CADERNO DE
EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE
Volume 24, e36681, 2026
ISSN 2318-5104
http://doi.org/10.36453/cefe.2026.36681
unioeste
Universidade Estadual do Oeste do Paraná

Artigo Original

Síndrome de Burnout em acadêmicos do curso de bacharelado em Educação Física

Burnout Syndrome in bachelor's degree students in physical education

João Guilherme Apolinário Nascimento[1] Gabriela Simone Harnisch[2] José Carlos Cordeiro de Jesus[3] Jorge Both[1]

Universidade Estadual do Oeste do Paraná (Unioeste), Brasil
Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), Brasil
Universidade Estadual de Londrina (UEL), Brasil

HISTÓRICO DO ARTIGO
Recebido: 16.12.2025
Revisado: 22.04.2026
Aprovado: 22.04.2026

PALAVRAS-CHAVE
Burnout;
Educação Física;
Universitários.

KEYWORDS
Burnout;
Physical Education;
College Students.

PUBLICADO
27.05.2026

AUTOR CORRESPONDENTE
Gabriela Simone Harnisch

COMO CITAR ESTE ARTIGO (*HOW TO CITE*)
NASCIMENTO, J. G. A.; HARNISCH, G. S.; JESUS, J. C. C. de; BOTH, J. Síndrome de Burnout em acadêmicos do curso de bacharelado em Educação Física. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 24, e36681, 2026. 10.36453/cefe.2026.36681.

RESUMO

INTRODUÇÃO: A Síndrome de Burnout tem sido cada vez mais observada no contexto acadêmico, especialmente em cursos com alta demanda de atividades e exigências práticas, como a Educação Física. Nesse cenário, fatores sociodemográficos e acadêmicos podem influenciar o desenvolvimento de suas dimensões.
OBJETIVO: Identificar os perfis dos estudantes do curso de Educação Física em relação as dimensões do constructo do Burnout.
MÉTODOS: A amostra foi composta por 438 discentes do curso de Bacharelado em Educação Física de uma instituição pública de ensino superior. Os instrumentos empregados foram um questionário sociodemográfico e o Maslach Burnout Inventory - Student Survey.
RESULTADOS: Os estudantes apresentaram níveis moderados de Descrença e Exaustão Emocional e baixa Eficácia Profissional. Observou-se maior escore de Descrença (Md=4,33), seguido da Exaustão Emocional (Md=3,40) e menor Eficácia Profissional (Md=1,75) (p<0,001). Verificou-se correlação moderada entre Exaustão Emocional e Eficácia Profissional (r=0,50) e correlação negativa entre Descrença e Eficácia Profissional (r=0,35). Variáveis como ano do curso, renda, faixa etária e carga horária de estudo apresentaram associação significativa com as dimensões do burnout (p<0,05). A análise de clusters identificou três grupos distintos, sendo que o Grupo 3 apresentou perfil mais próximo ao burnout, com maior Exaustão Emocional e Descrença e menor Eficácia Profissional.
CONCLUSÃO: As dimensões do burnout acadêmico apresentaram associação com as variáveis sociodemográficas, sendo que o tempo de dedicado ao estudo, renda e envolvimento com o esporte são balizadores para determinar os diferentes grupos de discentes em relação ao burnout acadêmico.

ABSTRACT

BACKGORUND: Burnout Syndrome has increasingly been identified in academic settings, particularly in programs with high practical and academic demands such as Physical Education. In this context, sociodemographic and academic factors may influence its dimensions.
OBJECTIVE: To identify the profiles of Physical Education students in relation to the dimensions that make up Burnout.
METHODS: The sample consisted of 438 students from the bachelor's degree in physical education. The instruments used were the sociodemographic questionnaire and the Maslach Burnout Inventory – Student Survey.
RESULTS: Students showed moderate levels of Cynicism and Emotional Exhaustion and low Professional Efficacy. Higher scores were observed for Cynicism (Md=4.33), followed by Emotional Exhaustion (Md=3.40), and lower scores for Professional Efficacy (Md=1.75) (p<0.001). A moderate positive correlation was found between Emotional Exhaustion and Professional Efficacy (r=0.50), and a negative correlation between Cynicism and Professional Efficacy (r=0.35). Variables such as year of study, income, age, and study workload were significantly associated with burnout dimensions (p<0.05). Cluster analysis identified three distinct groups, with Group 3 showing a profile closer to burnout, characterized by higher Emotional Exhaustion and Cynicism and lower Professional Efficacy.
CONCLUSION: the dimensions of academic burnout are related to sociodemographic variables, with time dedicated to study, income and involvement in sports being indicators to determine the different groups of students in relation to academic burnout.

Open Access
Full Text Article

Este artigo foi publicado sob a licença Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0).

