

---

## MANIFESTAÇÕES DA SÍNDROME DE *BURNOUT* ENTRE ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

Jamila Geri Tomaszewski-Barlem<sup>1</sup>, Valéria Lerch Lunardi<sup>2</sup>, Aline Marcelino Ramos<sup>3</sup>, Rosemary Silva da Silveira<sup>4</sup>, Edison Luiz Devos Barlem<sup>5</sup>, Carolina Mirapalheta Ernandes<sup>6</sup>

<sup>1</sup> Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem (PPGENf) da Universidade Federal do Rio Grande (FURG). Bolsista FAPERGS. Rio Grande, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: jamila\_tomaszewski@hotmail.com

<sup>2</sup> Doutora em Enfermagem. Docente do PPGENf/FURG. Bolsista de produtividade em pesquisa do CNPq. Rio Grande, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: vlunardi@terra.com.br

<sup>3</sup> Acadêmica do Curso de Graduação em Enfermagem da Escola de Enfermagem (EEnf) da FURG. Bolsista de Iniciação Científica PIBIC/CNPq. Rio Grande, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: aline-ramos@hotmail.com

<sup>4</sup> Doutora em Enfermagem. Docente do PPGENf/FURG. Rio Grande, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: anacarol@mikrus.com.br

<sup>5</sup> Doutor em Enfermagem. Docente do PPGENf/FURG. Rio Grande, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: ebarlem@gmail.com

<sup>6</sup> Acadêmica do Curso de Graduação em Enfermagem da EEnf/FURG. Bolsista de Iniciação Científica IC/CNPq. Rio Grande, Rio Grande do Sul, Brasil. E-mail: carolina\_ernandes@yahoo.com.br

**RESUMO:** Para conhecer as manifestações da síndrome de *burnout* presentes entre estudantes de graduação em enfermagem, realizou-se pesquisa qualitativa com 24 estudantes de graduação em enfermagem de uma universidade pública do Sul do Brasil, mediante entrevistas semiestruturadas. Utilizou-se a Análise Textual Discursiva, definindo-se, *a priori*, três categorias referentes às dimensões do *burnout* em estudantes: exaustão emocional, descrença e baixa eficácia profissional. As especificidades das situações vivenciadas pelos estudantes estão associadas à exaustão emocional, contribuindo para seu distanciamento dos estudos e o comprometimento do seu sentimento de eficácia profissional. As manifestações de desgaste, distanciamento dos estudos e ineficácia referidas pelos estudantes requerem atenção e valorização por parte das instituições de ensino, com planejamento e implementação de ações para minimizar o estresse ocasionado pelas situações identificadas, as quais parecem estar associadas ao desenvolvimento das dimensões do *burnout* entre os estudantes.

**DESCRIPTORES:** Estudantes de enfermagem. Esgotamento profissional. Educação em enfermagem.

---

## SIGNS AND SYMPTOMS OF THE BURNOUT SYNDROME AMONG UNDERGRADUATE NURSING STUDENTS

**ABSTRACT:** This is a qualitative study aimed to learn the signs and symptoms of the burnout syndrome among undergraduate nursing students, by means of semi-structured interviews with 24 nursing undergraduates from a public university in the south of Brazil. The discursive textual analysis was used and defined three categories, related to the dimensions of the burnout syndrome in students: emotional exhaustion, disbelief and low professional efficacy. The specificities of the situations experienced by students are associated with emotional exhaustion, contributing to the detachment from their studies and compromising their sense of professional efficacy. The worn-out signs, detachment from studies and inefficacy mentioned by the students demand appropriate attention and consideration from higher education institutions, provided with the planning and implementation of actions to minimize the stress caused by the identified situations, which seem to be associated with the development of the burnout dimensions among students.

**DESCRIPTORS:** Students, nursing. Burnout, professional. Nursing education.

---

## MANIFESTACIONES DEL SÍNDROME DE BURNOUT ENTRE ESTUDIANTES DE GRADUACIÓN EN ENFERMERÍA

**RESUMEN:** Para conocer las manifestaciones del síndrome de burnout presentes entre los estudiantes de grado en enfermería, se realizó una investigación cualitativa con 24 estudiantes de grado en Enfermería de una universidad pública del sur de Brasil, mediante entrevistas semi-estructuradas. Se utilizó el análisis textual discursivo, definiendo *a priori* tres categorías relacionadas con las dimensiones de burnout en estudiantes: debilidad emocional, incredulidad y baja eficacia profesional. La especificidad de las situaciones vividas por los estudiantes están asociadas con la debilidad emocional, contribuyendo para que se distancien de los estudios y para el deterioro de su sentimiento de eficacia profesional. Las manifestaciones de desgaste, el distanciamento de los estudios y la ineficiencia mencionadas por los estudiantes requieren atención y valoración por parte de las instituciones educativas, con planificación e implementación de acciones que visen minimizar el estrés causado por situaciones identificadas, las cuales parecen estar asociadas al desarrollo de las dimensiones del burnout entre los estudiantes.

