

# Síndrome de Burnout em Estudantes de Medicina: Relação com a Prática de Atividade Física

## *Burnout Syndrome in Medical Students: Relations with Physical Activity*

David de Alencar Correia Maia<sup>1</sup>, Regina Heloisa Mattei de Oliveira Maciel<sup>2</sup>, Jessica Araújo Vasconcelos<sup>3</sup>, Lorena Araújo Vasconcelos<sup>4</sup>, José Osmar Vasconcelos Filho<sup>5</sup>

### Resumo

A Síndrome de Burnout tem sido relatada entre estudantes, pois suas atividades podem se constituir em fontes de estresse. Este estudo investigou, em uma amostra de 300 alunos, a Síndrome de Burnout em estudantes de medicina da cidade de Fortaleza. Os instrumentos utilizados foram: o Maslach Burnout Inventory – Students Survey, um questionário para dados sociodemográficos e o Questionário Internacional de Atividade Física. Os resultados, analisados por meio de regressão multidimensional e teste do Qui-Quadrado, mostraram que os alunos de medicina não apresentaram burnout e que 51,2% deles puderam ser considerados sedentários ou pouco ativos. Não foram encontradas relações significativas entre a prática de atividades físicas e a síndrome nas escalas Exaustão Emocional e

Descrença, o que foi encontrado na escala Eficácia Profissional, mas não com as relações esperadas. Concluiu-se que os estudantes da amostra não apresentaram Burnout, porém possuíam um índice de atividade física baixa.

**Palavras-chave:** Burnout. Estresse Psicológico. Atividade Motora. Estudantes de Medicina.

### Abstract

The Burnout Syndrome has been reported among students, as academic activities may constitute sources of stress. This study investigated burnout among medical students in the city of Fortaleza. The sample consisted of 300 students. The instruments used were the Maslach Burnout Inventory - Students Survey, a questionnaire for demographic data and the International Physical Activity Questionnaire. The results, analyzed by means of multidimensional regression and chi-square tests showed that medical students did not have burnout and 51.2% of them can be considered sedentary or slightly active. We found no relationship between physical activity and the syndrome scales Emotional exhaust you and

1 Psicólogo. Mestre em Psicologia. Coordenador Produções Científicas da Faculdade Vale do Jaguaribe - FVJ.

2 Psicóloga. Professora Doutora do curso de Psicologia da Universidade de Fortaleza.

3 Graduanda do Curso de Medicina da Universidade de Fortaleza.

4 Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade de Fortaleza.

5 Cirurgião Dentista. Professor Doutor do Centro de Investigação Científica da Escola de Saúde Pública do Ceará.

Unbelief. The scale showed Effectiveness Professional level of physical activity, but not with the expected relationships. It was concluded that students in the sample showed no burnout, but had a low physical activity index.

**Keywords:** Burnout. Psychological Stress. Motor Activity. Medical Students.

## Introdução

*Burnout* (do inglês “burn out”) é uma síndrome que acomete trabalhadores e é oriunda da exposição continuada ao estresse, trazendo cargas emocionais negativas na vida profissional, familiar ou social do sujeito. Pode ocorrer em estudantes, uma vez que eles já realizam, em alguns momentos, práticas profissionais. Além disso, os graduandos têm uma dificuldade a mais, a de se organizar em função das expectativas criadas e oriundas da profissão<sup>1</sup>.

Afirma-se que os estudantes da área da saúde, por estarem em contato com os problemas de outros seres humanos, podem desenvolver mecanismos de defesa prejudiciais para a sua vida profissional e pessoal<sup>2</sup>.

O conceito de *Burnout* em estudantes pode ser descrito em três dimensões<sup>3</sup>: exaustão emocional, caracterizada pelo sentimento de estar exausto em virtude das exigências do estudo; descrença, entendida como o desenvolvimento de uma atitude cínica e distanciada com relação ao estudo; ineficácia profissional, caracterizada pela percepção ou interpretação de estarem sendo incompetentes como estudantes.