▼ INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout está diretamente ligada ao estresse e a sobrecarga demasiada que o sujeito é submetido, sendo vinculada a ideia da exaustão profissional, a qual está associada à Exaustão Emocional, despersonalização profissional e Descrença na área que a pessoa atua (Maslach; Leiter; Jackson, 2012; Moss *et al*., 2016). Destaca-se que o indivíduo que apresenta sintomas como exaustão física e emocional pode ter sintomas e ações relacionadas à falta de interesse das suas responsabilidades diárias (Galindo *et al*., 2012; Lazarescu *et al*., 2018).

Ressalta-se que a Síndrome de Burnout está relacionada, atualmente, com estudantes, trabalhadores, esportistas e outros grupos que possuem elevado contato pessoal, bem como, possuem elevada cobrança nos ambientes de ocupação. Muitas vezes estes sintomas acabam despercebidos devido a sensação cotidiana e diária de estarem exaustos, percebendo o desconforto apenas como uma exaustão natural devido ao esforço mental e psicológico diário (Galindo *et al*., 2012).

Quem é acometido pela Síndrome de Burnout sente a sensação de estar sendo consumido, compreendendo, assim, como uma fadiga mental e física que o indivíduo se encontra em um estado de esgotamento psíquico na qual não encontra capacidade para exercer sua rotina por estar em estado de Exaustão Emocional, fazendo com que isso provoque mudanças em sua rotina, gerando distanciamento, frieza, insensibilidade e perda de realização (Carlotto; Câmara, 2008). Tal patologia resulta em um declínio de desempenho significante, correndo sérios riscos na piora do desempenho na sua ocupação, causando o esgotamento psicológico e emocional (França; Rodrigues, 2012).

Dentro desse contexto, a Síndrome de Burnout no meio acadêmico está diretamente relacionada ao excesso de cobrança nos estudos e/ou no trabalho, geralmente ligado a estudantes trabalhadores que por muitas vezes deixam de lado a sua saúde mental e física (Guedes; Gaspar, 2016; Tomaschewski-Barlem *et al*., 2013). Essa alta demanda faz com que o estudante tenha uma rotina mentalmente pouco saudável e, pela falta de tempo, fisicamente também. Esse acúmulo progressivo de diversas atividades extracurriculares e/ou curriculares faz com que o estudante se desgaste, perdendo a vontade pelas atividades acadêmicas e se estressando (Borges; Carlotto, 2004; Maslach; Leiter; Jackson, 2012).

Destaca-se que a Síndrome de Burnout é comum na área da saúde devido a situações reais ou similares a uma situação de trabalho onde é exigido muito dos professores e supervisores. De fato, na realidade dos estágios supervisionados dos cursos de graduação de medicina, onde os fatores psicológicos e mentais são muito exigidos devido a exposição deste estudante as situações delicadas pode acarretar a desistência do aluno no curso (Costa *et al*., 2013).

Também, o excesso de horas complementares e de carga horária diária também é um fator primordial para o surgimento de sintomas do Burnout, ocasionando situações de estresse e falta de tempo livre, gerando assim, a perda de interesse no curso ou em outras atividades extracurriculares (Guedes; Gaspar, 2016). Além disso, o fenômeno de abandono do curso usualmente está associado ao alto índice de exigência que os professores colocam sobre os alunos, que muitas vezes são submetidos a situações inviáveis de sobrecarga no estudo, a qual acarreta o cansaço do aluno, fazendo com que as outras atividades diárias sejam feitas de maneira precarizada. Como, por exemplo, os estudantes trabalhadores, os quais necessitam de descanso para conseguir conciliar os estudos e sua ocupação laboral (Benevides-Pereira, 2003).

No caso específico dos acadêmicos do curso de Educação Física, destaca-se que normalmente este grupo possui atividades laborais durante a realização da graduação, como estágio obrigatório ou remunerado para complemento de renda, vinculados à área. Estes estudantes de atuam em academias de ginástica, em equipes de iniciação e alto rendimento esportivo, por exemplo. Tais vínculos associados com a formação universitária acabam sobrecarregando o universitário (Schaufeli; Buunk, 2002). De fato, isso é prejudicial para a saúde mental do estudante de Educação Física que, com o passar dos anos, terão estágios obrigatórios, que, por consequência, levam o estudante a sobrecarga de trabalho (Moreno-Jiménez *et al*., 2002).

Ao observar esse panorama, constata-se que a característica de dupla jornada de ocupação apresentada pelos estudantes é algo preocupante, pois, em sua maioria, os estudantes são mais propícios a desistir do curso devido ao alto índice de cobrança tanto no trabalho quanto na universidade (Baker, 2001). Por fim, sabe se que adaptação ao meio universitário é necessária e fundamental para uma futura graduação e continuidade do curso com um desempenho regular, visto que, além das responsabilidades acadêmicas, o estudante também é submetido a exigências no trabalho e estágios, sendo obrigado a lidar com essa pressão. Assim, considerando a falta de investigações sobre o tema, o objetivo geral do trabalho foi identificar os perfis dos estudantes do curso de Educação Física em relação as dimensões do constructo do Burnout. Ainda, de forma específica, o estudo se propôs a associar as dimensões sociodemográficas considerando o Burnout Acadêmico e identificar os perfis dos estudantes do curso de Bacharelado em Educação Física considerando as dimensões que compõem o Burnout.