**DESCRIPTORES:** Estudiantes de enfermería. Agotamiento profesional (Burnout). Educación en enfermería.

---

## INTRODUÇÃO

A síndrome de *burnout* mostra-se relevante no contexto laboral, na medida em que veio elucidar uma considerável parte das consequências do impacto das atividades ocupacionais no tocante ao trabalhador e, desse, na instituição de trabalho.<sup>1</sup> Caracteriza-se como um processo que resulta em exaustão física, mental e emocional, como consequência do trabalho intenso, sem atenção às necessidades do próprio indivíduo, emergindo principalmente entre profissionais que exercem atividades voltadas ao cuidado com os outros; abrange três dimensões relacionadas, apesar de independentes: exaustão emocional, despersonalização e reduzida realização profissional.<sup>2</sup> Ainda, o *burnout* decorre de um estado prolongado de estresse, de sua cronificação, quando o indivíduo já não dispõe de mecanismos de defesa suficientes para enfrentar as situações que lhe causam o estresse.<sup>1</sup>

Algumas pesquisas vêm investigando a síndrome de *burnout* entre profissionais de enfermagem,<sup>3-5</sup> pela sua exposição a diversas fontes de estresse, constituindo-se como uma das profissões de maior incidência de *burnout*. Contudo, destaca-se que o seu início pode ocorrer ainda na fase acadêmica, durante o período de formação profissional.<sup>6</sup>

No entanto, o estresse entre enfermeiros não é necessariamente o mesmo que o estresse entre estudantes de enfermagem, uma vez que um conjunto diferente de circunstâncias prevalece. Os estudantes não têm as responsabilidades de enfermeiros nos seus ambientes de trabalho, permanecendo por um período reduzido nesses locais, durante a graduação. Entretanto, precisam adaptar-se a um novo modo de vida, possivelmente tendo recém concluído o ensino médio, muitas vezes iniciando a residir sozinhos, assumindo, ainda, responsabilidades como estudar, enfrentar provas, além de aulas práticas e estágios.<sup>7-9</sup>

Como fontes de estresse aos estudantes de enfermagem, a literatura aponta diversas dificuldades experimentadas no processo de formação, entre as quais: contato com a intimidade corporal e emocional dos pacientes, assistência a pacientes difíceis e em fase terminal, número elevado de clientes a serem atendidos, conflitos e dilemas éticos, medo de contrair infecções, de cometer erros e dificuldades de lidar com suas exigências internas e as dos professores, pouco entrosamento com a equipe de saúde e preocupações em absorver todas

as informações no decorrer do curso e com seus ganhos econômicos no futuro.<sup>10-11</sup>

Ainda, a decisão inicial da opção por um curso de graduação, muitas vezes, frágil, sem suficiente reflexão e conhecimento, pode repercutir em falsas expectativas em relação ao curso que, quando não atendidas, contribuem para o desenvolvimento de sentimentos de decepção, desmotivação, perda do entusiasmo e frustração, o que pode conduzir o estudante a situações de estresse.<sup>9</sup>

Assim, quando o estudante encontra dificuldades em se adaptar em meio às situações próprias da profissão, ou mesmo quando não se mostra satisfeito com a escolha profissional, podem ser identificadas fontes de sofrimento e estresse,<sup>8-9</sup> que podem levá-lo ao desenvolvimento do *burnout*. Por conseguinte, poderão ocorrer repercussões no seu futuro profissional, para o contexto e relações de trabalho, aos diferentes sujeitos com quem interage e ao cuidado prestado.

A síndrome de *burnout* entre estudantes apresenta três dimensões específicas: exaustão emocional, descrita pelo sentimento de estar exausto em resposta às intensas exigências do estudo; descrença, percebida como o desenvolvimento de uma atitude cética e distanciada no âmbito dos estudos, e baixa eficácia profissional, assinalada pela percepção de estarem sendo ineficazes como estudantes.<sup>12</sup>

Assim, considerando que a síndrome de *burnout* ainda constitui uma temática pouco explorada no contexto dos estudantes de graduação em enfermagem e o seu reconhecimento, assim como a identificação da sua possível ocorrência nos estudantes de enfermagem, é fundamental para que possam ser adotadas estratégias de enfrentamento, já durante a graduação, justifica-se a realização desse estudo. Além disso, destaca-se que a maior parte dos estudos realizados sobre *burnout* em estudantes de graduação de enfermagem utilizou uma abordagem quantitativa<sup>7,13-16</sup>, o que instiga a realização de uma pesquisa qualitativa que possibilite um maior aprofundamento acerca das manifestações da síndrome de *burnout* entre estudantes de enfermagem.

Diante dessas considerações, emergiu a seguinte questão de pesquisa: quais manifestações da síndrome de *burnout* estão presentes entre os estudantes de graduação em enfermagem? Assim, teve-se como objetivo conhecer as manifestações da síndrome de *burnout* presentes entre estudantes de graduação em enfermagem.