Autores<sup>3</sup> concluíram que: quanto menor a idade dos sujeitos, maior a

exaustão emocional e a descrença com o ensino, e menor o sentimento de eficácia profissional; quanto mais avançado o semestre e quanto maior o número de disciplinas cursadas maior é o sentimento de desgaste emocional; quanto mais recente o ingresso, menor o sentimento de descrença.

Na busca da validação de um instrumento que mensurasse a presença e a extensão da Síndrome de Burnout (SB) aplicou-se o Maslach Burnout Inventory - Students Survey (MBI-SS) em uma amostra de 514 estudantes matriculados no segundo semestre dos cursos de psicologia, enfermagem, medicina, odontologia, farmácia, biomedicina, fonoaudiologia e fisioterapia de uma instituição universitária da região metropolitana de Porto Alegre. Além do MBI-SS foi aplicado um segundo questionário com variáveis sociodemográficas, acadêmicas e psicossociais. Concluiu-se que o MBI-SS é válido para a mensuração da síndrome entre estudantes nos diferentes contextos<sup>3</sup>.

Avaliou-se a presença da Síndrome de *Burnout* em uma amostra de 703 estudantes de medicina, utilizando como instrumento o MBI-SS e um questionário sociodemográfico. Concluiu-se que os alunos apresentavam *SB* e mostrou que o *Burnout*, nessa amostra, apresentava correlações significativas com algumas das variáveis sociodemográficas estudadas. Os resultados mostraram escores médios/altos para exaustão emocional, médios/baixos para descrença e médios/altos para eficácia profissional. A exaustão emocional obteve maiores valores com significância estatística em alunos a partir do quinto período, internos, mulheres, estudantes insatisfeitos com o curso, com maiores gastos mensais e com maior carga semanal de estudo.

Estudantes insatisfeitos com o curso apresentaram valores significativos para despersonalização quando comparados aos alunos satisfeitos<sup>4</sup>.

Pesquisa utilizando o MBI comparou os escores de *Burnout* de médicos e residentes de dois hospitais públicos gregos e encontraram os seguintes resultados: para os médicos, DE=6,1 e EE=22,4; para os residentes, DE=11,3 e EE=27,3, indicando que os residentes têm uma prevalência da síndrome maior que os médicos especialistas<sup>5</sup>.

No entanto, em outro estudo realizado com alunos de medicina da Universidade de Oslo quanto à saúde mental, os autores concluíram que não existem diferenças nas medidas de saúde mental entre estudantes e a população geral, contrariando os resultados encontrados na maioria dos estudos realizados com estudantes de medicina<sup>6</sup>.

Um estudo com uma amostra de adolescentes de Florianópolis mostrou uma associação positiva entre a prática de atividades físicas intensas e muito intensas e a diminuição do estado de estresse entre esses adolescentes<sup>7</sup>.

O sedentarismo tem sido apontado também como um precursor de doenças cardiovasculares e outros problemas de saúde na população em geral, e é descrito em estudantes universitários<sup>8</sup>. Alimentação inadequada e falta de atividades físicas foram verificadas entre estudantes da área da saúde e apontadas como fatores que prejudicam o bem-estar e a qualidade de vida desses estudantes<sup>9</sup>.

Em uma revisão da literatura sobre a questão dos jovens sedentários no

Brasil e seus comportamentos, relatou-se que os estudos revisados apontavam uma prevalência entre 29% a 97% de pouca atividade física entre os jovens brasileiros<sup>10</sup>.

Ao estudarem fatores de estresse entre alunos da Universidade Estadual de Campinas, os autores concluem que para terem uma maior qualidade de vida, os alunos deveriam praticar mais esportes de forma regular, tendo um maior contato com seus familiares e evitando assim a solidão<sup>11</sup>.