▼ MÉTODOS

A pesquisa se caracteriza como descritiva-exploratória, de corte transversal, tendo abordagem quantitativa. A amostra foi composta por 438 estudantes universitários matriculados no curso de Bacharelado em Educação Física de três Instituições de Ensino Superior localizadas na cidade de Londrina – Paraná.

Para o estudo foram empregados dois instrumentos, sendo que o primeiro foi um questionário sociodemográfico que buscou caracterizar os participantes sobre: sexo, faixa etária, estado civil, participação em projetos de pesquisa, ensino e extensão, composição familiar, realização do estágio remunerado, realização do estágio obrigatório curricular, tipo de residência, se trabalhavam, quantas

horas semanais eram dedicadas aos estudos, estágio e trabalho, renda e prática esportiva.

O segundo instrumento foi o Maslach Burnout Inventory – Student Survey (Carlotto; Câmara, 2006), o qual é composto por 15 itens e buscou avaliar a Síndrome de Burnout considerando as dimensões Exaustão Emocional, Eficácia Profissional e Descrença. No processo de avaliação da fidedignidade do questionário para a realidade brasileira foi evidenciado que as dimensões apresentaram resultados entre bom (Exaustão Emocional e Eficácia Profissional) a moderado (Descrença). Destaca-se que no processo de preenchimento do instrumento, o respondente deveria apontar um conceito, o qual está descrito em uma escala tipo Likert de sete pontos, os quais representam as seguintes informações: 0 – Nunca; 1 – Uma vez ao ano ou menos; 2 – Uma vez ao mês ou menos; 3 – Algumas vezes ao mês; 4 – Uma vez por semana; 5 – Algumas vezes por semana; 6 – Todos os dias.

Para a coleta dos dados, os estudantes universitários foram abordados no último bimestre do ano letivo dentro das salas de aula, sendo que os professores que ministravam a disciplina no momento da abordagem aos alunos autorizaram a presença do pesquisador para explicar os objetivos e os procedimentos de coleta de dados da pesquisa, bem como, sanava dúvidas que poderiam eventualmente existir entre os discentes.

Destaca-se que a investigação foi autorizada pelas três instituições de ensino superior que participaram do estudo, e o projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Estadual de Londrina (CAAE: 80285617.5.0000.5231).

Por fim, a análise dos dados foi desenvolvida a partir da aplicação do teste de Friedman para comparar as dimensões do constructo do Burnout Acadêmico e o teste de Correlação de Spearman para avaliar as correlações entre as dimensões do constructo. Após este procedimento foram aplicados os testes de Prova U de Mann-Whitney e Kruskall-Wallis para associar as variáveis sociodemográficas com o constructo do Burnout Acadêmico. Por fim, para identificar os grupos de estudantes foi realizada a Análise de Clusters, considerando o método Ward. Para determinar o número de grupos que deveriam ser considerados na análise foi empregado o método de análise gráfica do dendrograma (Marocô, 2014).

Após a identificação do número de grupos que devem ser considerados nas análises foi empregado o teste Prova U de Mann-Whitney ou Kruskall-Wallis para identificar os diferentes perfis de estudantes considerando os agrupamentos apresentados selecionados. Além disso, foi empregado o teste Qui-quadrado para verificar quais variáveis apresentaram associação com os grupos identificados na Análise de Clusters. Destaca-se que todas as análises foram realizadas considerando o nível de significância de 95% ($p<0,05$).

▼ RESULTADOS E DISCUSSÃO

A maioria da amostra era composta por alunos: do sexo masculino (64,6%); cursavam Educação Física no período noturno (59,4%); não se envolviam em projeto de pesquisa (72,6%), extensão (71,2%) e ensino (86,4%); não se envolviam em atividades extraclasse nos periodos da manhã (87,3%), da tarde (63,5%) e da noite (90,7%); moravam com os pais (84,8%); eram solteiros (83,3%); não tinham dependentes (87,0%); a renda não atendia as necessidades básicas (74,7%); realizavam estágio não remunerado (67,6%); trabalhavam (52,4%); e, participavam de equipes esportivas (75,8%). Além disso, a média de idade era de 22,7 anos (Dp 4,7 anos) e estudavam fora do ambiente da universidade em média de 5,6 horas semanais (Dp 7,6 horas semanais).

Contudo, ao avaliar o grupo como um todo, constatou-se que os acadêmicos apresentaram maior índice de Descrença, seguidos da Exaustão Emocional e da Eficácia Profissional, a qual apresentou menor índice (Tabela 1).

Tabela 1. Avaliação do Burnout Acadêmico dos alunos de Bacharelado em Educação Física.

