

PROJETO PIBEX 2018/054/2018: INVESTIGAÇÃO DE 2018 SOBRE *BURNOUT* REALIZADA COM ACADÊMICOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA - FEFF DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS – UFAM

Dr. Thomaz Décio Abdalla Siqueira¹

Nelzo Ronaldo de Paula Cabral Marques Junior²

RESUMO

O *Burnout* é uma síndrome entendida como um processo constituído por três dimensões (exaustão profissional, despersonalização e baixa realização profissional). Mudanças em sua concepção original – cuja ênfase era nos profissionais da área de saúde, de educação e de trabalhos pessoais – ocorreram ao longo dos anos, de forma que hoje se entende que a síndrome pode manifestar-se em indivíduos de qualquer ocupação, inclusive durante a fase pré-profissional. A profissão médica apresenta altos índices de indivíduos com algum nível de *burnout*, devido tanto a características próprias dessa atividade quanto a mudanças recentes na prática médica. A palavra *burnout* foi usada primeiramente pelo médico psicanalista e pesquisador Freudenberger (no período de 1975 e 1977) que relatou este fenômeno como um sentimento de fracasso, acompanhado de sintomas de exaustão causado por um excesso de desgaste de energia. No final da investigação o pesquisador incluiu sintomas como: comportamentos de fadiga, depressão, irritabilidade, aborrecimento, sobrecarga de trabalho (estudo), rigidez e inflexibilidade. Em relação ao método: Os dados serão coletados de acadêmicos internos do curso de licenciatura em Educação Física do Curso Diurno IB02 e Noturno IB16 da Faculdade de Educação Física e

¹ Professor Titular, Classe E, Faculdade de Educação Física e Fisioterapia – FEFF da Universidade Federal do Amazonas – UFAM. Pós-doutor em Psicologia Social e do Trabalho (USP), Doutor em Psicologia Clínica (USP), Mestre em Psicologia Social pela Universidade de Okayama – Japão. Atualmente Presidente da Comissão Própria de Avaliação – CPA/UFAM. *E-mail:* thomazabdalla@ufam.edu.br

² Bacharel em Saúde e Lazer pela Faculdade de Educação Física e Fisioterapia – FEFF/UFAM. Pesquisador do Diretório de Grupos do CNPq: Psicologia Cognitiva: Criatividade e Corporeidade (credenciado pela UFAM). Membro Egresso da Comissão Própria de Avaliação – CPA/UFAM. *E-mail:* mrmarquesjr@gmail.com

Fisioterapia – FEEF da Universidade Federal do Amazonas - UFAM mediante utilização de um (01) **PROTOCOLO DE IDENTIFICAÇÃO DAS CAUSAS DO ESTRESSE ACADÊMICO ADAPTADO DO INVENTÁRIO DE BURNOUT DE MASLACH (MBI)** é autoaplicável, entretanto será acompanhado para dirimir as dúvidas que poderão surgir no período de aplicação. Analisar o comportamento psicométrico (fidedignidade e validade de construto) do MBI numa amostra de alunos do Curso de Licenciatura Diurno e Noturno da FEEF. Só saberemos o número exato da amostra no início do período em março de 2018 com o objetivo de analisar a prevalência da síndrome nas populações citadas. O ISSL só poderá ser aplicado pelas duas alunas de psicologia, acompanhadas e supervisionadas pelo coordenador do projeto que tem a formação em psicologia. Também usaremos o **Protocolo de Identificação das Causas do Estresse Acadêmico** elaborado pela equipe para que possamos identificar alguns indícios de estresse.

PALAVRAS-CHAVE: *Burnout*, estresse, acadêmicos do curso de licenciatura, educação física.

ABSTRACT

Burnout is a syndrome understood as a process consisting of three dimensions (professional exhaustion, depersonalization and low professional achievement). Changes in its original conception - whose emphasis was on health professionals, education and personal work - have occurred over the years, so that today it is understood that the syndrome can manifest itself in individuals of any occupation, including during the pre-professional phase. The medical profession has high rates of individuals with some level of burnout, due to both their own characteristics and recent changes in medical practice. The word burnout was first used by the psychoanalytic physician and researcher Freudenberg (in the period of 1975 and 1977) who reported this phenomenon as a feeling of failure, accompanied by symptoms of exhaustion caused by an excessive wear of energy. At the end of the research the investigator included symptoms such as: fatigue behaviors, depression, irritability, annoyance, work overload (study), rigidity and inflexibility. In relation to the method: The data will be collected from internal students of the degree course in Physical Education of the Day Course IB02 and Nocturne IB16 of the Faculty of Physical Education and Physiotherapy - FEEF of the Federal University of Amazonas - UFAM using a (01) PROTOCOL OF IDENTIFICATION OF THE CAUSES OF THE ADAPTED ACADEMIC STRESS OF MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI) is self-applicable, however it will be accompanied to resolve any doubts that may arise during the period of application. To analyze the psychometric behavior (trustworthiness and construct validity) of the MBI in a sample of FEEF students of the Day and Night Licentiate Course. We will only know the exact number of the sample at the beginning of the period in March 2018 with the purpose of analyzing the prevalence of the syndrome in the populations mentioned. The ISSL can only be applied by the two psychology students, supervised and supervised by the coordinator of the project that has the training in psychology. We will also use the Academic Stress Causes Identification Protocol developed by the team so that we can identify some signs of stress.