Além da preocupação que esses fatos evocam em relação à qualidade de vida e saúde da população universitária, o fato dos estudantes das áreas da saúde, especialmente os de medicina, levarem uma vida sedentária e a pouca importância dada aos riscos para a saúde decorrente do sedentarismo, pode ser transferido para a população atendida por eles.

Com base na revisão da literatura, foram formuladas as seguintes hipóteses: a Síndrome de Burnout está presente nos alunos de graduação dos cursos de medicina; os estudantes de medicina apresentam um nível baixo de atividades físicas; a síndrome de Burnout é mais frequente em alunos sedentários e/ou com baixos níveis de atividade física.

A presente pesquisa teve por objetivo contribuir para a compreensão da Síndrome de *Burnout* e seus principais determinantes entre estudantes de medicina, bem como identificar a quantidade e qualidade da prática de atividades físicas entre esses estudantes, buscando determinar se a prática de atividades físicas pode ser um aspecto que minimize a exposição aos fatores estressantes do curso.

## Metodologia

A abordagem quantitativa, transversal, de natureza exploratória foi a escolhida para a investigação. Os dados foram coletados no período de 15 de setembro a 20 de outubro de 2010.

A amostra foi composta de 300 alunos, escolhidos aleatoriamente, dos quatro cursos de medicina da cidade de Fortaleza, dois públicos e dois privados, utilizando-se para o cálculo do tamanho da amostra a fórmula para populações finitas<sup>12</sup>, estimando-se em 2.400 o número total de alunos, considerando-se o erro amostral de 5% e a prevalência de 30% de Síndrome de *Burnout* entre os estudantes.

O instrumento utilizado para a coleta de dados foi composto de três partes: a primeira contém questões sobre as características sociodemográficas do estudante; a segunda é constituída pelo Maslach *Burnout* Inventory – Students Survey, MBI-SS, a versão para estudantes do inventário de *Burnout* (MBI-SS) que foi desenvolvida com um número menor de itens do que a versão original do instrumento. O inventário mede três dimensões: Exaustão Emocional (EE), Descrença (DE) e Eficácia Profissional (EP). A terceira foi o Questionário Internacional de Atividades Físicas na sua versão longa (IPAQ). Os instrumentos foram aplicados por dois pesquisadores devidamente treinados e calibrados pelo pesquisador responsável.

O instrumento utilizado para a coleta de dados continha, em sua primeira parte, questões sobre a situação atual dos estudantes. As questões sociodemográficas foram adaptadas para a realidade dos estudantes e incluíram informações sobre idade, gênero, estado civil, escolaridade, tempo livre, horas de

lazer, bolsa de estudos para realizar o curso, custos envolvidos, satisfação com o curso e outras informações consideradas importantes. Essas informações auxiliaram na exploração de possíveis grupos de risco relacionados ao fenômeno estudado.

Para avaliar o nível de *Burnout* da amostra foi aplicado o MBI-SS. A escala MBI-SS é composta por 15 itens, com respostas de 0 (nunca) a 6 (todos os dias). A escala foi aplicada por autores<sup>3</sup>, que a validaram para uma amostra de estudantes brasileiros.

O MBI-SS foi especialmente desenvolvido para mensurar o *Burnout* em estudantes. Assim, as questões se referem a aspectos pessoais e acadêmicos que podem se constituir em sintomas de estresse crônico, decorrentes das vivências dos estudantes.

Para determinar a prevalência da Síndrome de *Burnout* utilizou-se o critério de pontos de corte das escalas MBI desenvolvidos pelo NEPASB (Núcleo de Estudos Avançados sobre a Síndrome de *Burnout* do Departamento de Psicologia da Universidade Estadual de Maringá), encontrado em outro trabalho<sup>1</sup>. Esse critério foi escolhido uma vez que não existem pontos de corte acordados sobre a versão do MBI para estudantes e os critérios propostos pelo NEPASB se baseiam em estudos realizados no Brasil.