## METODOLOGIA

Pesquisa qualitativa do tipo exploratório-descritiva, a qual é empregada como uma possibilidade de aprofundar a compreensão do fenômeno em investigação, com ênfase nos processos vivenciados e nos significados atribuídos pelos sujeitos.<sup>17</sup>

A pesquisa foi desenvolvida em um curso de graduação em enfermagem de uma universidade pública do sul do Brasil, o qual contava com 242 estudantes de graduação matriculados no início do segundo semestre de 2011. O curso, que iniciou suas atividades em 1976, desenvolve-se em nove séries, desde sua última e terceira reformulação curricular no ano de 2005, com carga horária total de 4.055 horas. Os estágios supervisionados constituem as atividades do exercício profissional desenvolvidas nas duas últimas séries do curso, nas quais, também, o estudante deve desenvolver o Trabalho de Conclusão de Curso (TCC). Ainda, o estudante necessita realizar obrigatoriamente 200 horas de atividades complementares, desenvolvendo no decorrer do curso, atividades de seu interesse, como a participação e apresentação de trabalhos em eventos, disciplinas optativas, atividades de pesquisa e/ou extensão, publicação de artigos científicos, entre outras.

Os critérios para a seleção dos sujeitos limitaram-se a ser estudante desse curso de graduação e apresentar, aparentemente, sinais e sintomas peculiares da síndrome de *burnout*. Foram respondentes da pesquisa 24 estudantes de enfermagem, matriculados da 1ª a 9ª série do curso, selecionados por meio da amostragem bola de neve.<sup>18</sup> Assim, primeiramente, foi identificado de maneira empírica um estudante que aparentava apresentar sinais e sintomas peculiares da síndrome de *burnout* e, após a entrevista, lhe foi solicitado que indicasse outros estudantes que apresentassem sinais ou sintomas que poderiam indicar uma possível síndrome de *burnout*, e assim, sucessivamente, interrompendo a seleção de novos sujeitos mediante a repetição dos dados. Destaca-se que foi estabelecido um número mínimo de dois estudantes por série do curso, de modo a resguardar a representatividade dos diversos momentos do curso.

A coleta de dados ocorreu no período de setembro a dezembro de 2011, em salas de aula do curso de graduação em enfermagem pesquisado, reservadas para este fim, utilizando entrevistas semiestruturadas, gravadas, com duração média de 30 minutos, contendo questões fechadas, para

a caracterização dos sujeitos, e questões abertas, enfocando aspectos relacionados às três dimensões da síndrome de *burnout*: exaustão emocional, descrença e baixa eficácia profissional.

Realizou-se a Análise Textual Discursiva dos dados, “compreendida como um processo auto-organizado de construção de compreensão em que novos entendimentos emergem a partir de uma seqüência recursiva de três componentes”.<sup>17:12</sup> a unitarização, o estabelecimento de relações e a comunicação.

A unitarização foi realizada a partir da desconstrução do texto, mediante sua leitura rigorosa e aprofundada, analisando o texto em seus detalhes, fragmentando-o e destacando as unidades de significado. A constituição das categorias decorreu *a priori*, de acordo com as três dimensões da síndrome de *burnout*: exaustão emocional, descrença e baixa eficácia profissional, identificando-se, a seguir, relações entre as unidades de significado, comparando-as, e realizando o agrupamento de elementos de significação próximos. A última etapa da análise, a comunicação, englobou a descrição e interpretação dos sentidos e significados construídos a partir do texto.<sup>17</sup>

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa local (Parecer n. 135/2011). Os depoimentos dos estudantes estão identificados pela letra E, seguida de um número sequencial e da série cursada, de S1 a S9.

## RESULTADOS

A partir da caracterização dos vinte e quatro estudantes, constatou-se que: a idade variou entre 18 e 31 anos; 23 eram mulheres; 22 eram solteiros; não possuíam filhos; dezesseis residiam com familiares, cinco com colegas e três moravam sozinhos; apenas dois conciliavam trabalho e estudos; 13 não optaram por enfermagem como sua primeira opção de curso; e 18 já haviam manifestado a intenção de desistir do curso. Em relação à distribuição dos estudantes por série; da 1ª, 2ª, 3ª, 4ª, 5ª e 8ª séries, foram entrevistados três estudantes e, nas demais, apenas dois estudantes de cada série. Destaca-se que 20 estudantes entrevistados realizavam atividades extracurriculares, como extensão, pesquisa ou atividades de ensino.

A partir da análise dos dados, em resposta às questões abertas, foram definidas, *a priori*, três categorias referentes às dimensões da síndrome de *burnout* em estudantes: exaustão emocional, descrença e baixa eficácia profissional. Obser-

vou-se que os estudantes não manifestaram necessariamente características específicas a todas as dimensões da síndrome, apresentando maior ênfase em uma ou em outra dimensão, conforme descrito a seguir.

### Exaustão emocional

Foi possível evidenciar que as manifestações de exaustão emocional relatadas pelos estudantes resultaram do desgaste vivenciado em situações cotidianas do curso de graduação em enfermagem. Entre as manifestações de exaustão percebidas nos estudantes, em resposta às intensas exigências dos estudos, foram constatadas: desgaste, cansaço físico e mental, desânimo, estresse, irritabilidade, cefaleias, dores musculares e alterações no sono.