KEYWORDS: *Burnout*, *stress*, *academic undergraduate course*, *physical education*.

I - INTRODUÇÃO

O curso de licenciatura em educação física procura formar professores, conhecer esportes e mostrar a relevância das atividades físicas para uma vida saudável. Prepara o acadêmico para a prevenção de doenças através de atividades físicas, programas e planejamentos educacionais na prevenção do adoecer. Ao longo de sua graduação o acadêmico tem que administrar os seus horários para poder dedicar-se aos estudos, projetos de pesquisas, estágios, ligas acadêmicas, monitorias, entre outras atividades, restando pouco tempo para o lazer e o descanso. Além disso, os futuros profissionais de educação física precisam aprender a lidar com o adoecer (superar o risco de estresse acadêmico e também na vida diária). No estudo das disciplinas é possível compreender os mecanismos dos efeitos do exercício físico na saúde das pessoas e no rendimento dos atletas dos diferentes esportes. Isto de certa forma o capacita para lidar com situações aversivas e aprender a lidar com situações negativas que possam levar a um cansaço físico e mental. Embora o foco seja na formação de docentes que atuarão nas diferentes etapas e modalidades da Educação Básica. O licenciado poderá atuar somente como professor no Ensino Fundamental, Ensino Médio ou realizar pesquisas na área científica. Na aprendizagem pode ocorrer o estresse que pode ser observado em muitos estudantes do curso de licenciatura em educação física através de relatos e reclamações nas redes sociais e também nos corredores da faculdade.

O termo estresse pretende definir, de um modo genérico, toda e qualquer interferência com as funções do organismo, suscetível de provocar uma reação que esta procura lidar no dia a dia (FONSECA, 1997). Como mecanismo de defesa a essas situações o organismo produz a resposta psicológica global, na qual pode haver adaptação, com resolução ou não do problema; porém é frequente a não adaptação ao agente estressante, tendo como consequências o uso de álcool ou substâncias não prescritas e comportamento agressivo (CORDEIRO, 2002; FONSECA, 1997).

Além de desencadear sintomas psicológicos, o estresse pode contribuir para a etiologia de várias doenças (hipertensão arterial essencial, úlceras gastroduodenais, câncer, psoríase, vitiligo) e afetar a qualidade de vida individual e de populações específicas (LIPP, 1996).

A educação física é uma experiência por vezes estressante, que pode ter um forte impacto em uma população jovem e potencialmente vulnerável. Embora se espere que os médicos sejam atenciosos, dedicados e empáticos com seus alunos, a experiência profissionalizante nas faculdades tem, muitas vezes, colaborado para que os futuros profissionais de educação física adquiram características contrárias às pretendidas (CATALDO NETO et al., 1998).

Um fator importante a considerar quando se analisa o estresse em estudantes Do curso de licenciatura em educação física (Diurno e noturno da Faculdade de Educação Física – FEF da Universidade Federal do Amazonas - UFAM) é a presença de certas características inerentes ao aluno que podem torná-lo mais vulnerável ao estresse como, por exemplo, o perfeccionismo ou traços obsessivo-compulsivos de personalidade. Traços obsessivo-compulsivos de personalidade, que podem ter facilitado a admissão do aluno na faculdade devido o processo seletivo concorrido, podem intensificar-se, tornando-se sintomas sob situações estressantes (CLAIR et al., 2004).

Estudos têm demonstrado alta prevalência de suicídio, depressão, uso de drogas, distúrbios conjugais e disfunções profissionais em pessoas comuns, que podem prejudicar o cuidado do paciente (LIMA et al., 2006). No Brasil, alguns pesquisadores também têm estudado transtornos mentais entre estudantes de medicina, e as investigações têm apontado prevalências expressivas de sintomas psiquiátricos e distúrbios mentais (FACUNDES & LUDERMIR, 2005). Por isso decidimos fazer a investigação no curso de licenciatura em educação física.