Com o objetivo de analisar os resultados encontrados por meio do MBI-SS e sua relação com os níveis de atividade física e as outras variáveis sociodemográficas, os estudantes foram classificados de acordo com os critérios do NEPASB para o MBI-SS. Assim, assumindo que as escalas são correspondentes, considera-se alto para EP escores abaixo ou igual a 33 pontos;

para EE escores acima de 25 pontos; e para DE escores acima de 8 pontos. Escores entre 34 e 41 pontos na escala EP são considerados medianos; para EE, os escores considerados medianos são aqueles entre 16 e 25; e para DE, entre 3 e 8 pontos. Por último, considera-se baixo para EP escores maiores ou iguais a 42 pontos; para EE, escores até 15 pontos; e para DE escores até 2 pontos.

Para mensurar a prática de atividades físicas foi escolhido o Questionário Internacional de Atividade Física, IPAQ (versão 6, longa). Esse instrumento tem por finalidade investigar o nível de atividade física das pessoas em seus mais diversos aspectos como, por exemplo, no trabalho, na residência, meio de transporte, prática de esportes etc.

O IPAQ tem sido largamente utilizado em pesquisas sobre a atividade física e sedentarismo em diversas populações e grupos. O Manual de Aplicação e Análise do IPAQ explicita as razões das classificações e os critérios que devem ser utilizados (IPAQ, 2005).

Para a aplicação dos instrumentos da pesquisa, os estudantes foram abordados com a permissão da coordenação do respectivo curso.

A análise dos dados foi realizada com o auxílio do programa estatístico SPSS (Statistical Package for Social Sciences, versão 18 para Windows).

Os escores obtidos no MBI foram submetidos a uma análise fatorial e de confiabilidade (estatística “alfa” de Cronbach), seguindo as recomendações de outros autores<sup>12</sup>. As variáveis que se mostraram significativas em cada modelo foram posteriormente testadas por meio de testes do Qui-Quadrado, como uma forma

de confirmar as correlações encontradas e permitir a visualização das relações. Foram consideradas como significativas, em todas as análises, as diferenças com um nível  $p < 0,05$ .

O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Fortaleza, com parecer de número 89/2010.

## Resultados e Discussão

Verificou-se que a maioria dos entrevistados era do sexo feminino (51,7%), comprovando a tendência atual de feminilização das profissões de saúde. A idade dos entrevistados variou de 18 a 30 anos, com idade média de 22,58 anos e Desvio Padrão (DP)= 2,25. Para fins da análise, a variável idade foi transformada em categorias de acordo com a média e desvio padrão encontrados. Observou-se, também, que 76,3% dos entrevistados estavam cursando a segunda metade do curso, com 152 deles cursando entre o 5º e 6º semestres.

Encontrou-se uma maior frequência (75,7%) de estudantes que cursam cinco disciplinas por semestre. Outro dado interessante é o número de alunos que cursam apenas uma disciplina (n=33, 11%), o que corresponde aos estudantes que já se encontram na fase final do curso, ou seja, no internato.

Somente sete alunos (2,3%) possuíam outro curso superior. Apenas 23 (7,7%) afirmaram estar trabalhando, sendo que 40 (13,3%) costumavam trabalhar antes de entrar no curso de medicina. Esse resultado contrasta com o que se sabe atualmente dos estudantes de outros cursos universitários<sup>8,9</sup>, onde a maioria costuma fazer estágios ou trabalhar enquanto cursa a graduação. No caso

dos estudantes de medicina, o trabalho é dificultado uma vez que o curso é período integral e possui inúmeras atividades extracurriculares.

Em termos da satisfação com o curso, 93,3% disseram sentir-se satisfeitos. No entanto, 115 estudantes (38,3%) afirmaram que já pensaram em desistir do curso. Essas variáveis são importantes porque podem se relacionar ao estado psicológico dos estudantes em relação à faculdade que freqüentam.

A média de tempo semanal que dedicam aos estudos ficou em 30,91 horas (DP=13,94 horas), próxima a uma jornada de trabalho, restando pouco tempo para outras atividades.