*Eu tenho muitas dores de cabeça que eu não tinha antes; tem dias que eu durmo durante muito tempo, por causa do cansaço mesmo, fico com muitas dores no corpo (E16S6).*

Os estudantes evidenciaram a elevada carga horária das disciplinas e as atividades e tarefas extraclasse que lhes foram exigidas como elementos primordiais para o surgimento de exaustão emocional. Tais situações parecem ter levado os estudantes ao desgaste físico e mental, destacando-se que relataram não lhes restar tempo para atender suas necessidades pessoais.

Outra situação relatada pelos estudantes como fonte de exaustão refere-se à percepção de permanentemente estarem em processo de avaliação pelos docentes frente às suas solicitações, levando-os ao nervosismo, estresse, irritabilidade e a apresentarem alterações no sono.

*É muita pressão dos professores porque tu tens que ficar o tempo inteiro provando o que tu vês em aula; querem ver se tu tens habilidade e conhecimento, e acabamos não conseguindo desenvolver as atividades direito; tu és avaliado num dado momento e se foi ruim não tem como reverter. [...] estou me matando ao poucos, porque eu vivo irritada, estressada, não durmo direito, e associo isso a muita pressão (E4S3).*

Por sua vez, as exigências externas e dos próprios estudantes em fortalecer seu currículo com atividades extracurriculares foram evidenciadas como fonte de sobrecarga, visto que ocupavam uma grande parcela de tempo envolvidos com ações de ensino, pesquisa ou extensão. Dessa forma, muitas vezes, reservavam pouco tempo para estudar para provas, trabalhos e questionamentos orais dos docentes, o que lhes provocava cansaço, desgaste e estresse pela quantidade de

conteúdo acumulado e pela iminência permanente da avaliação.

*Quando eu ingressei na faculdade, estudava manhã e tarde, e ainda fazia estágio em um projeto de pesquisa. Me sobrecarreguei demais e, depois disso, entrei em depressão. Foi bem puxado, eu não consegui segurar a pressão, fiquei esgotada, sem ânimo algum (E11S4).*

### Descrença

Observou-se que o sentimento de descrença vivenciado pelos estudantes foi manifestado através de comportamentos defensivos específicos, como o não comparecimento às aulas, o distanciamento dos estudos e das atividades extraclasse, o desejo de desistir do curso, além do contato diminuído com colegas, professores e, até mesmo, com os pacientes.

*Me desmotivei completamente. Eu não tenho vontade de sair da cama pra vir pra cá, comecei a faltar muito, tenho me atrasado muito também. Reprovei, agora, pela segunda vez em uma disciplina, dessa vez por falta, e eu não sinto nenhum estímulo pra continuar (E4S3).*

Foi possível verificar que o desgaste e a exaustão vivenciados pelos estudantes contribuíram para que se sentissem desmotivados para estudar e realizar as demais atividades curriculares, repercutindo num comportamento defensivo, de não comparecimento às aulas e de distanciamento dos estudos. Dessa forma, as reprovações em avaliações ou mesmo em disciplinas tornaram-se mais frequentes, intensificando seu desestímulo e falta de interesse nas atividades do curso.

*Meu desempenho no curso é bem regular, pela falta de tempo pra estudar, pelo desgaste físico e mental. Tem um momento que tu não aguenta mais (E9S3).*

A percepção de não conseguirem corresponder às exigências dos docentes e de não serem compreendidos em sua individualidade, também, constituiu uma situação que aparentemente conduziu os estudantes ao sentimento de descrença com os estudos. Estes relataram que suas limitações não eram compreendidas pelos docentes, o que se refletiu em suas avaliações, resultando em desmotivação e desejo de desistir do curso.

*Quando chega na prática tu és avaliado de forma ruim, porque o professor está ali te avaliando e não leva em consideração que é a primeira vez que tu estás tocando num paciente, é a primeira vez que tu estás manipulando algo de verdade, e tu acabas muitas vezes te desmotivando; já tive vontade de desistir por isso (E22S8).*

Ainda, a dicotomia entre teoria e prática evidenciada pelos estudantes pareceu potencializar sentimentos de frustração e insatisfação com o curso, também contribuindo para o distanciamento dos estudos e intensificando seu desejo de desistir da futura profissão. A frustração e a insatisfação com o curso eram ainda mais intensas quando os estudantes desejavam outro curso de graduação da área da saúde ou quando percebiam a falta de identificação com as atividades próprias da enfermagem, especialmente quando eram inseridos nas atividades práticas e estágios.

*Eu entrei muito mais motivada para fazer o curso, eu tinha entusiasmo, mas conforme foram passando as disciplinas, tu vai desanimando, porque nas aulas teóricas te ensinam todo aquele discurso lindo e maravilhoso e aí na prática a coisa não é assim; a gente aprende uma coisa na teoria e outra completamente diferente na prática e, pra mim, isso foi horrível, não tinha vontade de vir à aula (E22S8).*

*Eu não tinha vontade de nada e muito menos de vir pra aula, até porque eu nem queria cursar enfermagem. Estive afastada por um tempo, reprovava tanto por falta de estudo como por faltar às aulas mesmo, porque eu não tinha vontade de sair de casa, não tinha vontade de fazer nada, nem de ver as pessoas (E11S4).*

Outra situação fonte de desestímulo para os estudantes constituiu a falta de acolhimento durante as atividades práticas e estágios por parte das diferentes equipes de saúde atuantes nesses ambientes de prática, levando o estudante a se afastar da dinâmica das unidades de saúde e dos próprios profissionais, o que pode ter prejudicado seu aprendizado e desempenho acadêmico.