Constructo	Dimensões	Md (Q1-Q3)	*p*
Burnout Acadêmico	Exaustão Emocional	3,40 (2,40-4,40)	<0,001
	Descrença	4,33 (3,50-5,00)	
	Eficácia Profissional	1,75 (0,88-2,75)	

Ao analisar as correlações das dimensões do constructo do Burnout Acadêmico (Tabela 2), constatou-se moderada correlação entre eficácia profissional e Exaustão Emocional, ou seja, quanto mais cansado maior sentimento de sucesso nas ações. Além disso, evidenciou-se que existia uma fraca correlação negativa entre Descrença e eficácia profissional, onde quanto mais descrente menos eficaz o aluno se sente, ou, quanto menor Descrença maior sentimento de Eficácia Profissional.

Tabela 2. Correlação entre as dimensões do constructo do Burnout Acadêmico considerando os alunos do curso de Bacharelado em Educação Física.

Dimensões	Exaustão Emocional	Descrença	Eficácia profissional
Exaustão Emocional	1		
Descrença	-0,09	1	
Eficácia Profissional	0,50	0,35	1

Ao associar a dimensão Exaustão Emocional considerando as variáveis sociodemográficas (Tabela 3), constatou-se que as variáveis Ano do Curso, Participação em Atividade Extraclasse no Período Noturno, Possuir Dependentes e Renda Atende as Necessidades Básicas apresentaram associação significativa, onde os alunos que apresentaram maiores índices de Exaustão Emocional estavam nos anos finais da graduação, não participavam de atividades extraclasse no período noturno, possuíam dependentes e a renda atendia as necessidades básicas.

Em relação a dimensão Descrença (Tabela 4), evidenciou-se que as variáveis Faixa Etária e Carga Horária para Estudo apresentaram associação significativa, sendo que os discentes que relataram menor escore de Descrença possuíam até 25 anos de idade e não estudavam.

Ao avaliar a Eficácia Profissional considerando as variáveis sociodemográficas dos alunos (Tabela 5), constatou-se que o Ano do Curso, Renda Atende as Necessidade Básicas, Faixa Etária e Carga Horária para Estudo apresentaram associação significativa, sendo que

os menores índices de Eficácia Profissional foram relatados pelos discentes que estavam no 1° ano, participavam de atividades extraclasse no período matutino, a renda não atendia as necessidades básicas e possuíam 26 anos ou mais, bem como os alunos que não estudavam relataram maior sentimento de eficácia profissional.

Tabela 3. Associação entre as variáveis sociodemográficas dos alunos do curso de Bacharelado em Educação Física e a dimensão Exaustão Emocional.

Variável	Grupos	Md (Q1-Q3)	*p*
Ano do Curso	1°	3,2 (2,4-4,2)	0,013
	2°	3,2 (3,4-4,2)	
	3°	3,8 (2,8-4,4)	
	4°	3,6 (2,4-4,9)	
Participação em atividade extraclasse período noturno	Não	3,5 (2,4-4,4)	0,049
	Sim	2,9 (2,3-3,9)	
Possui dependentes	Sim	3,6 (2,4-4,4)	0,042
	Não	3,2 (2,0-4,0)	
Renda atende as necessidades básicas	Sim	3,6 (2,8-4,6)	0,010
	Não	3,4 (2,4-4,2)	

Tabela 4. Associação entre as variáveis sociodemográficas dos alunos do curso de Bacharelado em Educação Física e a dimensão Descrença.

Variável	Grupos	Md (Q1-Q3)	*p*
Faixa etária	Até 21 anos	4,3 (3,7-4,8)	0,021
	22 a 25 anos	4,2 (3,5-4,7)	
	26 anos ou mais	4,7 (3,8-5,2)	
Carga horária para estudo	Não estuda	3,8 (3,0-4,8)	0,003
	De 1 a 2 horas	4,2 (3,5-4,8)	
	De 3 a 4 horas	4,5 (3,7-5,0)	
	De 5 a 8 horas	4,5 (3,8-5,0)	
	9 horas ou mais	4,5 (3,5-5,2)	

Tabela 5. Associação entre as variáveis sociodemográficas dos alunos do curso de Bacharelado em Educação Física e a dimensão Eficácia Profissional.

Variável	Grupos	Md (Q1-Q3)	*p*
Ano do Curso	1° Ano	1,3 (0,5-2,8)	0,047
	2° Ano	1,8 (1,0-2,5)	
	3° Ano	2,0 (1,0-3,0)	
	4° Ano	2,0 (1,0-2,0)	
Renda atende as necessidades básicas	Sim	2,3 (1,0-3,5)	0,001
	Não	1,6 (0,8-2,8)	
Faixa etária	Até 21 anos	1,8 (0,8-2,8)	0,016
	22 a 25 anos	2,0 (1,3-3,3)	
	26 anos ou mais	1,5 (0,5-2,6)	
Carga horária para estudo	Não estuda	2,5 (1,1-3,3)	<0,001
	De 1 a 2 horas	2,0 (1,1-3,0)	
	De 3 a 4 horas	1,8 (0,9-2,8)	
	De 5 a 8 horas	1,8 (0,8-2,5)	
	9 horas ou mais	1,3 (0,3-2,3)	