Em contrapartida, os estudantes afirmaram dedicar, em média, apenas 9,89 horas por semana (DP=8,01 horas) ao lazer. O lazer é importante para que as pessoas possam se divertir, relaxar, ter momentos com a família, amigos, freqüentar academias e realizar outras tarefas além dos estudos.

Foi feita a análise fatorial dos resultados na escala MBI-SS de 15 itens. A estatística Kaiser-Meyer-Olkin de adequação resultou em um índice de 0,825 e o teste Bartlett resultou em um Qui-quadrado de 1411,185, mostrando-se significativo ( $gl=105$ ;  $p<0,05$ ).

Estes resultados mostram a adequação das respostas aos diferentes itens e permitem realizar a análise fatorial da escala.

A análise fatorial propriamente dita resultou na subdivisão da escala em três fatores (com Eigenvalues maiores do que 1), que explicam 54,81% da variância dos resultados. Os três fatores correspondem às escalas encontradas nos outros estudos, que empregaram o MBI-SS.

O primeiro fator corresponde à escala de Eficácia Profissional (EP), que apresentou um índice de fidedignidade (alfa de Cronbach) de 0,792 neste estudo. O fator seguinte corresponde à escala Exaustão Emocional (EE), com um alfa de Cronbach de 0,773. O último fator corresponde à escala Descrença (DE), também denominada, em alguns estudos, de cinismo ou distanciamento, com um alfa de Cronbach de 0,599. Como se pode perceber pelos índices encontrados, trata-se de um instrumento bastante fidedigno e consistente, embora a escala DE tenha apresentado um índice de confiabilidade apenas razoável<sup>12</sup>.

Com o objetivo de analisar os resultados encontrados por meio do MBI-SS e sua relação com os níveis de atividade física, os estudantes foram classificados de acordo com os critérios do NEPASB para o MBI-SS (Tabela 1).

**Tabela 1:** Distribuição da amostra em termos de Burnout de acordo com os critérios do NEPASB para o MBI-SS (Benevides-Pereira, 2002)<sup>3</sup>

Exaustão Emocional			Descrença			Eficácia Profissional		
Escore	n	%	Escore	n	%	Escore	n	%
≤ 15 (Baixa)	65	21,7	≤ 2 (Baixa)	52	17,3	≥ 42 (Baixa)	-	-
16– 25 (Mediana)	194	64,7	3 – 8 (Mediana)	115	38,3	34 – 41 (Mediana)	28	9,3
> 25 (Alta)	41	13,7	> 8 (Alta)	133	44,3	≤ 33 (Alta)	272	90,7
<b>Total</b>	<b>300</b>	<b>100</b>	<b>Total</b>	<b>300</b>	<b>100</b>	<b>Total</b>	<b>300</b>	<b>100</b>

Como pode ser visto na tabela 1, 64,7% dos estudantes se encontravam na média no que se refere à EE. No entanto, 44,3% mostraram alta descrença e 38,3% estavam na média no que se refere à DE. Já em relação à EP, 90,7% apresentaram alta eficácia, nenhum dos estudantes mostrou baixa eficácia e apenas 9,3% estavam na média. Assim, pode-se afirmar que os estudantes da amostra apresentaram uma tendência para a descrença ou despersonalização, mas encontravam-se bastante realizados pessoalmente, considerando os pontos de corte para o MBI geral.

Do total de 300 acadêmicos de medicina investigados, 142 (47,33%) atingiram níveis altos ou na escala EE ou na escala DE, segundo os critérios do NEPASB para o MBI-SS, mas nenhum deles alcançou um escore suficientemente alto na escala EP, ou escores simultaneamente altos na EE e DE.

Os resultados mostraram que, em termos de Exaustão Emocional, a maioria situava-se no nível médio segundo o critério do NEPASB<sup>1</sup>. Por outro lado, em termos de Descrença, a maior parte encontrava-se nos níveis alto e médio. No entanto, a maioria se encaixava em um nível elevado de Eficácia Profissional.