Assim, se as Faculdades de Educação Física e Fisioterapia da Universidade Federal do Amazonas possibilitam a aquisição de competências necessárias ao “bom” exercício do ofício, podem ser também o local onde se adquirem os hábitos que tornam estes estudantes e futuros profissionais susceptíveis aos transtornos decorrentes do estresse (GUTHRIE et al., 1998). Sugere-se que instituições formadoras estejam atentas a esse fato, estabelecendo intervenções voltadas ao acolhimento e ao cuidado com o sofrimento dos estudantes.

Cushway (1992) pontua que o início do *Burnout* pode se dar durante a fase acadêmica. Desenvolveu-se um estudo, em 2004, aplicando instrumentos validados para aferição do *Burnout* a todos os estudantes de três faculdades de medicina de Minnesota, EUA. Dos 1098 alunos, um total de 545 completou os questionários. A síndrome foi detectada em 239 estudantes, chegando-se à conclusão de que ela é comum e tende a crescer a cada ano de faculdade, enfatizando que, fatores pessoais e curriculares estão relacionados ao desenvolvimento do *Burnout* (DYRBYE, THOMAS & SHANAFELT, 2006).

Dórea (2007) fez um estudo sobre *Burnout* em uma Faculdade de Medicina do Rio de Janeiro e constatou que os acadêmicos participantes do internato, apresentaram, significativamente, maior exaustão emocional quando comparados aos não-internos. Na época do internato, o acadêmico participa intensamente das atividades práticas, é responsável direto por atendimentos e obrigado a rodar por várias especialidades. Além disso, uma peculiaridade caracteriza o curso de medicina: ao término do internato, os médicos recém-formados passam pela difícil etapa dos concursos de residência. Não é de se estranhar que o escore de exaustão emocional para os internos tenha sido elevado e superior ao escore dos não-internos (DÓREA, 2007).

A Síndrome de *Burnout* deve ser identificada cedo para prevenir a despersonalização da relação médico-paciente. Além disso, a síndrome pode causar sintomas, que podem afetar negativamente a qualidade de vida dos profissionais da saúde envolvidos (SHANAFELT, 2002). O parco conhecimento dos profissionais da saúde diretamente envolvidos com a temática, medicina e psicologia, dificulta seu diagnóstico e possibilidades de intervenção em nível local e global. Somente o avanço da ciência nesse campo, que envolve mais que a manifestação de uma doença ocupacional, refletindo-se em um contexto mais amplo, de relações de trabalho, saúde e produção,

pode conferir a credibilidade para que se possa, em um futuro próximo, influir sobre as políticas públicas de trabalho no plano nacional (CARLOTTO & CÂMARA, 2008).

A escassez de pesquisas sobre o *Burnout* torna relevante seu estudo nos alunados da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia – FEF da UFAM, como uma necessidade de obter dados locais que identifiquem a prevalência da Síndrome entre eles. Assim como de estabelecer uma relação direta entre a síndrome nos acadêmicos. Prevenir a Síndrome nos acadêmicos representa impedir que recém-formados cheguem ao mercado de trabalho potencialmente doentes. Certamente, alunos considerados saudáveis de acordo com os resultados que teremos dos instrumentos aplicados, possivelmente terão mais chance de dar origem a profissionais bem realizados, motivados e menos estressados no mercado de trabalho.

Este estudo visa alertar para a necessidade de intervir junto aos acadêmicos no sentido de prevenir as consequências negativas do *Burnout* e melhorar seu bem-estar e estilo de vida, promovendo recursos individuais e sociais importantes. Visa também deflagrar a importância do diagnóstico precoce e da intervenção enquanto eles ainda estão na Universidade. Com base nos dados coletados, poderão ser feitas ações juntamente com a Universidade nesse sentido.

O pesquisador indicou para aqueles em que a síndrome foi detectada (observada através dos instrumentos utilizados) um acompanhamento psicológico, feito pelo psicólogo orientador Prof. Dr. Thomaz Abdalla (docente da UFAM) que os atenderá e fará um encaminhamento para o Centro Integrado de Saúde – CAIS da UFAM, caso haja necessidade. **(TCLE – Em ANEXO).**

II - OBJETIVO

a) Objetivo Geral:

Alertar para a necessidade de intervir junto aos acadêmicos no sentido de prevenir as consequências negativas do *Burnout* e melhorar seu bem-estar e estilo de vida, promovendo recursos individuais e sociais importantes.

b) Objetivos Específicos:

- Identificar a distribuição fatorial através da avaliação do Inventário do Maslach Burnout (MBI) nos discentes do Curso de Licenciatura Diurno IB02 e Noturno IB16 da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia;
- Detectar sintomas de exaustão através do uso do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de LIPP (ISSL) nos acadêmicos do Curso de Licenciatura Diurno IB02 e Noturno IB16 da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia;
- Deflagrar a importância do diagnóstico precoce através do uso do Protocolo de Identificação do Estresse Acadêmico indícios de situações estressantes nos acadêmicos do Curso de Licenciatura Diurno IB02 e Noturno IB16 da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia.

