sendo que 20,29% dos acadêmicos disseram que se sentem esgotados ao final de um dia de faculdade sempre.

Tabela 32 - Escala, itens e frequência de respostas do *Burnout* relacionado aos estudos - 2º bimestre

| | Nunca | Raramente | As vezes | Frequentemente | Sempre | Não responderam | Total |
|---|-------|-----------|----------|----------------|--------|-----------------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 7. Sente-se esgotado no final de um dia de Faculdade? | 3,62 | 9,42 | 26,09 | 18,12 | 20,29 | 22,46 | 100,00 |
| 8. Sente-se exausto logo pela manhã quando pensa em mais um dia na Faculdade? | 13,04 | 22,46 | 26,09 | 6,52 | 9,42 | 22,46 | 100,00 |
| 9. Sente que cada hora de aula/estudo é cansativa para você? | 7,25 | 27,54 | 23,91 | 12,32 | 5,80 | 23,19 | 100,00 |
| 10. Tem tempo e energia para a família e os amigos durante os tempos de lazer | 5,07 | 15,22 | 28,26 | 18,84 | 10,14 | 22,46 | 100,00 |
| 11. Os seus estudos são emocionalmente esgotantes? | 4,35 | 19,57 | 36,23 | 13,04 | 5,07 | 21,74 | 100,00 |
| 12. Sente-se frustrado com seus estudos? | 2,90 | 22,46 | 28,26 | 16,67 | 7,25 | 22,46 | 100,00 |
| 13. Sente-se exausto de forma prolongada com os seus estudos? | 6,52 | 21,74 | 31,88 | 12,32 | 5,07 | 22,46 | 100,00 |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Na terceira coleta de dados apresentada na Tabela 33, referente ao *Burnout* relacionado aos estudos, observa-se que grande parte dos alunos não respondeu ao questionário naquele momento. É possível verificar também, que o sentimento de esgotamento citado na questão 7, é sentido frequentemente por 21,74% dos acadêmicos e a Questão 10 “Tem tempo e energia para a família e amigos durante

os tempos de laser” também aparece com 21,74% e ambos os sintomas são sentidos frequentemente pela amostra respondente.

Tabela 33 - Escala, itens e frequência de respostas do *Burnout* relacionado aos estudos - 3º bimestre

| | Nunca | Raramente | As vezes | Frequentemente | Sempre | Não responderam | Total |
|--|-------|-----------|----------|----------------|--------|-----------------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 7. Sente-se esgotado no final de um dia de Faculdade? | 2,17 | 8,70 | 17,39 | 21,74 | 18,84 | 31,16 | 100,00 |
| 8. Sente-se exausto logo pela manhã quando pensa em mais um dia na Faculdade? | 8,70 | 19,57 | 22,46 | 11,59 | 7,97 | 29,71 | 100,00 |
| 9. Sente que cada hora de aula/estudo é cansativa para você? | 2,17 | 26,09 | 19,57 | 13,77 | 7,97 | 30,43 | 100,00 |
| 10. Tem tempo e energia para a família e os amigos durante os tempos de laser? | 2,90 | 18,84 | 19,57 | 21,74 | 7,97 | 28,99 | 100,00 |
| 11. Os seus estudos são emocionalmente esgotantes? | 3,62 | 10,14 | 30,43 | 17,39 | 7,97 | 30,43 | 100,00 |
| 12. Sente-se frustrado com seus estudos? | 5,07 | 15,22 | 21,74 | 17,39 | 11,59 | 28,99 | 100,00 |
| 13. Sente-se exausto de forma prolongada com os seus estudos? | 6,52 | 16,67 | 25,36 | 13,77 | 8,70 | 28,99 | 100,00 |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Ao observar a Tabela 34, podemos notar que a Questão 7 aparece novamente como a mais citada, por 18,84% dos respondentes. Nota-se que a sensação de esgotamento ao final de um dia letivo é experimentada durante todo o ano, e possui o maior nível em todas as coletas.

Tabela 34 - Escala, itens e frequência de respostas do *Burnout* relacionado aos estudos - 4º bimestre

| | Nunca | Raramente | As vezes | Frequentemente | Sempre | Não responderam | Total |
|--|-------|-----------|----------|----------------|--------|-----------------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 7. Sente-se esgotado no final de um dia de Faculdade? | 1,45 | 5,07 | 13,04 | 18,84 | 13,77 | 47,83 | 100,00 |
| 8. Sente-se exausto logo pela manhã quando pensa em mais um dia na Faculdade? | 3,62 | 15,94 | 19,57 | 6,52 | 7,25 | 47,83 | 100,72 |
| 9. Sente que cada hora de aula/estudo é cansativa para você? | 2,17 | 13,04 | 23,19 | 5,80 | 7,97 | 47,83 | 100,00 |
| 10. Tem tempo e energia para a família e os amigos durante os tempos de laser? | 2,17 | 12,32 | 19,57 | 15,22 | 3,62 | 47,83 | 100,72 |
| 11. Os seus estudos são emocionalmente esgotantes? | 2,17 | 10,87 | 21,74 | 13,04 | 5,07 | 47,83 | 100,72 |
| 12. Sente-se frustrado com seus estudos? | 2,17 | 11,59 | 21,01 | 10,87 | 6,52 | 47,83 | 100,00 |
| 13. Sente-se exausto de forma prolongada com os seus estudos? | 1,45 | 13,77 | 23,19 | 9,42 | 5,07 | 47,83 | 100,72 |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

A Tabela 35 refere-se ao *Burnout* relacionado aos colegas, e traz como resposta mais significativa a Questão 18 – “está cansado de aturar os colegas” com 15,94%. De um modo geral, observa-se que a relação com os colegas não tem afetado diretamente os acadêmicos.

Tabela 35 - Escalas, itens e frequências de respostas do *Burnout* relacionado aos colegas - 1º bimestre

| | Nunca | Raramente | As vezes | Frequentemente | Sempre | Não responderam | Total |
|---|-------|-----------|----------|----------------|--------|-----------------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 14. Você acha difícil trabalhar com seus colegas de estudo? | 23,91 | 38,41 | 19,57 | 5,07 | 4,35 | 8,70 | 100,00 |

| | | | | | | | |
|--|-------|-------|-------|-------|------|-------|--------|
| 15. Sente que esgota a sua energia quando trabalha com colegas? | 30,43 | 37,68 | 12,32 | 9,42 | 1,45 | 8,70 | 100,00 |
| 16. Acha frustrante trabalhar com colegas? | 43,48 | 30,43 | 11,59 | 2,90 | 3,62 | 7,97 | 100,00 |
| 17. Sente que dá mais do que recebe quando trabalha com colegas? | 23,91 | 41,30 | 14,49 | 7,97 | 3,62 | 8,70 | 100,00 |
| 18. Está cansado de aturar os colegas? | 6,52 | 23,91 | 38,41 | 15,94 | 6,52 | 8,70 | 100,00 |
| 19. Alguma vez se questiona quanto tempo mais conseguira trabalhar com os colegas? | 40,58 | 29,71 | 17,39 | 1,45 | 0,72 | 10,14 | 100,00 |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Na Tabela 36, nota-se que a Questão 14 – “Você acha difícil trabalhar com seus colegas de estudo” foi citada por 6,52% dos estudantes dessa pesquisa como sendo este um sentimento frequente.