A Síndrome de *Burnout* está presente quando os indivíduos apresentam escores elevados de exaustão emocional e descrença, e escores baixos de realização pessoal<sup>13</sup>. No caso da amostra de estudantes em estudo, apenas a escala descrença apresentou uma prevalência mais elevada de indivíduos na classificação alta, ficando a maioria dos estudantes nos níveis médios da exaustão emocional e altos níveis de realização pessoal.

Comparando-se os resultados obtidos aqui com os de outros autores<sup>3,4</sup> os estudantes de medicina de Fortaleza encontravam-se bem abaixo das médias observadas nesses dois estudos. Assim, em relação à primeira hipótese do trabalho, não se pode afirmar que os acadêmicos de medicina da cidade de Fortaleza, na média, apresentavam sintomas de Burnout e embora a descrença tenha aparecido em níveis médio-altos, a realização pessoal apareceu em níveis elevados.

Os alunos do curso de medicina sentem-se realizados em cursar a faculdade, uma vez que apresentaram alta eficácia profissional. Vale lembrar que uma parte da amostra foi constituída de estudantes que cursam a faculdade de medicina com o currículo Problem Based Learning/Aprendizagem Baseada em Problema (ABP/PBL), cujo método é baseado no estudo individual e orientado por discussões de problemas em grupos tutoriais. Talvez esse tipo de currículo seja menos estressante que os currículos tradicionais das faculdades de medicina, levando aos resultados encontrados aqui. É possível, também, que mesmo sendo o meio acadêmico um ambiente estressor, o fato de pertencer à elite estudantil e diante da perspectiva de um futuro econômico profissional recompensador faz com que esses estudantes consigam ultrapassar as barreiras e dificuldades que o curso impõe, pois em uma cidade como Fortaleza, com poucas faculdades de medicina, ter acesso a este curso é um feito em si.

Como explicitado em IPAQ (2005), o gasto calórico calculado a partir das respostas ao questionário não deve ser tomado como um todo para classificar os indivíduos quanto ao seu nível de atividade física, mas devem ser analisados

separadamente por tipo de atividade. Assim, o cálculo do gasto calórico semanal, além de ser a variável utilizada na análise multidimensional, serviu para permitir a classificação dos estudantes em termos do nível de atividade física.

A tabela 2 mostra a distribuição da amostra segundo esses critérios. Nota-se que 51,6% dos estudantes foram classificados como sedentários e pouco ativos.

**Tabela 2:** Classificação dos estudantes em termos do nível de atividade física de acordo com o critério IPAQ. Fortaleza, 2010.

Categorias de atividade física	n	%
Sedentário	61	20,3
Pouco ativo	94	31,3
Ativo	87	29,0
Muito ativo	58	19,3
<b>Total</b>	<b>300</b>	<b>100,0</b>

A prática de atividade física como sendo uma forma de enfrentamento do estresse não pareceu ser relevante para os estudantes da amostra, ao contrário do que mostra a literatura. Isso pode ocorrer pela falta de tempo dos alunos de realizarem estas atividades ou desconhecem a importância das mesmas para reduzir o estresse.

Pesquisadores<sup>14</sup> ao discorrerem sobre a prevenção e intervenção da Síndrome de Burnout, citam os exercícios ou atividades físicas como primordiais, assim como dormir por uma quantidade suficiente de horas e realizar atividades de ócio. Consideram que esses comportamentos

saudáveis podem ajudar na prevenção do estresse e do *Burnout*. Comentam, também, que a atividade esportiva tem se mostrado eficiente para combater o estado de ânimo negativo, pela liberação de endorfinas e a sensação de prazer que proporciona. No entanto, ou os estudantes da amostra ainda não verificaram essa relação na prática ou não se mostraram atraídos por ela ou, ainda, o estresse da situação acadêmica talvez não seja tão grande a ponto da atividade física fazer uma diferença na minimização de seus efeitos.