*O relacionamento com a equipe foi bem traumático. A equipe de uma determinada unidade que passei era fechada, tu não tinha vez. Eu me sentia mal no campo e eu não podia falar, eu tive uma postura mais fechada, nem tinha vontade de fazer as coisas, e eu tive a nota prejudicada (E23S9).*

O contato frequente com situações de sofrimento pareceu exacerbar nos estudantes dúvidas e questionamentos quanto à sua escolha profissional, levando-os a reduzir seu interesse pelas atividades do curso e a manifestarem a intenção de desistir do mesmo. Ainda, quando os pacientes e seus familiares não reconheciam e não valorizavam as ações da enfermagem, os estudantes se sentiam mais desestimulados e passavam a evitar o contato com estes, demonstrando, assim, uma atitude defensiva.

*Sinto tristeza, às vezes, por conviver diariamente com o sofrimento. Às vezes, eu me questiono: será*

*que estou fazendo o curso certo? Será que é isso que eu quero pra minha vida? Isso me leva a pensar em desistir (E23S9).*

*Cria uma barreira quando o paciente não reconhece o que tu estás fazendo, a gente passa a evitar o paciente (E20S9).*

## Baixa eficácia profissional

As manifestações de baixa eficácia profissional, assinalada pela percepção de estarem sendo ineficazes como estudantes, evidenciaram sentimentos de insuficiência, impotência, insegurança, baixa autoestima e inferioridade, o que contribuiu para intensificar a insatisfação com o curso. Nos estudantes das séries iniciais, essas manifestações pareciam estar associadas à dificuldade em perceber a aplicação prática dos conteúdos desenvolvidos nas disciplinas das Ciências Biológicas e da Saúde e das Ciências Humanas e Sociais, e em delimitar as ações de competência do enfermeiro na prática profissional.

*O curso não é o que eu esperava; tem disciplinas básicas que parecem sem utilidade. Por mais que os professores digam que é importante, não acho muito útil, não usamos muito isso, pelo menos pela imagem que o enfermeiro passa. Me sinto perdida (E5S2).*

Já entre os estudantes das séries finais, foi evidenciado que, com a proximidade do término do curso, apresentavam maior insegurança na realização de suas atividades e quanto ao futuro profissional, manifestando sentimentos de insuficiência.

*Me sinto insegura nas práticas e acabo me sentindo burra. Estou com medo de me formar e ser uma profissional ruim. Isso me gera muita angústia (E17S7).*

A percepção de não conseguirem corresponder às exigências dos docentes e a falta de autonomia, especialmente durante a realização de procedimentos nas atividades práticas e estágios, pareceu ter desencadeado nervosismo nos estudantes que, por sua vez, se sentiam inseguros e incapazes de realizar suas tarefas.

*Os professores acham que a gente não sabe fazer os procedimentos e isso não é legal. Me sinto impotente. Por mais que a gente não tenha a habilidade deles, a gente sabe fazer e está ali para aprender; então, eles tinham que nos dar mais autonomia (E13S4).*

O reconhecimento da desvalorização da profissão, também, contribuiu para o surgimento de sentimentos de inferiorização, baixa autoestima, perda do entusiasmo e incapacidade. Ainda,

a aparente falta de autonomia do enfermeiro, a subalternidade e a identificação de atitudes de desatenção dos profissionais de enfermagem com os pacientes potencializaram os sentimentos de impotência e ineficácia vivenciados pelos estudantes, uma vez que se percebiam como reflexo dos profissionais que visualizavam em suas práticas.

*Minha família queria que eu fizesse qualquer outro curso; eu fico me sentindo inferiorizada. Isso contribui para minha baixa autoestima, e eu sei que é assim: o enfermeiro é desvalorizado por ser submisso ao médico; o enfermeiro faz um pouco de cada coisa, não faz nada específico e ainda por cima ganha mal (E18S6).*

*Vejo que o enfermeiro não se impõe na prática, não tem autonomia, e aí eu me sinto impotente, como se eu não fizesse nada também (E12S5).*

*Já vivenciei situações em que um enfermeiro menosprezou a dor de uma paciente, me senti impotente de ficar só assistindo (E15S5).*

## DISCUSSÃO

Destaca-se que o surgimento das manifestações evidenciadas não significa, necessariamente, que os estudantes de graduação em enfermagem do curso pesquisado estão desenvolvendo o *burnout*. Contudo, essa possibilidade não pode ser descartada, uma vez que diversas situações presentes no ambiente de formação desses estudantes foram identificadas como fonte de exaustão emocional, descrença e baixa eficácia profissional.