Tabela 36 - Escalas, itens e frequências de respostas do *Burnout* relacionado aos colegas - 2º bimestre

| | Nunca | Raramente | As vezes | Frequentemente | Sempre | Não responderam | Total |
|--|-------|-----------|----------|----------------|--------|-----------------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 14. Você acha difícil trabalhar com seus colegas de estudo? | 15,22 | 38,41 | 17,39 | 6,52 | 0,72 | 21,74 | 100,00 |
| 15. Sente que esgota a sua energia quando trabalha com colegas? | 19,57 | 36,96 | 17,39 | 3,62 | 0,72 | 21,74 | 100,00 |
| 16. Acha frustrante trabalhar com colegas? | 28,99 | 28,26 | 16,67 | 2,90 | 0,72 | 22,46 | 100,00 |
| 17. Sente que dá mais do que recebe quando trabalha com colegas? | 19,57 | 28,26 | 21,74 | 7,25 | 1,45 | 21,74 | 100,00 |
| 18. Está cansado de aturar os colegas? | 34,78 | 28,99 | 13,77 | 0,72 | 0,00 | 21,74 | 100,00 |

| | | | | | | | |
|---|-------|-------|-------|------|------|-------|--------|
| 19. Alguma vez se questiona quanto tempo mais conseguiu trabalhar com os colegas? | 45,65 | 21,74 | 10,87 | 0,72 | 0,00 | 21,01 | 100,00 |
|---|-------|-------|-------|------|------|-------|--------|

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

A Tabela 37 traz a Questão 15 – “Sente que esgota a sua energia quando trabalha com colegas” com 22,46% dos alunos demonstrando ter esse sentimento às vezes com relação aos demais colegas de classe.

Tabela 37 - Escalas, itens e frequências de respostas do *Burnout* relacionado aos colegas - 3º bimestre

| | Nunca | Raramente | As vezes | Frequentemente | Sempre | Não responderam | Total |
|---|-------|-----------|----------|----------------|--------|-----------------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 14. Você acha difícil trabalhar com seus colegas de estudo? | 17,39 | 22,46 | 21,74 | 5,07 | 2,90 | 30,43 | 100,00 |
| 15. Sente que esgota a sua energia quando trabalha com colegas? | 18,84 | 24,64 | 22,46 | 3,62 | 0,72 | 29,71 | 100,00 |
| 16. Acha frustrante trabalhar com colegas? | 23,91 | 23,91 | 16,67 | 6,52 | 0,72 | 28,26 | 100,00 |
| 17. Sente que dá mais do que recebe quando trabalha com colegas? | 18,84 | 26,81 | 18,12 | 6,52 | 0,72 | 28,99 | 100,00 |
| 18. Está cansado de aturar os colegas? | 28,26 | 27,54 | 12,32 | 0,72 | 2,17 | 28,99 | 100,00 |
| 19. Alguma vez se questiona quanto tempo mais conseguiu trabalhar com os colegas? | 35,51 | 21,74 | 10,87 | 1,45 | 1,45 | 28,99 | 100,00 |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Os dados apresentados na Tabela 38 mostram que no 4º bimestre 47,10% dos acadêmicos não responderam a este quadro de questões, porém, é possível observar que os índices significativos permanecem com baixo percentual demonstrando que o relacionamento com os colegas, não é o responsável pelo desencadeamento da síndrome de *Burnout* nos respondentes.

Tabela 38 - Escalas, itens e frequências de respostas do *Burnout* relacionado aos colegas - 4º bimestre

| | Nunca | Raramente | As vezes | Frequentemente | Sempre | Não responderam | Total |
|--|-------|-----------|----------|----------------|--------|-----------------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 14. Você acha difícil trabalhar com seus colegas de estudo? | 9,42 | 29,71 | 7,25 | 5,80 | 0,72 | 47,10 | 100,00 |
| 15. Sente que esgota a sua energia quando trabalha com colegas? | 12,32 | 26,09 | 9,42 | 3,62 | 1,45 | 47,10 | 100,00 |
| 16. Acha frustrante trabalhar com colegas? | 15,94 | 22,46 | 10,14 | 2,90 | 1,45 | 47,10 | 100,00 |
| 17. Sente que dá mais do que recebe quando trabalha com colegas? | 14,49 | 21,01 | 13,04 | 2,90 | 1,45 | 47,10 | 100,00 |
| 18. Está cansado de aturar os colegas? | 17,39 | 24,64 | 5,80 | 3,62 | 0,72 | 47,83 | 100,00 |
| 19. Alguma vez se questiona quanto tempo mais conseguira trabalhar com os colegas? | 21,74 | 20,29 | 6,52 | 4,35 | 0,00 | 47,10 | 100,00 |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

No constructo da síndrome de *Burnout* relacionada aos professores, referente à primeira coleta, observa-se que 20,29% dos alunos acham difícil lidar às vezes com os professores, enquanto 13,77% dos discentes sentem que esgotam a sua energia ao lidar com os professores conforme demonstra a Tabela 39.

Tabela 39 - Escalas, itens e frequências de respostas do *Burnout* relacionado aos professores - 1º bimestre

| | Nunca | Raramente | As vezes | Frequentemente | Sempre | Não responderam | Total |
|---|-------|-----------|----------|----------------|--------|-----------------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 20. Você acha difícil lidar com os professores? | 18,84 | 48,55 | 20,29 | 3,62 | 1,45 | 7,25 | 100,00 |

| | | | | | | | |
|---|-------|-------|-------|------|------|------|--------|
| 21. Sente que esgota sua energia quando tem que lidar com os professores? | 34,06 | 39,86 | 13,77 | 4,35 | 0,72 | 7,25 | 100,00 |
| 22. Acha frustrante lidar com os professores? | 38,41 | 34,78 | 12,32 | 6,52 | 0,00 | 7,97 | 100,00 |
| 23. Sente que dá mais do que recebe quando lida com os professores? | 51,45 | 28,99 | 8,70 | 2,17 | 0,72 | 7,97 | 100,00 |
| 24. Está cansado de lidar com os professores? | 46,38 | 32,61 | 9,42 | 1,45 | 1,45 | 8,70 | 100,00 |
| 25. Alguma vez se questiona quanto tempo mais conseguiu trabalhar com os professores? | 54,35 | 28,26 | 7,97 | 1,45 | 0,00 | 7,97 | 100,00 |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Na Tabela 40, pode-se identificar que a Questão 21 – “Sente que esgota sua energia quando tem que lidar com os professores” apresenta um índice de 5,07%, o que indica que alguns acadêmicos vivenciam esse sentimento com frequência.