Em relação a análise de agrupamentos dos discentes dos cursos de Educação Física considerando o constructo do Burnout Acadêmico, constatou-se três grupos, os quais foram: Grupo 1, que possuía 145 alunos (32,9%); Grupo 2, que possuía 124 alunos (28,1%); e Grupo 3, que possui 172 alunos (39,0%). Os resultados dos grupos, considerando o constructo do Burnout Acadêmico, evidenciou que todas as dimensões apresentaram associação significativa, sendo que o Grupo 1 apresentou maior índice de Descrença e menores índices de exaustão e Eficácia Profissional. O Grupo 2 apresentou o maior sentimento de Eficácia Profissional, Exaustão Emocional moderada e menor índice de Descrença. O Grupo 3 apresentou maior índice de Exaustão Emocional, o menor sentimento de Eficácia Profissional, bem como o índice moderado de Descrença (Tabela 6).

Tabela 6. Relação entre os grupos identificados na análise de agrupamento e o constructo do Burnout Acadêmico.

Dimensões	Grupo 1 Md (Q1-Q3)	Grupo 2 Md (Q1-Q3)	Grupo 3 Md (Q1-Q3)	*p*
Exaustão Emocional	2,0 (1,2-2,6)	3,6 (2,8-5,0)	4,2 (3,6-4,6)	<0,001
Descrença	4,8 (4,3-5,3)	3,5 (3,0-4,2)	4,5 (3,8-5,0)	<0,001
Eficácia Profissional	0,8 (0,0-1,3)	3,5 (2,8-4,3)	1,8 (1,0-2,3)	<0,001

Ao avaliar as variáveis sociodemográficas considerando os grupos identificados (Tabelas 7), constatou-se que a Carga Horária para Estudo, a Renda Atende as Necessidades Básicas e a Participação em Equipe Esportiva apresentaram associações significativas.

Tabela 7. Associação entre os grupos e variáveis sociodemográficas (continua e categóricas) dos alunos de Bacharelado em Educação Física.

Variável	Categoria	Grupo 1	Grupo 2	Grupo 3	*p*
Variável contínua		Md (Q1-Q3)	Md (Q1-Q3)	Md (Q1-Q3)	
Carga horária para estudo	—	4,0 (2,0–9,8)	3,0 (1,0–6,0)	4,0 (2,0–8,0)	0,015
Variáveis categóricas		n (%)	n (%)	n (%)	
Renda atende às necessidades básicas	Sim	30 (21,3)	42 (35,0)	37 (21,8)	0,016
	Não	111 (78,7)	78 (65,0)	133 (78,2)	
Participação em equipe esportiva	Sim	98 (68,5)	97 (79,5)	134 (79,3)	0,046
	Não	45 (31,5)	25 (20,5)	35 (20,7)	

Os resultados evidenciaram que os estudantes do Grupo 2 apresentaram menor carga horária para o estudo quando comparados aos Grupos 1 e 3. Além disso, o Grupo 1 apresentou maiores índices de alunos que não participavam de equipes esportivas, bem como, o Grupo 2 apresentou maior índice de alunos que possuía renda que atendia as necessidades básicas. Por fim, o Grupo 3 apresentou resultado semelhante ao Grupo 2 na variável participação em equipe esportiva, além de evidenciar resultado similar ao Grupo 1 em relação a renda atender as necessidades básicas.

Ao avaliar o Burnout Acadêmico dos alunos, constatou-se que a Descrença e Exaustão Emocional apresentaram índices moderados, o que pode estar associado a exposição em projetos de extensão e estágios, os quais fizeram os discentes se sentirem frustrados devido à falta de competência para exercer o papel de profissional da

educação física (Tomaschewski-Barlem *et al*., 2013). Por outro lado, a Baixa Eficácia Profissional pode ter relação ao momento de formação profissional dos alunos, sendo que em um estudo realizado com alunos do segundo semestre de diferentes cursos da área da saúde ainda não se sentiam profissionais capacitados (Carlotto; Nakamura; Câmara, 2006).

De fato, a correlação positiva entre Exaustão Emocional e Eficácia Profissional pode estar associado a razão de quanto maior for o comprometimento do aluno com o estudo, maior será a tendência que o discente se sinta capacitado para desenvolver as ações inerentes ao tema de estudo. Entretanto, o aluno tende a ter o aumento da Exaustão Emocional pelo fato do desprendimento da carga horária destinada ao estudo (Batilani; Belem; Both, 2018). Contudo, a relação oposta entre Descrença e Eficácia Profissional existe, pois, quanto maior a autoconfiança do aluno, menor a Descrença devido ao sentimento de se sentir capaz de realizar a tarefa solicitada. Sob outro enfoque, quanto mais descrente o discente, menor tende a ser a sua autoconfiança (Tomaschewski-Barlem *et al*., 2014).