Assim, frente às especificidades das situações vivenciadas pelos estudantes de enfermagem, uma investigação longitudinal acerca da inter-relação entre variáveis psicológicas, personalidade, estresse, *coping* e *burnout*, considerou que a realização do curso de graduação em enfermagem pode levar a um aumento nos níveis de *burnout* e estresse.<sup>15</sup>

Situações associadas à exaustão e ao desgaste foram identificadas entre os estudantes, no transcorrer do curso de graduação, independentemente da série em que se encontravam matriculados, como previamente constatado em pesquisa acerca das situações geradoras de estresse vivenciadas pelos graduandos de enfermagem.<sup>19</sup> Decorrente da sobrecarga de atividades, a exaustão emocional é caracterizada pela ausência ou carência de energia, de ânimo e pelo sentimento de esgotamento de recursos para lidar com uma situação de estresse,<sup>2</sup> o que vai ao encontro das manifestações evidenciadas nos estudantes pesquisados.

À semelhança dos achados desse estudo, uma pesquisa com o objetivo de discutir os pos-

síveis fatores associados ao estresse na qualidade de vida do discente evidenciou sinais de exaustão, cansaço, ansiedade, dificuldade de relacionamento, palpitação, taquicardia e dores entre os estudantes de graduação em enfermagem, identificando as atividades extracurriculares, as avaliações e a sobrecarga de tarefas como fontes estressoras.<sup>20</sup> Dessa forma, é importante ressaltar que o início do desenvolvimento do *burnout* parece decorrer da exaustão emocional, frente às demandas interpessoais e elevadas cargas de atividade.<sup>21</sup>

No que se refere à dimensão descrença, destaca-se que quando os estudantes vivenciam situações que os conduzem à exaustão e não dispõem de recursos para enfrentá-las, podem ocorrer sentimentos de retração, traduzidos na desmotivação para realizar as atividades do curso de graduação, levando-os ao distanciamento dos estudos, o que se reflete no rendimento acadêmico.<sup>19</sup> Assim, a redução do contato com os estudos pode evidenciar a busca pelo alívio das tensões e da exaustão emocional, emergindo manifestações de ceticismo, ansiedade, irritabilidade, perda da motivação, desesperança e ausência de comprometimento com as atividades acadêmicas.<sup>2</sup> Nesse sentido, o não comparecimento às aulas pode se tornar mais frequente, ao passo que as manifestações de *burnout* também aumentam, uma vez que essa estratégia parece constituir-se num recurso para suportar uma condição reconhecida como insustentável.<sup>1</sup>

Ainda, a dicotomia entre teoria e prática foi evidenciada pelos estudantes como fonte de desmotivação, contribuindo para que apresentassem atitudes céticas diante dos estudos. Destaca-se que os estudantes possuem expectativas em relação à aplicação prática de seus estudos, esperando condições de trabalho adequadas, diálogo e acolhimento por parte dos profissionais de saúde e pacientes. No entanto, diversas vezes, deparam-se com contradições entre teoria e prática, ambientes estressantes, dificuldades de relacionamento com pacientes, equipe e docentes.<sup>22</sup> Além disso, em muitas situações, os estudantes sentem-se desmotivados pela falta de acolhimento e pela não valorização das atividades que executam durante sua formação, por parte dos outros profissionais.<sup>23</sup>

Na dimensão descrença, o contato freqüente dos estudantes com o sofrimento pareceu motivar seus questionamentos acerca da escolha profissional, o distanciamento dos estudos e a intenção de desistir do curso. Nesse sentido, o contato direto com outros seres humanos, em situação de

fragilidade, parece colocá-los frente a sua própria condição de existência, saúde ou doença, conflitos e dilemas, contribuindo para o desenvolvimento de atitudes defensivas.<sup>10</sup> Destaca-se que a síndrome de *burnout* pode ser compreendida como uma resposta à tensão emocional crônica, oriunda do contato excessivo com indivíduos que se encontram em condições difíceis.<sup>2</sup>

Em relação à falta de identificação com as atividades da profissão, verificada como fonte de descrença, ressalta-se que o pouco conhecimento dos estudantes acerca do curso pelo qual optaram ou, ainda, a falta de interesse pela profissão escolhida, podem contribuir para que se distanciem dos estudos e manifestem desejo de desistir do curso.<sup>8,9</sup> É importante salientar que a desistência do curso tem sido entendida como consequência do processo do *burnout*.<sup>13</sup> Contudo, destaca-se que a maioria dos estudantes entrevistados não havia escolhido enfermagem como sua primeira opção de curso, o que pode potencializar o desejo de desistência e o processo de *burnout*.