Tabela 40 - Escalas, itens e frequências de respostas do *Burnout* relacionado aos professores - 2º bimestre

| | Nunca | Raramente | As vezes | Frequentemente | Sempre | Não responderam | Total |
|---|-------|-----------|----------|----------------|--------|-----------------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 20. Você acha difícil lidar com os professores? | 21,74 | 34,78 | 16,67 | 2,90 | 1,45 | 22,46 | 100,00 |
| 21. Sente que esgota sua energia quando tem que lidar com os professores? | 30,43 | 31,88 | 10,14 | 5,07 | 1,45 | 21,01 | 100,00 |
| 22. Acha frustrante lidar com os professores? | 33,33 | 28,26 | 10,87 | 2,90 | 0,72 | 23,91 | 100,00 |
| 23. Sente que dá mais do que recebe quando lida com os professores? | 42,03 | 26,09 | 7,97 | 2,17 | 0,00 | 21,74 | 100,00 |
| 24. Está cansado de lidar com os professores? | 40,58 | 26,81 | 8,70 | 1,45 | 1,45 | 21,01 | 100,00 |
| 25. Alguma vez se questiona quanto tempo mais conseguiu | 43,48 | 26,81 | 3,62 | 1,45 | 1,45 | 23,19 | 100,00 |

trabalhar com os professores?

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

A Tabela 41, referente à coleta de dados efetuada no 3º bimestre, demonstra um aumento no percentual relacionado ao período anterior sobre a Questão 20 – “Você acha difícil lidar com os professores”. Sendo 6,52% o nível de estudantes que afirmam ter esse sentimento frequentemente.

Tabela 41 - Escalas, itens e frequências de respostas do *Burnout* relacionado aos professores - 3º bimestre

| | Nunca | Raramente | As vezes | Frequentemente | Sempre | Não responderam | Total |
|--|-------|-----------|----------|----------------|--------|-----------------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 20. Você acha difícil lidar com os professores? | 20,29 | 28,99 | 15,22 | 6,52 | 0,00 | 28,99 | 100,00 |
| 21. Sente que esgota sua energia quando tem que lidar com os professores? | 28,99 | 28,26 | 8,70 | 5,07 | 0,00 | 28,99 | 100,00 |
| 22. Acha frustrante lidar com os professores? | 29,71 | 28,26 | 8,70 | 4,35 | 0,00 | 28,99 | 100,00 |
| 23. Sente que dá mais do que recebe quando lida com os professores? | 35,51 | 26,81 | 7,25 | 1,45 | 0,00 | 28,99 | 100,00 |
| 24. Está cansado de lidar com os professores? | 31,88 | 27,54 | 6,52 | 4,35 | 0,00 | 29,71 | 100,00 |
| 25. Alguma vez se questiona quanto tempo mais conseguira trabalhar com os professores? | 41,30 | 19,57 | 5,80 | 3,62 | 0,00 | 29,71 | 100,00 |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Na sequência, a Tabela 42 demonstra que 11,59% dos alunos respondentes da pesquisa no 4º bimestre, sentem dificuldade para lidar com os professores às vezes.

Tabela 42 - Escalas, itens e frequências de respostas do *Burnout* relacionado aos professores - 4º bimestre

| | Nunca | Raramente | As vezes | Frequentemente | Sempre | Não responderam | Total |
|--|-------|-----------|----------|----------------|--------|-----------------|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | |
| 20. Você acha difícil lidar com os professores? | 14,49 | 24,64 | 11,59 | 2,17 | 0,00 | 47,10 | 100,00 |
| 21. Sente que esgota sua energia quando tem que lidar com os professores? | 18,84 | 21,01 | 10,14 | 1,45 | 1,45 | 47,10 | 100,00 |
| 22. Acha frustrante lidar com os professores? | 18,12 | 22,46 | 10,14 | 1,45 | 0,00 | 47,83 | 100,00 |
| 23. Sente que dá mais do que recebe quando lida com os professores? | 26,81 | 19,57 | 4,35 | 2,17 | 0,00 | 47,10 | 100,00 |
| 24. Está cansado de lidar com os professores? | 24,64 | 18,84 | 5,80 | 3,62 | 0,00 | 47,10 | 100,00 |
| 25. Alguma vez se questiona quanto tempo mais conseguira trabalhar com os professores? | 27,54 | 17,39 | 5,80 | 1,45 | 0,00 | 47,83 | 100,00 |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Com os dados apresentados é possível observar que o *Burnout* pessoal possui as maiores variáveis, seguido do *Burnout* relacionado aos estudos, após *Burnout* relacionado aos colegas, e por fim, *Burnout* relacionado aos professores.

4.4 ANÁLISE DA SÍNDROME DE *BURNOUT* COM A CARACTERIZAÇÃO DOS RESPONDENTES

Ao dar início a análise referente aos dados dos acadêmicos, houve a comparação das informações da caracterização do respondente com o Bloco 1 e 2, com a intenção de verificar se ocorreu uma possível interferência entre as informações concedidas, com o nível de estresse e síndrome de *Burnout* nos alunos.

Para iniciar os testes e verificar a normalidade dos dados, foi utilizado o teste *Kolmogorov-Smirnov*, considerando como base 5% o nível de significância para a

amostra, aonde o Sig. maior que 0,05 está de acordo com a normalidade, e o Sig. menor que 0,05 aponta uma não normalidade na disposição dos dados apresentados.

Após a aplicação do teste Mann-Whitney para avaliar a variação do *Burnout* pessoal com relação ao sexo do respondente foi possível comprovar estatisticamente que o sexo masculino apresenta um nível médio inferior ao sexo feminino.

Quanto à idade dos discentes, houve a realização do teste Kruskal-Wallis, para verificar se existia diferença estatística relevante a ser informada, porém os testes não apresentaram variação significativa com relação a idade dos alunos.

Segundo análise estatística realizada, não há variação do nível de *Burnout* com relação aos estudantes possuírem outra graduação, terem filhos ou não. O resultado também não apresentou diferença quanto ao vínculo empregatício, bem como ao sentimento de capacitação para executar as tarefas no ambiente de trabalho.