Em relação ao fato dos alunos que não participavam das atividades extraclasse no período noturno terem maior Exaustão Emocional pode estar associada ao fato dos estudantes, neste momento, estarem desenvolvendo atividades vinculadas a estágios remunerados dentro da área de intervenção da Educação Física, ou mesmo, em trabalhos fora da área da Educação Física. Questões associadas a sobrevivência dos alunos, principalmente frente a remuneração pode geral maior desgaste neste momento da formação acadêmica, pois, estudos demonstraram que o maior envolvimento em diversas atividades durante a formação universitária, além do ingresso na vida adulta, pode geral anseios, preocupações, e desgastes aos estudantes (Lopes; Guimarães, 2016; Batilani; Belem; Both, 2018)

Assim, é compreensível que alunos que possuíam dependentes apresentassem maior Exaustão Emocional, pois o fato do discente ter o dever de sustentar algum familiar faz com que exista o menor tempo dedicado ao estudo. Nesse sentido, a renda adequada para o discente colabora para a diminuição das preocupações (BatilanI; Belem; Both, 2018), bem como, auxilia no processo de diminuição da Exaustão Emocional (Carlotto; Palazzo, 2006).

Sobre a relação entre a Exaustão Emocional e as variáveis sociodemográficas, observou- se que os alunos que estavam nos anos finais do curso de graduação possuíam maior Exaustão Emocional, sendo que tal fato pode estar associado à realização das atividades extracurriculares, trabalho de conclusão de curso, supervisão em estágios, o que pode interferir no envolvimento do aluno com o curso, que, por consequência, vai se sentir mais cobrado para o desenvolvimento destas atividades (Tarnowski; Carlotto 2007).

Em relação a Despersonalização, observou-se que a faixa etária e o tempo para o estudo apresentaram diferenças significativas. No caso da faixa etária, observou-se que os alunos mais velhos possuíam maior índices de Descrença, o que pode estar associado a fatores geracionais entre os discentes (Lopes; Guimarães, 2016). De fato, o envolvimento em outras atividades extracurriculares, como o trabalho, bem como a volta ao estudo pode gerar um choque geracional, o que pode dificultar a adaptação ao ambiente universitário, pois, a maioria dos discentes mais jovens estão em uma fase da vida diferente a dos alunos mais velhos (Almeida, 2007).

Entretanto, destaca-se que a análise sobre o tempo de estudo evidenciou que quanto mais o aluno adquire conhecimento, mais ele percebe que existem diversos outros assuntos para estudar, tanto quanto outras oportunidades de emprego do conhecimento adquirido, o que pode gerar a Descrença pelo choque de realidade ao perceber que existe muito mais conhecimento a ser adquirido.

Sobre a Eficácia Profissional, observou-se que os alunos que estavam no primeiro ano do curso se sentiam com menor sentimento de eficácia profissional, o que pode estar associado a falta de experiência em atividades extracurriculares e estágios, quando comparado os demais alunos de outras fases do curso. Além disso, os discentes que estão nos anos mais avançados podem realizar o estágio supervisionados remunerados, os quais podem ser vistos como uma recompensa do seu esforço e dedicação (Tomaschewski-Barlem *et al*., 2013).

Entretanto, a idade dos alunos também pode influenciar, de modo que alunos muito jovens ou com idade muito avançada pode proporcionar menor sentimento de eficácia profissional. De fato, a falta de experencia pode afetar os mais jovens (Marinho; Santos; Farias, 2012), bem como, a idade mais avançada pode proporcionar um descompasso geracional entre os estudantes mais experientes, o que afeta negativamente a percepção de eficácia dos alunos (Almeida, 2007; Lopes; Guimarães, 2016). Além disso, os alunos mais experientes podem ter a crença de que não podem aprender e compreender tanto conteúdo devido a idade, pois possuem outras atividades fora da graduação (Carlotto; Nakamura; Câmara, 2006).

Outro fator que chamou atenção foi o fato do maior tempo de estudo interferir negativamente no sentimento de autopercepção de realização profissional. Assim, constatou-se que entre os alunos investigados que possuíam mais tempo para o estudo observavam que havia outros conhecimentos a serem adquiridos, bem como, constataram outras possibilidades de emprego do conhecimento adquirido, o que pode gerar um sentimento de que há mais temas a serem estudados.

Por fim, em relação aos grupos identificados no estudo, observou-se que o Grupo 2 apresentou os melhores resultados de Eficácia Profissional e menores resultados de Descrença, seguido por intermediários de Exaustão Emocional. Isso se deve, possivelmente, pelo fato deste grupo ter maior representatividade de alunos que possuem a renda que atende as necessidades básicas, possibilitando o discente a ter tempo para ter um envolvimento esportivo, embora que isso faça que exista menos tempo para o estudo, fazendo que esse se envolva mais com outras atividades, e, consequentemente, apresente maior percepção de eficácia profissional, embora como constatado anteriormente, os alunos que estudavam menos apresentavam maior sentimento de

Eficácia Profissional (Tabela 5). Além disso, existe a questão da Exaustão Emocional, pois esse universitário não terá excessiva preocupação mesmo tendo certo envolvimento com a universidade (Tomaschewski-Barlem *et al*., 2014).