Por outro lado, os estudantes da pesquisa se encontravam, na sua maioria, entre o sedentarismo e níveis baixos de atividade (51,6%), o que, de certa forma, corrobora a segunda hipótese do trabalho. Esse resultado também está de acordo com os dados encontrados na literatura, muito embora os estudantes deste estudo tenham se mostrado, de alguma forma, um pouco mais ativos. Talvez os estudantes da área da saúde estejam começando a seguir as recomendações de levar uma vida mais saudável.

Embora tenha sido verificada uma relação entre EP e atividade física, não foram observadas relações estatisticamente significativas entre o nível de atividade física e as escalas EE e DE do *Burnout* nesses estudantes, contrariando a terceira hipótese do trabalho.

Considerando essas relações, observou-se uma tendência de nos níveis médio e alto de exaustão emocional se encontrar um número menor de estudantes com alto nível de atividade física (Figura 1). Contrariando o esperado, há um número elevado de estudantes com altos níveis de atividade física e baixos níveis de EE.

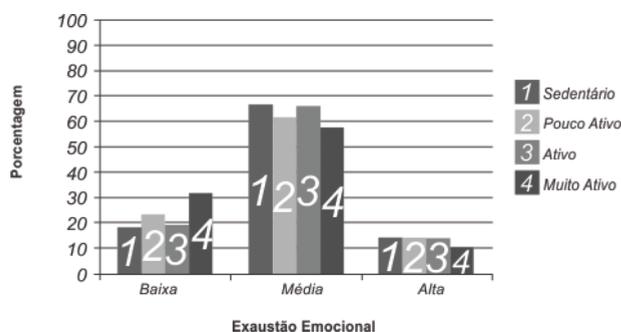


Figura 1: Distribuição dos estudantes por níveis de atividade física e níveis da escala EE. Fortaleza, 2010

No que se refere à DE (Figura 2), verificou-se a mesma tendência: embora as diferenças nas frequências não sejam significativas, há um menor número de estudantes com níveis altos de descrença e níveis altos de atividade física, mas, contrariando o esperado, há um número razoável de estudantes com altos níveis de atividade física e baixos níveis de descrença. Assim, nos dois casos (EE e DE), há tanto aspectos que mostram uma tendência na direção esperada quanto aspectos que contrariam a expectativa.

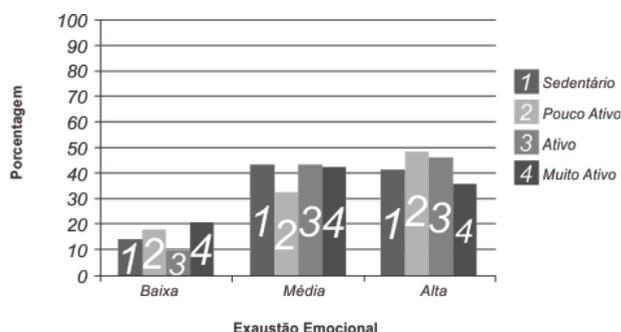


Figura 2: Distribuição dos estudantes por níveis de atividade física e níveis da escala DE. Fortaleza, 2010.

No caso da eficácia profissional pouco se pode afirmar, uma vez que a maioria dos estudantes se mostrou com altos níveis de realização pessoal, tanto os que praticam quanto os que não praticam atividades físicas. No entanto, há uma tendência dos estudantes com média eficácia profissional apresentarem um nível mais alto de

atividade física em comparação aos de alta eficácia. Por outro lado, os estudantes com níveis de atividade média aparecem com maior frequência como tendo alta eficácia. Essas relações, como já pontuado, merecem um estudo mais aprofundado.

Vários resultados de interesse foram encontrados em relação às informações sociodemográficas. Verificou-se um grande número de estudantes do sexo feminino, o que leva a pensar que as mulheres começam a exercer atividades que eram antigamente exclusivas de homens. Isto pode estar refletindo as tendências gerais das mudanças sociais geradas pelo novo capitalismo, assim como as influências culturais em meio às modificações verificadas nas últimas décadas.