Com a aplicação do teste MW, com relação aos alunos do 1º e 2º ano da graduação, eles apresentaram diferença quanto ao nível de *Burnout* relacionado aos estudos, aos professores e o *Burnout* total no 1º bimestre analisado. Entre o 2º e 4º ano, houve diferença no 2º bimestre com relação ao *Burnout* referente aos colegas. No 1º e 3º ano, a diferença apresentada foi no 1º bimestre referente ao *Burnout* com relação aos professores. Já entre o 1º e 4º ano, a diferença surgiu quanto ao *Burnout* relacionado aos estudos no 1º bimestre.

4.5 ANÁLISE DA VARIAÇÃO DO ESTRESSE DURANTE O ANO LETIVO

Considerando a não normalidade dos dados após os testes estatísticos não paramétricos, Mann-Whitney e Kruskal-Wallis, para verificar se há diferenças estatisticamente significativas entre as médias dos sintomas de estresse durante os bimestres analisados, aplicou-se o teste Anova de Friedmann, onde foram identificadas diferenças, sendo necessário fazer testes post-hoc para verificar onde figuram. Os testes dos Sinais de Wilcoxon com 5% de correção de Bonferroni foram

realizados, com até dois agrupamentos, para todos os quadros do instrumento de pesquisa e seus resultados são analisados a seguir.

Tabela 43 - Diferenças de médias Quadro 1

| Média | 1º bimestre | 2º bimestre | 3º bimestre | 4º bimestre | Resultado ANOVA Friedman |
|--|-------------|-------------|-------------|-------------|---------------------------|
| | 3,36 | 2,8 | 2,19 | 1,72 | ≠ |
| Testes <i>post-hoc</i> - Sinais de Wilcoxon com correção de Bonferroni | | | | | |
| Comparações | | | | | Resultado Teste de Sinais |
| 1-2 | 3,36 | 2,8 | | | ≠ |
| 1-3 | 3,36 | | 2,19 | | ≠ |
| 1-4 | 3,36 | | | 1,72 | ≠ |
| 2-3 | | 2,8 | 2,19 | | ≠ |
| 2-4 | | 2,8 | | 1,72 | ≠ |
| 3-4 | | | 2,19 | 1,72 | ≠ |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

Inicialmente compararam-se as respostas obtidas para cada bimestre, do Quadro 1, do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL) (Lipp, 2000), que mede o estresse na fase inicial, a de alerta. 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 diminuir gradativamente nos demais períodos, além disso, a Tabela denota que os sintomas podem ser variados e que 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 a seguir apresenta a relação entre eles.

Tabela 44 - 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: Elaborado pelas autoras (2020)

Segundo Friedmann na Tabela 44, 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. Acompanhando os resultados da Tabela anterior, é possível observar que os últimos bimestres apresentam as menores médias e são todos estatisticamente diferentes entre si.

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 45 apresenta os dados da coleta a seguir.

Tabela 45 - 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: Elaborado pelas autoras (2020)

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 Friedman significa que há pouca similaridade entre os períodos analisados.

De acordo com média de sintomas é possível observar que há mais estudantes apresentando mais sintomas no início do ano, além disso as médias de sintomas apresentadas para a fase de alerta são as menores da amostra. As médias passam a aumentar gradativamente para cada fase do estresse analisada, chegando no seu maior índice na 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*, podendo ter, não somente, seu desempenho acadêmico

afetado, mas seu desempenho profissional e doenças que podem afetar sua vida como um todo, conforme já mencionado anteriormente.

4.5.1 ANÁLISE DA VARIAÇÃO DA SÍNDROME DE *BURNOUT* DURANTE O ANO LETIVO

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 46.

Tabela 46 - Diferenças de médias para síndrome de *Burnout*

| <i>Burnout</i> | 1º Bimestre | 2º Bimestre | 3º Bimestre | 4º Bimestre | Resultado ANOVA Friedman |
|-----------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------------------|
| 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</i> total | 2,50 | 2,49 | 2,57 | 2,61 | = |

Fonte: Elaborado pelas autoras (2020)

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.

4.6 PONTOS QUE AFETAM NEGATIVAMENTE O RESPONDENTE COM RELAÇÃO AO ESTUDO.

O instrumento para coleta de dados ainda 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 caracteriza 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 figura 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 é 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 afetam 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 o exposto acima é possível observar que em todos os períodos do curso os alunos expressam que a falta de tempo para realizar as atividades, unidas com a sobrecarga e ausência de sono podem influenciar no desempenho do indivíduo. Fatores como dificuldades na relação familiar, aulas pouco atrativas, falta de empatia de professores e pressão pelo sucesso profissional também figuram com fatores negativos para os respondentes da presente pesquisa, porém em menor escala.

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, conseqüentemente, 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 achados desse estudo sobre estresse, identificou-se que 56% dos estudantes se encontravam estressados no 1º bimestre, 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 exaustão no 1º bimestre, onde, de acordo com as respostas informadas, 17% deles apresentam sintomas compatíveis com síndrome de *Burnout*.

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* estão relacionados principalmente com a vida pessoal e na sequência, relacionado ao trabalho/estudos, o que é claramente um reflexo da dupla jornada vivenciada pelos respondentes. É possível observar também que os menores índices são encontrados estão relacionados aos colegas e *Burnout* relacionado aos professores, isso demonstra que o desgaste emocional consigo mesmo, é maior do que com as pessoas que os indivíduos convivem.

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 26.

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 no nível de quase exaustão e exaustão no 1º e 2º bimestres do ano.

Com relação a 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 parte dos alunos vivenciam o estresse durante a vida acadêmica, alguns deles ainda vivenciam a síndrome de *Burnout*, entende-se que podem existir outros fatores paralelos e inerentes ao cotidiano de cada indivíduo, que podem afetar de diferentes formas cada um. 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 os autores identificaram que 51,17% dos estudantes encontravam-se altamente estressados, já no presente estudo nível de estresse apresenta uma variação de 56% até 31%. Já os números para síndrome de *Burnout* variam de 17% no 1º bimestre, até 12% no 4º bimestre, corroborando com o estudo de Galvão (2017) que realizou pesquisa com profissionais de prestação de serviços contábeis, onde constatou que a exaustão apresentou uma maior relação com os contadores, indicando insatisfação profissional vindo ao encontro com os resultados de 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.

Segure-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 as 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.

Espera-se que sejam direcionados esforços e investigações para os principais elementos da estafa acadêmica, uma vez que esse fenômeno, em níveis elevados, pode gerar implicações diversas, tanto no âmbito acadêmico quanto profissional, desde problemas de saúde até impossibilidade de trabalhar, como citado anteriormente.