O Grupo 1, por outro lado, possuía carga horária para o estudo elevada e não se envolvia com questões esportivas, bem como, não possuíam renda que atendessem as necessidades básicas. Essas características podem estar associadas a estudantes com eficácia profissional baixa e uma maior Descrença com o curso. Pois, o estudante se dedica demasiadamente a outras atividades, que, por consequência, tende a compensar com a carga horária de estudo. Além disso, a Exaustão Emocional é baixa para esse grupo, pois os alunos tendem a se envolver em outras atividades para conseguir a renda para a sua sobrevivência, e não ficar exclusivamente voltados ao ambiente universitário.

No caso do Grupo 3, o qual que mais se aproximou a um perfil voltado ao Burnout acadêmico, devido aos maiores índices de Exaustão Emocional e Descrença, além de menor escore de Eficácia Profissional. Assim, observa-se alto envolvimento com o curso, pelo fato de gostarem de praticar esporte e das questões teóricas da Educação Física, embora não possuam rendimento financeiro suficiente para sobreviver nesse ambiente. Ressalta-se que tais características são próprias de alunos que possuem preocupações e motivação para o curso de Educação Física (Batilani; Belem; Both, 2018).

▼ CONCLUSÃO

Após analisar os resultados conclui-se que os estudantes investigados apresentavam índices moderados de Descrença e Exaustão Emocional, bem como, com baixa Eficácia Profissional. Tais resultados estão muito próximos ao perfil identificado com alunos que possuem burnout acadêmico, o que é preocupante.

Outro ponto que chamou atenção foi que a Eficácia Profissional apresentou relação com a Descrença e, principalmente, com a Exaustão Emocional. Assim, observa-se que o sentimento de ser eficaz profissionalmente está vinculado ao seu desgaste com o estudo, bem como, a diminuição da apatia com curso. Além disso, constatou-se que a apatia com o curso não está vinculada à Exaustão Emocional, portanto, observou-se que esses dois componentes podem ser desenvolvidos de forma não interligada.

Em relação aos aspectos sociodemográficos, constatou-se que o ano do curso, as atividades extraclasse, o fato de possuir dependentes, a renda, a faixa etária dos estudantes, e a carga horária para o estudo, interfere nos aspectos associados ao burnout acadêmico dos estudantes do curso de Bacharelado em Educação Física. Além disso, observou-se que questões relacionadas ao tempo dedicado ao estudo, renda e envolvimento esportivo são fatores que interferem no perfil dos estudantes, tanto de forma positiva quanto negativa. Assim, observa-se que tais características dos alunos podem estar associadas nas ações de manutenção do estudante no ambiente universitário, como a oferta de bolsas de estudo, por exemplo.

► *AGRADECIMENTOS*

Nada a declarar.

► *CONFLITO DE INTERESSE*

Os autores do estudo declaram não haver conflito de interesses.

► *FINANCIAMENTO*

Este estudo não teve apoio financeiro.

■ REFERÊNCIAS

ALMEIDA, L. S. Transição, adaptação acadêmica e êxito escolar no ensino superior. **Revista Galego-Portuguesa de Psicoloxía e Educación**, v. 15, n. 2, p. 203-15, 2007. Disponível em: https://core.ac.uk/download/pdf/61900707.pdf Acesso em: 05/02/2024.

BAKER, M. J. Selecting a research methodology. **The Marketing Review**, v. 1, p. 373-97, 2001. https://doi.org/10.1362/1469347002530736

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. http://doi.org/10.1590/S0104-07072013000300023

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, G. C. Características psicométricas do Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários brasileiros. **Psico**, v. 11, p. 167-73, 2006. http://doi.org/10.1590/S1413-82712006000200005

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G. Análise da produção científica sobre a Síndrome de Burnout no Brasil. **Psico**, v. 39, n. 2, p. 152-8, 2008. Disponível em: https://revistaseletronicas.pucrs.br/revistapsico/article/view/1461 Acesso em: 22/09/2024.

CARLOTTO, M. S.; NAKAMURA, A. P.; CÂMARA, S. G. Síndrome de Burnout em estudantes universitários da área saúde. **Psico**, v. 37, n. 1, 2006. Disponível em: https://revistaseletronicas.pucrs.br/revistapsico/article/view/1412/1111 Acesso em: 22/09/2024.

CARLOTTO, M. S.; PALAZZO, L. DOS S. Síndrome de burnout e fatores associados: um estudo epidemiológico com professores. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 22, n. 5, p. 1017-26, 2006. http://doi.org/10.1590/S0102-311X2006000500014

COSTA, L. S. T.; GIL-MONTE, P. R.; POSSOBON, R. F.; AMBROSANO, G. M. B. Prevalência da Síndrome de Burnout em uma amostra de professores universitários brasileiros. **Psicologia**: Reflexão e Crítica, v. 26, n. 4, p. 636-42, 2013. http://doi.org/10.1590/S0102-79722013000400003

FRANÇA, A. C. L.; RODRIGUES, A. L. **Stress e trabalho**: uma abordagem psicossomática. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2012.