III - FUNDAMENTAÇÃO TEORICA:

Segundo Carlotto e Gobbi, a definição de *Burnout* mais utilizada e aceita na comunidade científica é a fundamentada na perspectiva social-psicológica, sendo entendida como um processo e constituída por três dimensões: *Exaustão Emocional*, caracterizada pela falta ou carência de energia e um sentimento de esgotamento emocional; *Despersonalização*, definida como a falta de sensibilidade e a dureza ao responder às pessoas que são receptoras desse serviço e a *Baixa Realização Profissional*, que se refere a uma diminuição dos sentimentos de competência em relação aos ganhos pessoais obtidos no trabalho com pessoas (MASLACH & JACKSON, 1981).

A definição do *Burnout*, ao longo dos anos, tem-se mostrado algo bastante dinâmico. Uma primeira mudança foi considerar que a síndrome pode comprometer indivíduos de todas as ocupações e profissões, diferentemente da concepção original em que os estudos davam muita ênfase aos profissionais da área de saúde, de educação e de trabalhos sociais. Outro marco foi uma mudança de paradigma com a constatação de que a Síndrome de *Burnout* transcende a esfera ocupacional e pode envolver indivíduos em fase pré-profissional, em especial os estudantes, uma vez que estão expostos a agentes estressores semelhantes (SCHAUFELI, 2002).

O alargamento do conceito de *Burnout* em estudantes, ou seja, a uma atividade pré-profissional, embora já tenha emergido em alguns estudos dispersos ao longo dos anos, foi proposto com rigor e suporte empírico por Schaufeli e colaboradores em artigo publicado, em 2000. Este estudo confirmou a estrutura tri fatorial original do *Maslach Burnout Inventory* (MBI) de Maslach, Jackson e Leiter (1996). O conceito de *Burnout* em estudantes também se constitui de três dimensões: *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; e *Ineficácia Profissional*, caracterizada pela percepção de estarem sendo incompetentes como estudantes (CARLOTTO, NAKAMURA & CÂMARA, 2006).

A Síndrome de *Burnout* pode ser observada em todas as profissões, principalmente naquelas que envolvem altos níveis de estresse, tais como controladores de tráfego aéreo, bombeiros e, particularmente, profissionais da área de saúde, como os médicos. Isto se deve tanto às características inerentes à profissão - como convívio intenso com pacientes, intensidade das interações emocionais e a falta de tempo livre para lazer e férias - quanto às mudanças pelas quais a prática médica vem passando nos últimos 20 anos, que incluem progressivo declínio da autonomia profissional, diminuição do status social da profissão e aumento das pressões sofridas por estes profissionais. Globalmente, o *burnout* afeta um em cada dois médicos, sendo um terço deles afetado de forma importante e um décimo de forma severa, com características irreversíveis (GONZALEZ, 1998).

Maslach e Jackson (1981), na introdução do *Maslach Burnout Inventory* (MBI), enfatizam que membros de serviços de assistência e de instituições educacionais levam

tempo considerável envolvendo-se com outras pessoas e, com frequência, a interação profissional-cliente fica centrada em torno dos problemas do cliente, sejam eles psicológicos, sociais ou físicos. Levando em conta que as soluções para os problemas não são sempre óbvias e facilmente obtidas, cria-se uma situação mais ambígua e frustrante. Desta forma, o indivíduo que trabalha continuamente sob tais circunstâncias está mais sujeito ao *stress* crônico com comprometimento emocional, o que pode acarretar a Síndrome de *Burnout* (MASLACH & JACKSON, 1981).