Deseja-se que este estudo sirva como luz para a tomada de medidas que melhorem a qualidade de vida acadêmica, tanto pelas IES enquanto criadora de horários e grades curriculares, quanto pelos alunos 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

- ALMEIDA, L. S.; SOARES, A. P. Os estudantes universitários: sucesso escolar e desenvolvimento psicossocial. In: AZZI, R. G. (Coord.). **Estudante universitário: características e experiências de formação**. Taubaté: Cabral. p. 15-40, 2004.
- ASSIS, C. L., SILVA, A. P. F., DE SOUZA LOPES, M., SILVA, P. D. C. B., & DE OLIVEIRA SANTINI, T. **Sintomas de estresse em concluintes do curso de psicologia de uma faculdade privada do norte do País**. *Mudanças – Psicologia da Saúde*, 21(1), 23-28, 2013.
- BACK, C. M., MOSER, A. M., & AMORIM, C.. **Burnout e autoestima em estudantes de direito**, IX Congresso Nacional de Educação e o *Encontro Sul Brasileiro de Psicopedagogia*. Curitiba, Paraná, Brasil, 3, 2009.
- BARDAGI, M. P., & HUTZ, C. S. (2011). **Eventos estressores no contexto acadêmico: uma breve revisão da literatura brasileira**. *Interação em Psicologia*, 15(1).
- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. org. **Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem-estar**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.
- BENSON, Sarah; SAMMOUR, Tarik; NEUHAUS, Susan J.; FINDLAY, Bruce; HILL, Andrew G. **Burnout** in Australasian Younger Fellows. *ANZ Journal of Surgery*, v. 79, n. 9, p. 590–597, 2009.
- BRAGA, C. D.; PEREIRA, L. Z.; MARQUES, A. L. O Consumo de Energia de quem faz Energia: estudando o estresse ocupacional e seus efeitos nos gerentes de uma empresa brasileira do setor de energia elétrica. **Encontro da Associação dos Programas de Pós Graduação e Pesquisa em Administração**, 32, Rio de Janeiro, 2008.
- BORGES, A. M. B.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de *Burnout* e fatores de estresse em estudantes de um curso técnico de enfermagem. **Aletheia**, n. 19, p. 45-56, 2004.
- CAMPOS, E. A. R.; KÜHL, M. R.; ANDRADE, S. M.; STEFANO, S. R. Análise dos Níveis de Estresse em Formandos de Administração e Ciências Contábeis de uma Universidade Pública. **Gestão & Conexões**, v. 5, n. 1, p. 121-140, 2016.
- CAMPOS, Juliana A. D. B.; CARLOTTO, Mary S.; MARÔCO, João. 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.
- CARLOTTO, M. S. A síndrome de *Burnout* e o trabalho docente. **Psicol. estud.**, Maringá, v. 7, n. 1, Jun. 2002.
- CARLOTTO, M. S. & CÂMARA, S. G. Preditores da Síndrome de *Burnout* em estudantes universitários. **Pensamiento Psicológico**, Cali 4(10), pp. 101-109, 2008.

DELGADO, A. C., FUENTES, J. M. B., QUEVEDO, M. P. A., SALGADO, A. R., SÁNCHEZ, A. C., SANCHEZ, T. S., VELASCO, C. A., & YELA, J. R. B. Revisión teórica del *Burnout* o desgaste profesional en trabajadores de la docencia. **Caesura**, 2, 47-65, 1993.

DOMÉNECH, B. D. Introducción al síndrome “*Burnout*” en profesores y maestros y su abordaje terapéutico. **Psicología Educativa**, v. 1, n. 1, p. 1-16, 1995.

ESTADÃO. OMS inclui a síndrome de *Burnout* na lista de doenças. Disponível em: <https://saude.estadao.com.br/noticias/geral,oms-inclui-a-sindrome-de-Burnout-na-lista-de-doencas,70002845142>. Acesso em: 8 de março de 2020.

FONTE, Cesaltino M. S. Adaptação e validação para português do questionário de Copenhagen *Burnout* Inventory (CBI). 2011. Dissertação de Mestrado. Dissertação (Mestrado em Gestão e Economia da Saúde), **Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra, Coimbra**.

FRANÇA, A. C. L. & RODRIGUES, A. V. Stress e trabalho uma abordagem psicossomática, (4ª ed.). São Paulo: **Atlas**, 2012.

FILIZATTI, R. O desafio da escolha profissional. **Psico-USF**, v. 8, n. 1, p. 93-94, Jan/Jun. 2003

FREUDENBERGER, H. J. The staff burn-out syndrome in alternative institutions. **Psychotherapy: theory, research and practice**, v. 12, p. 73-82, 1975.

GALVÃO, N. M. D. S. Síndrome de *Burnout* e o Profissional Contábil: Quando Trabalhar se Torna Pesado. **Revista de Carreiras e Pessoas**, v. 7, n. 3, p. 151-169, 2017.

GIL, ANTONIO CARLOS. Como elaborar projetos de pesquisa. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2008. GUIMARÃES, L. A. M. Saúde mental, estresse e qualidade de vida no trabalho. **Interdisciplinaridade em saúde mental**. Campo Grande: UCDB, 2000, p. 17-19, 2014.

GUIMARÃES, Michelle Firmino. Depressão, Ansiedade, Estresse E Qualidade De Vida De Estudantes De Universidades Pública E Privada. **Programa de Pós Graduação em Psicologia da Saúde – UMESP**, São Paulo, 2014.

HARRISON, B. J. Are you to burn out? **Fund Raising Management**, 30(3), 25-28, 1999.

ISMA-BRA. 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. Acúmulo de tarefas e cobranças excessivas levam ao esgotamento profissional, a síndrome do mundo moderno. Disponível em <http://www.ismabrasil.com.br/img/estresse105.pdf>. Acesso em: 8 de março de 2020.

KRISTENSEN, Tage S.; BORRITZ, Marianne; VILLADSEN, Ebb; CHRISTENSEN, Karl B. **The Copenhagen *Burnout* Inventory**: A new tool for the assessment of *Burnout*. **Work and Stress**, v. 19, n. 3, p. 192-207, 2005.

LAMEU, J. do N.; SALAZAR, T. L.; SOUZA, W. F. de. Prevalência de sintomas de stress entre graduandos de uma universidade pública. **Psicologia da Educação**, n. 42, p. 13-22, 2016.

LILJEGREN, Mats; EKBERG, Kerstin. The longitudinal relationship between job mobility, perceived organizational justice, and health. **BMC Public Health**, v.8, n.1, p. 164, 2008.