## Conclusão

Os estudantes investigados neste trabalho, na sua maioria, não apresentaram sinais e sintomas da Síndrome de Burnout.

Uma elevada proporção de estudantes foi classificada como sedentários ou pouco ativos, porém não foram encontradas evidências de uma relação direta entre o nível de atividade física e o aparecimento do Burnout.

É possível que os estudantes de medicina da amostra estejam compensando o estresse da situação acadêmica, que poderia estar sinalizado por meio da exaustão emocional e da descrença, por um alto nível de eficácia ou realização profissional.

O aprofundamento da questão é fundamental para a construção de um entendimento maior sobre o assunto, investigando outras amostras de estudantes com os mesmos fins.

## Referências

1. Benevides-Pereira AMT. Burnout: Quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002
2. Nogueira-Martins MCF. Humanização das relações assistenciais: a formação do profissional de saúde. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.
3. Carlotto MS, Câmara SG. Características psicométricas do Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários brasileiros. *Psico-USF*. 2006;11(2):167-173.
4. Dorea MP. Avaliação da Síndrome de Burnout no corpo discente de uma Faculdade Privada de Medicina da Região Serrana do Estado do Rio de Janeiro. [Dissertação de Mestrado]. Rio de Janeiro: Faculdade de Educação. Universidade do Estado do Rio de Janeiro, 2007.
5. Panagopoulou E, Montgomery A, Benos A. Burnout in internal medicine physicians: differences between residents and specialists. *Eur J Internal Medicine*. 2006;17(3):195-200.
6. Bramness JG, Fixdal TC, Vaglum P. Effect of medical school stress on the mental health of medical students in early and late clinical curriculum. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. 1991;199(84):340-345.
7. Pires EAG, Duarte MFS, Pires MC, Souza GS. Hábitos de atividade física e o estresse em adolescentes de Florianópolis-SC, Brasil. *Rev Bras Cinética e Movimento*. 2004;12(1):51-56.
8. Fontes ACD, Vianna RPT. Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública da região Nordeste – Brasil. *Rev Bras Epidemiol*. 2009;12(1): 20-29.
9. Marcondelli P, Costa THM, Schmitz BA. Nível de atividade física e hábitos alimentares de universitários do 3º ao 5º semestres da área da saúde. *Rev Nutrição*. 2008;21(1):39-47.
10. Tassitano RM, Bezerra J, Tenório MCM, Colares V, Barros MVG, Hallal PC. Atividade física em adolescentes brasileiros: uma revisão sistemática. *Rev Bras Cineantropom Desempenho Humano*. 2007;9(1):55-60.
11. Fioravanti AR, Shayani DA, Borges RC, Balieiro RC. Estudo sobre os fatores de stress entre alunos da UNICAMP. *Rev Ciênc Ambiente [periódico internet]*. 2005 1(1). [acesso em 2009 Jun 16]
12. Field A. Descobrimo a estatística usando o SPSS. Porto Alegre, 2009. [Artmed.http://sistemas.ib.unicamp.br/be310/viewarticle.php?id=25](http://sistemas.ib.unicamp.br/be310/viewarticle.php?id=25)
13. Schaufeli WB, Martínez IM, Pinto AM, Salanova M, Bakker AB. Burnout and engagement in university students: a cross-national study. *J Cross-Cultural Psychology*. 2002a;33(5):464-481.
14. Garrosa-Hernández E, Benevides-Pereira AMT, Moreno-Jimenez B, González JL. Prevenção e intervenção na síndrome de burnout: como prevenir (ou remediar) o processo de burnout. In: Benevides-Pereira AMT. Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

---

**Endereço para correspondência:**

David de Alencar Correia Maia  
Rua Leonardo Mota nº 1630 apto. 1000  
Aldeota – CEP: 60.170-040  
Fortaleza – Ceará  
E-mail: davidmaia42@gmail.com