Ao manifestar descontentamento com seu curso, o estudante parece não perceber o sentido e a recompensa de seu esforço na realização de suas atividades acadêmicas, o que implica maior desgaste ao realizar suas tarefas, atitudes de ceticismo e distanciamento dos estudos.<sup>13</sup>

Foi possível observar que a percepção de não conseguirem corresponder às exigências dos docentes e de não serem compreendidos em sua individualidade contribuiu tanto para que os estudantes se sentissem desmotivados, distanciando-se dos estudos, como para que se sentissem inseguros e impotentes na realização de suas atividades, favorecendo o desenvolvimento da descrença e da baixa eficácia profissional. Resultados semelhantes foram verificados em investigação acerca das vivências nas situações de estágio no cotidiano hospitalar, sendo constatado que os graduandos de enfermagem desejam a consideração do docente por suas potencialidades e limitações, e que se sentem desmotivados e inseguros na realização de suas atividades, ao perceberem o docente como ameaça.<sup>24</sup>

Manifestações de baixa eficácia profissional, relatadas pelos estudantes, resultado da insatisfação em cumprir suas próprias atividades, parecem comprometer suas habilidades e competências, favorecendo o desenvolvimento de sentimentos de incompetência, impotência, inferioridade, baixa autoestima e diminuição das expectativas pessoais.<sup>2</sup> Observou-se que, nas séries iniciais, os estudantes parecem não visualizar a aplicação e a

utilidade de seus estudos, emergindo sentimentos de ineficácia, enquanto que nas séries finais, a proximidade do término do curso contribuiu para manifestações de sentimentos de insegurança.

Pode-se considerar, ainda, que nas séries iniciais do curso, disciplinas das Ciências da Enfermagem apresentam uma carga horária mais reduzida, o que parece não contribuir suficientemente para o conhecimento do que seja o trabalho do enfermeiro, nas diferentes instituições de saúde,<sup>9</sup> podendo favorecer que o estudante não perceba a importância e a aplicação prática de seus estudos, com possível comprometimento do seu sentimento de eficácia profissional.

Já nas séries finais do curso de enfermagem, os discentes podem ficar apreensivos quanto ao seu futuro profissional, a sua inserção no mercado de trabalho e inseguros quanto à sua formação, podendo essas situações se constituírem em fontes de estresse, conduzindo-os ao sentimento de insuficiência.<sup>25</sup> Ainda, os estudantes de enfermagem, ao perceberem que terão que prestar assistência ao paciente como um profissional de saúde, podem demonstrar sentimentos de medo e insegurança.<sup>26</sup>

Outras situações que parecem conduzir os discentes a sentimentos de baixa eficácia profissional constituem o reconhecimento da desvalorização e subalternidade da profissão e a aparente falta de autonomia do enfermeiro, o que contribuiu para que apresentassem sentimentos de inferioridade e insatisfação com o curso em andamento. O reconhecimento da desvalorização da profissão também foi evidenciado pelos estudantes como fonte de descrença, favorecendo o desenvolvimento de atitudes céticas diante dos estudos e a intenção de desistir do curso. Resultados semelhantes foram verificados em estudo acerca da evasão entre discentes de enfermagem, sendo constatado que tais sentimentos podem conduzir os estudantes à desistência do curso.<sup>9</sup>

A reduzida autonomia na realização das atividades práticas e estágios também se constituiu em fonte de insatisfação e impotência entre os estudantes, confirmando que a falta de autonomia e de envolvimento na realização das atividades de sua competência podem favorecer o desenvolvimento da baixa eficácia profissional.<sup>1,27</sup>

Ainda, manifestações de baixa eficácia profissional parecem estar associadas à visualização de atitudes de desatenção dos profissionais de enfermagem para com os pacientes. Nesse sentido, uma investigação constatou que, apesar dos

estudantes de graduação em enfermagem pouco se inserirem na equipe de enfermagem e de saúde durante a realização de suas aulas práticas e estágios, estão atentos e observam as ações dessas equipes, identificando atitudes inadequadas e, muitas vezes, descaso com os pacientes, o que reforça seus sentimentos de impotência.<sup>24</sup> Assim, tendo em vista que se percebem como reflexo dos profissionais que visualizam em suas práticas, ocorre a diminuição da eficácia na realização de suas atividades.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Observou-se que os estudantes relataram diversas manifestações referentes às três dimensões do *burnout*, as quais estavam associadas à elevada carga horária das disciplinas, atividades extra-classe e extracurriculares, percepção de estarem permanentemente em processo de avaliação pelos docentes, dicotomia entre teoria e prática, falta de acolhimento durante as atividades práticas e estágios por parte das diferentes equipes de saúde, contato freqüente com situações de sofrimento, falta de reconhecimento e de valorização da enfermagem e de identificação com as atividades da profissão.

As especificidades das situações vivenciadas pelos estudantes parecem desencadear a exaustão emocional evidenciada, contribuindo para que se distanciem dos estudos e para o comprometimento do seu sentimento de eficácia profissional. Manifestações referidas pelos estudantes requerem atenção e valorização por parte das instituições de ensino, com o planejamento e a implementação de ações que visem minimizar o estresse ocasionado pelas situações identificadas, as quais parecem estar associadas ao desenvolvimento das dimensões do *burnout* entre os estudantes.

Destaca-se que auxiliar os estudantes nos processos de enfrentamento de situações que parecem conduzi-los ao *burnout* constitui-se em uma possibilidade de contribuir para o fortalecimento do exercício do seu próprio cuidado, antes de assumirem profissionalmente as atribuições de cuidar do outro.