LIMA; G. A. de; MEURER; A. M.; LOPES; I. F.; ANTONELLI; R. A; Epc258 - Desempenho Acadêmico, Síndrome De *Burnout* E Ansiedade: Uma Análise Dos Estudantes Dos Cursos Da Área De Negócios - **XIII Congresso Anpcont**, São Paulo/SP, 2019.

LIPP, M. E. N. Globalização e mudanças: O stress do novo milênio. **Instituto de Psicologia e Controle do Stress, São Paulo, 2007.**

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

LIPP, M. E. N. Mecanismos neuropsicológicos do stress: teoria e aplicações clínicas. São Paulo: **Casa do Psicólogo**, 2003.

LOIAZA; E.P; PEÑA; A.E. Niveles de estrés y síndrome de *Burnout* em contadores públicos colombianos. **Actualidade Contable Faces**, vol. 16, num. 26, p. 27-44, 2013.

Maslach, C. Entendendo o *Burnout*. In A. M. Rossi, P. L. Perrewé, & S. L. Sauter (Eds.), **Stress e qualidade de vida no trabalho: perspectivas atuais da saúde ocupacional** (pp. 122-148). São Paulo: Atlas, 2005.

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. **Fundação Escola de Comércio Álvares Penteado - FECAP**, São Paulo, SP, Brasil, 2008.

MEDEIROS, K. E. B.; ANTONELLI, R. A.; PORTULHAK; H. Desempenho Acadêmico, Procrastinação e o Uso De Tecnologias De Informação e Comunicação Por Estudantes Da Área De Negócios. **Revista Gestão Organizacional**, Chapecó, v. 12, n. 1, p. 92-114, jan./abr., 2019.

METE, M.; ÜNAL; O. F.; BILEN; A. Impact of Work-Family Conflict and *Burnout* on Performance of Accounting Professionals. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 131, p. 264-270, 2014.

MILFONT, Taciano L; DENNY, Simon; AMERATUNGA, Shanthi; ROBINSON, Elizabeth; MERRY, Sally. *Burnout* and Wellbeing: Testing the Copenhagen *Burnout* Inventory in New Zealand Teachers. *Social Indicators Research*, v. 89, n. 1, p. 169–177, 2008.

MONDARDO, A. H.; PEDON, E. A. Estresse e desempenho acadêmico em estudantes universitários. **Revista de Ciências Humanas-Educação**, v. 6, n. 6, p.159-180, 2005.

NOSSA, V.. A necessidade de professores qualificados e atualizados para o ensino da Contabilidade. **Revista de Contabilidade do CRC-SP**. São Paulo: Conselho Regional de Contabilidade, 9, 1999.

PELEIAS, I.; GUIMARÃES, E.; CHAN, B.; CARLOTTO, M.S. 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 (REPeC)**, 2017.

PELEIAS, I. R., PETRUCCI, V. B. C., GARCIA, M. N., & SILVA, D.. 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**, 4(1), pp. 81-94, 2008.

PEREIRA, A.M.T.B. JIMÉNEZ-MORENO, B., KUROWSKI, C.M., AMORIM, C.A., CARTOLLO, R.S., GARROSA, E.S. & GONZÁLEZ, J.L.. *Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador*. (4º ed.) São Paulo: **Casa do Psicólogo**, 2010.

QUINN, George M. Measuring *Burnout* amongst homeless workers in Northern Ireland. 2007. Tese de Doutorado. Faculty of Life Sciences, University of Ulster.

REGO; R.C.F.S.; FERREIRA; M.F.; COSTA; T.K.S. *Burnout: Analisando A Incidência da Síndrome nos Professores do Curso de Ciências Contábeis da*

Universidade Federal do Piauí. **VII Encontro de Estudos Organizacionais da ANPAD**, 2012.

REINHOLD, H. H. O *Burnout*. In: M. Lipp, (Org.), *Stress do professor*. (pp. 63-80). Campinas: Papyrus, 2002.

REZENDE, M. S.; MIRANDA, G. J.; PEREIRA, J. M.; CORNACCHIONE JR, E. B. (2017). Stress e desempenho acadêmico na pós-graduação stricto sensu em Ciências Contábeis no Brasil. 2016. **Arquivos Analíticos de Políticas Educativas**, v.25, n. 96, p. 1-23, 2017.

RICHARDSON, ROBERTO J. **Pesquisa social: métodos e técnicas**. São Paulo: Atlas, 1999.

ROSSETTI, M. O.; EHLERS, D. M.; GUNTERT, I. B.; LEME, I. F. A. DE S.; RABELO, I. S.; TOSI, S. M.V.D.; PACANARO, S.V.; BARRIONUEVO, V.L. O inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp (ISSL) em servidores da Polícia Federal de São Paulo. São Paulo: **Revista Brasileira De Terapias Cognitivas**, Volume 4, Número 2, 2008.

RUDOW, B.; Stress and *Burnout* in the teaching profession: European studies, issues, and research perspectives. In: VANDERBERGUE, R.; HUBERMAN, M. A. (Eds.). **Understanding and preventing teacher *Burnout*: a source book of international practice and research**. Cambridge: Cambridge University Press, 1999.

SANCOVSCHI, M; FERNANDES, L. de J. D.; SANTOS, A. da S. Custos Pessoais do Empenho Imoderado de Alunos de Cursos de Graduação em Contabilidade nos Estágios: A Relação entre Empenho dos Alunos, Sobrecarga de Trabalho, Estresse no Trabalho e Aspectos Significativos da Vida Acadêmica. **Sociedade, Contabilidade e Gestão**, v. 4, n. 1, 2010.

SARRIERA, Jorge Castellá; CÂMARA, Sheila Gonçalves; BERLIM, Cynthia Schwarcz. Elaboração, desenvolvimento e avaliação de um Programa de Inserção Ocupacional para Jovens Desempregados. **Psicol. Reflex. Crit.**, Porto Alegre, v. 13, n. 1, 2000.

SCHMIDT, D.R.C., PALADINI, M., BIATOL, C. PAIS, J.D., OLIVEIRA, A.R. Qualidade de vida no trabalho e *Burnout* em trabalhadores de enfermagem de Unidade de Terapia Intensiva. **Rev Bras Enferm**, Brasília 2013 jan-fev; 66(1): 13-7. (2013).