GALINDO, R. H.; FELICIANO, K. V. O.; LIMA, R. A. S.; SOUZA, A. I. Síndrome de Burnout entre enfermeiros de um hospital geral da cidade do Recife. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 46, n. 2, p. 420-27, 2012. http://doi.org/10.1590/S0080-62342012000200021

GARCIA, L. P; BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. Investigando o Burnout em professores universitários. **InterAção Psy**, v. 1, n. 1, p. 76-89, 2003. Disponível em: https://gepeb.wordpress.com/wp-content/uploads/2011/12/investigando-o-burnout-em-professores-universitc3a1rios.pdf Acesso em 03/12/2023.

GUEDES, D. P.; GASPAR, E. Burnout em uma amostra de profissionais de educação física brasileiros. **Revista Brasileira Educação Física e Esporte**, v. 30, n. 4, p. 999-1010, 2016. http://doi.org/10.1590/1807-55092016000400999

LAZARESCU, I.; DUBRAY, B.; JOULAKIAN, M.B.; BLANCHARD, P.; CHAUVET, B.; MAHÉ, M.A.; ... ; THUREAU, S. Prevalence of burnout, depression and job satisfaction among French senior and resident

radiation oncologists. **Cancer Radiotherapie**, v. 22, n. 8, p. 784-89, 2018. http://doi.org/10.1016/j.canrad.2018.02.005

LOPES, F. L.; GUIMARÃES, G. S. Estudo da Síndrome de Burnout em estudantes de psicologia. **Psicologia**: Ensino e Formação, v. 7, n. 8, p. 40-58, 2016. http://doi.org/10.21826/2179-58002016714058

MARINHO, A.; SANTOS, P. M.; FARIAS, G. O. Competências e formação profissional: reflexões sobre um projeto de ensino. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 20, n. 3, p. 46-54, 2012. http://doi.org/doi.org/10.31501/rbcm.v20i3

MARÔCO, J. **Análise estatística com SPSS Statistics**. 6. ed. Perô Pinheiro: Report Number, 2014.

MASLACH, C.; LEITER, M. P.; JACKSON, S. E. Making a significant difference with burnout interventions: researcher and practitioner collaboration. **Journal of Organization Behavior**, v. 33, n. 2, 2012. Disponível em: https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/job.784 Acesso em 10/03/2025.

MORENO-JIMENEZ, B.; GARROSA-HERNANDEZ, E.; GÁLVEZ, M.; GONZALEZ, J.L.; BENEVIDES-PEREIRA. A avaliação do Burnout em professores. Comparação de instrumentos: CBP-R e MBI-ED. **Revista de Psicologia em Estudo**, v. 7, n. 1, p. 11- 9, 2002. http://doi.org/10.1590/S1413-73722002000100004

MOSS, M.; GOOD, V. S.; GOZAL, D.; KLEINPELL, R.; SESSLER, C. N. An official critical care societies collaborative statement: burnout syndrome in critical care healthcare professionals: A call for action. **American Journal of Critical Care**, v. 44, n. 7, p. 368-76, 2016. http://doi.org/10.1016/j.chest.2016.02.649

SCHAUFELI, W.; BUNNK, B. Burnout: an overview of 25 years of research and theorizing. In: SCHABRACQ, M. J.; WINNUBST; J. A. M.; COOPER, C. L. (Eds.). **The Handbook and Health Psychology**, 2002.

TARNOWSKI, M.; CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout em estudantes de psicologia. **Temas em Psicologia**, v. 15, n. 2, p. 173-80, 2007. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v15n2/04.pdf Acesso em: 05/07/2024.

TOMASCHEWSKI-BARLEM, J. G.; LUNARDI, V. L.; LUNARDI, G. L.; BARLEM, E. L. D.; SILVEIRA, R. S.; VIDAL, D. A. S. Burnout syndrome among undergraduate nursing students at a public university. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 22, n. 6, p. 934-41, 2014. http://doi.org/10.1590/0104-1169.3254.2498

TOMASCHEWSKI-BARLEM, J. G.; LUNARDI, V. L.; RAMOS, A. M.; SILVEIRA, R. S.; DEVOS-BARLEM, E.; ERNANDES, C. M. Manifestações da Síndrome de Burnout entre estudantes de graduação em enfermagem. **Texto & Contexto Enfermagem**, v. 22, n. 3, p. 754 -62, 2013. http://doi.org/10.1590/S0104-07072013000300023

E-MAIL DOS AUTORES

João Guilherme Apolinário Nascimento
johngui7herme11@gmail.com

Gabriela Simone Harnisch
agaby_@hotmail.com

José Carlos Cordeiro de Jesus
zeca.esportes@hotmail.com

Jorge Both
jorge.both@unioeste.br

LICENÇA DE USO

Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0). Esta licença permite que outros distribuam, remixem, adaptem e criem a partir do trabalho, inclusive para fins comerciais, desde que atribuam o devido crédito aos autores e à publicação inicial nesta revista.