## REFERÊNCIAS

1. Pereira AMTB. *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador*. 4ª ed. São Paulo (SP): Casa do Psicólogo; 2010.
2. Maslach C, Jackson S. E. The measurement of experienced burnout. *J Occup Behav*. 1981 Apr; 2(1):99-113.
3. Moreira DS, Magnago RF, Sakae TM, Magajewski FRL. Prevalência da síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem de um hospital de grande porte da Região Sul do Brasil. *Cad Saude Publica*. 2009 Jul; 25(7):1559-68.
4. Jodas DA, Haddad MCL. Síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem de um pronto-socorro de hospital universitário. *Acta Paul Enferm*. 2009 Mar-Abr; 22(2):192-7.
5. Trindade LL, Lautert L. Síndrome de burnout entre os trabalhadores da Estratégia de Saúde da Família. *Rev Esc Enferm USP*. 2010 Jun; 44(2):274-9.
6. Cushway D. Stress in clinical psychology trainees. *Br J Clin Psychol*. 1992 May; 37: 337-41.
7. Deary IJ, Watson R, Hogston R. A longitudinal cohort study of burnout and attrition in nursing students. *J Adv Nurs*. 2003 Jul; 43(1):71-81.
8. Bordignon SS. *Ser enfermeiro: decisão versus desejo [trabalho de conclusão de curso]*. Rio Grande: Escola de Enfermagem, Universidade Federal do Rio Grande; 2010.
9. Tomaschewski-Barlem JG, Lunardi VL, Bordignon SS, Barlem ELD, Lunardi Filho WD, Silveira RS, et al. Opção e evasão de um curso de graduação em enfermagem: percepção de estudantes evadidos. *Rev Gaucha Enferm*. 2012 Jun; 33(2):132:8.
10. Nogueira-Martins MCF. *Humanização das relações assistenciais: a formação do profissional de saúde*. São Paulo (SP): Casa do Psicólogo; 2002.
11. Borges AMB, Carlotto MS. Síndrome de burnout e fatores de estresse em estudantes de um curso técnico de enfermagem. *Aletheia*. 2004; (19):45-56.
12. Martinez IMM, Pinto AM, Silva AL. Burnout em estudantes do ensino superior. *Rev Port Psicol*. 2000 Jan; 35(1):151-67.
13. Carlotto MS, Nakamura AP, Câmara SG. Síndrome de burnout em estudantes universitários da área de saúde. *Psico*. 2006 Jan-Abr; 37(1): 57-62.
14. Barboza JIRA, Beresin RA. Síndrome de burnout em graduandos de enfermagem. *Einstein*. 2007 Jul-Set; 5(3):225-30.
15. Watson R, Deary I, Thompson D, Li G. A study of stress and burnout in nursing students in Hong Kong: A questionnaire survey. *Int J Nurs Stud*. 2008 Oct; 45(10):1534-42.
16. Gibbons C. Stress, coping and burn-out in nursing students. *Int J Nurs Stud*. 2010 Oct; 47(10):1299-309.
17. Moraes R, Galiuzzi MC. *Análise textual discursiva*. 2ª Ed. Ijuí (RS): Ed. Unijuí; 2011.
18. Polit DF, Beck CT. *Fundamentos de pesquisa em enfermagem*. 7. Ed. Porto Alegre (RS): Artmed; 2011.
19. Monteiro CFS, Freitas JFM, Ribeiro AAP. Estresse no cotidiano acadêmico: o olhar dos alunos de enfermagem da Universidade Federal do Piauí. *Esc Anna Nery Rev Enferm*. 2007 Mar; 11(1):66-72.



20. Pereira CA, Miranda LCS, Passos JP. O estresse e seus fatores determinantes na concepção dos graduandos de enfermagem. REME: Rev Min Enferm. 2010 Abr-Jun; 14(2):204-9.
21. Leiter MP. Burnout as a development process: considerations of models. In: Schaufeli WB, Maslach C, Marek T, editores. Professional burnout: recent developments in theory and research. Washington (US): Taylor e Francis; 1993.
22. Bosquetti LS, Braga EM. Reações comunicativas dos alunos de enfermagem frente ao primeiro estágio curricular. Rev Esc Enferm USP. 2008 Dez; 42(4):690-6.
23. Oliveira RA, Ciampone MHT. Qualidade de vida de estudantes de enfermagem: a construção de um processo e intervenções. Rev Esc Enferm USP. 2008 Mar; 42(1):57-65.
24. Casate JC, Corrêa AK. Vivências de alunos de enfermagem em estágio hospitalar: subsídios para refletir sobre a humanização em saúde. Rev Esc Enferm USP. 2006 Set; 40(3):321-8.
25. Silva VLS, Chiquito NC, Andrade RAPO, Brito MFP, Camelo SHH. Fatores de estresse no último ano do curso de graduação em enfermagem: percepção dos estudantes. Rev Enferm UERJ. 2011 Jan-Mar; 19(1):121-6.
26. Garro IMB, Camillo SO, Nobrega MPSS. Depressão em graduandos de enfermagem. Acta Paul Enferm. 2006 Abr-Jun; 19(2):162-7.
27. Dalmolin GL, Lunardi VL, Barlem ELD, Silveira RS. Implicações do sofrimento moral para os (as) enfermeiros (as) e aproximações com o *burnout*. Texto Contexto Enferm. 2012 Jan-Mar; 21(1):200-8.