- SHIMIZUTANI, Masahiro; ODAGIRI, Yuko; OHYA, Yumiko; SHIMOMITSU, Teruichi; KRISTENSEN, Tage S.; MARUTA, Toshimasa; IIMORI, Makio. Relationship of Nurse *Burnout* with Personality Characteristics and Coping Behaviors. *Industrial Health*, v. 46, n. 4, p. 326–335, 2008.
- SHIROM, A. *Burnout* in work organizations. In C. L. Cooper & I. Robertson (Eds.), **International review of industrial na organizational psychology** (pp. 25-48). New York: Wiley & Sons, 1989.
- SILVA, T. D.; PEREIRA J. M.; MIRANDA, G. J. O Estresse Em Graduandos De Ciências Contábeis e Administração. **ASAA JOURNAL - Advances in Scientific and Applied Accounting**. São Paulo, 2018.
- SOUSA, K. O.; BARROS, L.M. Estresse e Estratégias de Enfrentamento de Gestores de Saúde. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 2, p. 496-515, 2018.
- THOMAZ; P. E., ROCHA; L. B.; NETO; V. M. Estresse em estudantes de engenharia. **Momento, Rio Grande**, 20 (1): 73-86, 2011.
- TRIGO, T. R.; TENG, C. T.; HALLAK, J.E. C. Síndrome de ou *Burnout* estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 34, n. 5, 2007.
- TSAI, Feng-Jen; CHAN, Chang-Chuan. Occupational stress and *Burnout* of judges and procurators. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, v.83, n. 2, p. 133-142, 2010.
- TSAI, Feng-Jen; HUANG, Wei-Luan; CHAN, Chang-Chuan. Occupational stress and *Burnout* of Lawyers. *Journal of Occupational Health*, v. 51, n. 5, p. 443-450, 2009.
- WAHL, Stacy 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 de Doutorado. Tese (Doutorado em Filosofia), Capella University.
- WYNADEN, D., WICHMANN, H., & MURRAY, S. (2013). A synopsis of the mental health concerns of university students: Results of a text-based online survey from one Australian university. **Higher Education Rese-arch & Development**, 32(5), pp.846-860.
- WILLIAMS, Collin. Psychosocial and biographical factors in career *Burnout*. 2007. Tese de Doutorado. University of Pretoria.
- WINWOOD, Peter C., WINEFIELD, Anthony H. Comparing two measures of *Burnout* among dentists in Australia. *International Journal of Stress Management*, v.11, n. 3, p. 282-289, 2004.

APÊNDICES

APÊNDICE A – Termo de Consentimento dos Discentes



Ministério da Educação
Universidade Tecnológica Federal do Paraná
 Câmpus Pato Branco
 Curso Superior de Ciências Contábeis

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

As acadêmicas ELIANE TAVARES HERBER e FRANCIELI DALLA COSTA REBELATTO, regularmente matriculada no Curso Superior de Ciências Contábeis, da Universidade Tecnológica Federal do Paraná - UTFPR Câmpus Pato Branco, estão em fase de elaboração de seu projeto de pesquisa para o Trabalho de Conclusão de Curso, sob orientação do Prof. Dr. Ricardo A. Antonelli e coorientação do Prof. Dr. Sérgio Barros, intitulado “ESTRESSE E SINDROME DE BOURNOUT EM ACADÊMICOS DO CURSO DE CIÊNCIAS CONTÁBEIS” e para isso, estão realizando a coleta de dados de sua pesquisa de campo, a qual consiste em obter dados por meio de questionário.

Sua colaboração na coleta de dados será de suma importância para o desenvolvimento do referido estudo. Por isso, solicito a sua participação e autorização para a realização de coleta de dados atinentes à referida atividade por meio do fornecimento de informações neste questionário. Suas informações serão utilizadas apenas para as finalidades da confecção do Trabalho de Conclusão de Curso e não serão objeto de avaliação pessoal no sentido de verificação de acerto ou erro.

A participação não envolve risco físico, tampouco constrangimento de qualquer natureza. A identidade dos envolvidos será preservada e os mesmos terão pleno direito de censura sobre os conteúdos que fornecerem individualmente.

Sua participação é voluntária e você poderá recusar ou interromper sua participação a qualquer momento sem penalidades ou qualquer impacto em sua situação no curso ou notas. Seu anonimato está garantido, de modo que, a análise dos resultados será feita e divulgada de forma agregada.

TERMO DE CONSENTIMENTO

Eu, _____, na condição de acadêmico, declaro que fui devidamente esclarecido (a) sobre a atividade de pesquisa e concordo em participar da mesma autorizando e fornecendo informações através de questionários.

Local _____, ____/____/____.

Assinatura

APÊNDICE B - Questionário de Pesquisa

TEMA DE PESQUISA: ESTRESSE E SÍNDROME DE *BURNOUT*

A pesquisa a seguir pretende analisar a relação entre o Estresse e Síndrome de *Burnout* em acadêmicos do Curso de Ciências Contábeis da Universidade Tecnológica Federal do Paraná – UTFPR, para isso é importante a seguinte definição:

Estresse: pode ser definido como um conjunto de reações fisiológicas desencadeadas por momentos de emoções positivas e/ou negativas, onde o objetivo final é de se adaptar ao meio.

Diante do exposto, responda as questões a seguir.

| BLOCO I – ESTRESSE | | |
|---|--------------------------|---|
| INVENTÁRIO DE SINTOMAS DE STRESS PARA ADULTOS DE LIPP (ISSL) | | |
| Assinale os sintomas que tem experimentado nas últimas 24 horas. | | |
| 1. | <input type="checkbox"/> | Mãos e pés frios |
| 2. | <input type="checkbox"/> | Boca seca |
| 3. | <input type="checkbox"/> | Nó no estômago |
| 4. | <input type="checkbox"/> | Aumento de sudorese (muito suor, suadeira) |
| 5. | <input type="checkbox"/> | Tensão muscular |
| 6. | <input type="checkbox"/> | Aperto da mandíbula / Ranger os dentes |
| 7. | <input type="checkbox"/> | Diarreia passageira |
| 8. | <input type="checkbox"/> | Insônia (dificuldade para dormir) |
| 9. | <input type="checkbox"/> | Taquicardia (batedeira no peito) |
| 10. | <input type="checkbox"/> | Hiperventilação (respirar ofegante, rápido) |
| 11. | <input type="checkbox"/> | Hipertensão arterial súbita e passageira (pressão alta) |
| 12. | <input type="checkbox"/> | Mudança de apetite |
| 13. | <input type="checkbox"/> | Aumento súbito de motivação |
| 14. | <input type="checkbox"/> | Entusiasmo súbito |
| 15. | <input type="checkbox"/> | Vontade súbita de iniciar novos projetos |

Assinale os sintomas que tem experimentado na última semana.

| | | |
|----|--------------------------|--|
| 1. | <input type="checkbox"/> | Problemas com a memória |
| 2. | <input type="checkbox"/> | Mal-estar generalizado, sem causa específica |
| 3. | <input type="checkbox"/> | Formigamento das extremidades |
| 4. | <input type="checkbox"/> | Sensação de desgaste físico constante |
| 5. | <input type="checkbox"/> | Mudança de apetite |
| 6. | <input type="checkbox"/> | Aparecimento de problemas dermatológicos (de pele) |

| | | |
|-----|--------------------------|--|
| 7. | <input type="checkbox"/> | Hipertensão arterial (pressão alta) |
| 8. | <input type="checkbox"/> | Cansaço constante |
| 9. | <input type="checkbox"/> | Aparecimento de úlcera |
| 10. | <input type="checkbox"/> | Tontura / sensação de estar flutuando |
| 11. | <input type="checkbox"/> | Sensibilidade excessiva (muito nervoso) |
| 12. | <input type="checkbox"/> | Dúvida quanto a si próprio |
| 13. | <input type="checkbox"/> | Pensar constantemente em um só assunto |
| 14. | <input type="checkbox"/> | Irritabilidade excessiva |
| 15. | <input type="checkbox"/> | Diminuição da libido (sem vontade de sexo) |

Assinale os sintomas que tem experimentado no último mês

| | | |
|-----|--------------------------|--|
| 1. | <input type="checkbox"/> | Diarreia frequente |
| 2. | <input type="checkbox"/> | Dificuldades sexuais |
| 3. | <input type="checkbox"/> | Insônia (dificuldade para dormir) |
| 4. | <input type="checkbox"/> | Náusea |
| 5. | <input type="checkbox"/> | Tiques |
| 6. | <input type="checkbox"/> | Hipertensão arterial continuada (pressão alta) |
| 7. | <input type="checkbox"/> | Problemas dermatológicos prolongados (de pele) |
| 8. | <input type="checkbox"/> | Mudança extrema de apetite |
| 9. | <input type="checkbox"/> | Excesso de gases |
| 10. | <input type="checkbox"/> | Tontura frequente |
| 11. | <input type="checkbox"/> | Úlcera |
| 12. | <input type="checkbox"/> | Enfarte |
| 13. | <input type="checkbox"/> | Impossibilidade de trabalhar |
| 14. | <input type="checkbox"/> | Pesadelos |
| 15. | <input type="checkbox"/> | Sensação de incompetência em todas as áreas |
| 16. | <input type="checkbox"/> | Vontade de fugir de tudo |
| 17. | <input type="checkbox"/> | Apatia, depressão ou raiva prolongada |
| 18. | <input type="checkbox"/> | Cansaço excessivo |
| 19. | <input type="checkbox"/> | Pensar / Falar constantemente em um só assunto |
| 20. | <input type="checkbox"/> | Irritabilidade sem causa aparente |
| 21. | <input type="checkbox"/> | Angústia / Ansiedade diária |
| 22. | <input type="checkbox"/> | Hipersensibilidade emotiva |
| 23. | <input type="checkbox"/> | Perda do senso de humor |

Síndrome de *Burnout*: é um estado de esgotamento físico e mental, que está diretamente relacionado a uma carga horária grande de trabalho e/ou estudo, pressão em relação ao tempo para realizar atividades.

Por favor, informe seu grau de concordância ou discordância sobre as assertivas a seguir, considerando a escala a seguir:

| BLOCO II – SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i> | | | | |
|--|-----------|----------|----------------|----------|
| Descrição da Escala | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Nunca | Raramente | Às vezes | Frequentemente | Sempre |

| | Questão | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----|--|----------|----------|----------|----------|----------|
| 01 | Com que frequência se sente cansado? | | | | | |
| 02 | Com que frequência se sente fisicamente exausto? | | | | | |
| 03 | Com que frequência se sente emocionalmente exausto? | | | | | |
| 04 | Com que frequência pensa "Não aguento mais"? | | | | | |
| 05 | Com que frequência se sente esgotado? | | | | | |
| 06 | Com que frequência se sente fraco e susceptível de adoecer? | | | | | |
| 07 | Sente-se esgotado no final de um dia de Faculdade? | | | | | |
| 08 | Sente-se exausto logo pela manhã quando pensa em mais um dia na Faculdade? | | | | | |
| 09 | Sente que cada hora de aula/estudo é cansativa para você? | | | | | |
| 10 | Tem tempo e energia para a família e amigos durante os tempos de lazer? | | | | | |
| 11 | Os seus estudos são emocionalmente esgotantes? | | | | | |
| 12 | Sente-se frustrado com os seus estudos? | | | | | |
| 13 | Sente-se exausto de forma prolongada com os seus estudos? | | | | | |
| 14 | Você acha difícil trabalhar com seus colegas de estudo? | | | | | |
| 15 | Sente que esgota sua energia quando trabalha com colegas? | | | | | |
| 16 | Acha frustrante trabalhar com colegas? | | | | | |
| 17 | Sente que dá mais do que recebe quando trabalha com colegas? | | | | | |
| 18 | Está cansado de aturar os colegas? | | | | | |
| 19 | Alguma vez se questiona quanto tempo mais conseguirá trabalhar com os colegas? | | | | | |
| 20 | Você acha difícil lidar com os professores? | | | | | |
| 21 | Sente que esgota sua energia quando tem que lidar com os professores? | | | | | |
| 22 | Acha frustrante lidar com os professores? | | | | | |
| 23 | Sente que dá mais do que recebe quando lida com professores? | | | | | |
| 24 | Está cansado de lidar com os professores? | | | | | |
| 25 | Alguma vez se questiona quanto tempo mais conseguirá lidar com os professores? | | | | | |

Cite três pontos que mais lhe afetam negativamente em relação ao estudo.

| BLOCO III - CARACTERIZAÇÃO DO RESPONDENTE | |
|---|--|
| 1. Qual o seu R.A (Registro Acadêmico): _____ | 2. Qual seu sexo: <input type="checkbox"/> Masculino <input type="checkbox"/> Feminino |
| 3. Qual sua idade: _____ anos completos. | 4. Você possui filhos? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não |
| 5. Qual o seu estado civil: <input type="checkbox"/> Solteiro (a) <input type="checkbox"/> Casado (a) <input type="checkbox"/> Divorciado (a)/ Separado(a) <input type="checkbox"/> Viúvo (a) <input type="checkbox"/> Outro Especifique: _____ | 6. Qual o período predominante do curso que você está cursando? <input type="checkbox"/> 1º ano <input type="checkbox"/> 3º ano <input type="checkbox"/> 2º ano <input type="checkbox"/> 4º ano |
| 7. Você possui outra graduação já concluída? <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim, Qual? _____ | 8. Você possui vínculo empregatício? <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não |
| 9. Apenas se você respondeu sim na questão 8, especifique em qual área de atuação você trabalha: _____ | 10. Caso tenha vínculo empregatício, você se sente capacitado para o exercício da profissão: <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não |