Entre os agentes estressores da atividade médica podem ser citados: demanda de atendimento; pouco reconhecimento; reduzida participação nas decisões organizacionais; plantões; longa jornada de trabalho; dificuldade de promoção; equipe paramédica despreparada; absenteísmo na equipe; necessidade de atualização contínua; exposição constante a risco; pressão do tempo e urgências; burocracia na prática diária; convivência com o sofrimento e morte; responsabilidade civil e pessoal da prática médica; exigência na qualidade do atendimento; pacientes difíceis e problemáticos; problemas de comunicação e competição laboral; relacionamento com superiores; ambiente de trabalho inadequado; ausência de local privado para descanso nos intervalos; salário insuficiente (BENEVIDES-PEREIRA, 2002).

Os primeiros sentimentos negativos são direcionados aos desencadeantes do processo, ou seja, clientes e colegas de trabalho, posteriormente atingindo amigos e familiares e, por último, o próprio profissional. Sintomas físicos associados ao desgaste incluem cefaleia, alterações gastrointestinais e insônia, entre outros. As consequências da Síndrome de *Burnout* podem ser graves, incluindo desmotivação, frustração, depressão e dependência de drogas. O desgaste se reflete também nas relações familiares (separações, maus tratos) e no trabalho, determinando diminuição importante do rendimento e aumento de absenteísmo (TENA, 2002).

IV - METODOLOGIA

A presente pesquisa teve como desenho de estudo corte transversal analítico, no qual causa e efeito são detectados simultaneamente.

Nos **estudos analíticos [grifo nosso]** existe a formação de um grupo controle que serve para a comparação dos resultados. É um tipo de investigação onde a relação exposição-doença (estresse- não estresse) em uma população é investigada em um momento particular, fornecendo um retrato da situação naquele momento específico. Tomando o cuidado de não generalizar o resultado para outras situações, no nosso caso, fora do ambiente acadêmico universitário.

O estudo de corte transversal analítico tem como proposta de estabeleceu uma dada associação de exposição de um efeito específico, na nossa investigação é o efeito do estresse nos alunos dos cursos de licenciaturas diurno e noturno da FEEF/UFAM. Uma exposição de elementos estressores ou em relação algo que pode influenciar a saúde dos alunos. O efeito do adoecer através de situações estressantes (aversivas ao alunado) ou problema apresentado pelas pessoas. A exposição a elementos estressores pode levar um efeito comportamental de doença ou também a forma de aprender com os elementos estressores externos e internos, livrando do adoecer através do enfrentamento da situação que agredir o psicológico e o físico.

O termo Coorte vem do latim *cohorte* e significa originalmente as unidades de combate das legiões dos antigos romanos, identificadas nos campos de batalha pelo uniforme padronizado³. Representa uma razão entre as estimativas de risco entre os indivíduos expostos e não expostos. Na prática, utiliza-se a medida de incidência como uma estimativa do risco. Notamos as desvantagens e vantagens desta investigação que é necessário um acompanhamento (*follow up*) durante um tempo. No nosso caso apenas quatro meses. Isso é um limitador na investigação, mas pode nos auxiliou na observação de alguns indícios estressantes que podem ser definidos com a presença ou ausência do *burnout*.

Desvantagens: Alto custo relativo. Na maioria das vezes, os resultados são obtidos somente após longo prazo de acompanhamento. **Vantagens:** Produz medidas diretas de risco Possibilidade de análise de vários desfechos Simplicidade de desenho

³ Hoje o termo é utilizado para designar grupos homogêneos da população. Os estudos de coorte permitem a estimativa direta do risco de um determinado evento; é possível comparar dois grupos e determinar diretamente o risco de a exposição levar ao desfecho. São os únicos capazes de abordar hipóteses etiológicas produzindo medidas de incidência, e por seguinte, medidas diretas de RISCO.

Ausência de problemas éticos dos estudos experimentais. Facilidade de análise através de medidas estatísticas. Não iremos usar essas medidas, apenas observar a presença ou ausência de estressores⁴. Baixo custo; Alto potencial descritivo; Simplicidade analítica; rapidez, objetividade; facilidade de obter a amostra representativa da população de alunos da FEEF/UFAM.

No estudo transversal é analisado a causa e o efeito dos eventos estressores detectados simultaneamente; É somente a análise dos dados que permite identificar os grupos de interesse, “os expostos”, “os não expostos”, “os doentes” e os “sadios” Produz um retrato “instantâneo” da situação de saúde de uma população em relação a causa-efeito investigada; Também chamado de Estudo Seccional, Vertical ou Prevalência. Não podemos discorrer sobre riscos em estudos transversais devido:

Inicialmente nos estudos transversais⁵ identificamos mais prevalência de dada doença do que casos novos (incidência); ressaltamos que nem todos casos prevalentes são identificados em igualdade com aqueles óbitos antes do estudo de nossa investigação. Temos consciência de alunos que entram no curso superior com sintomas de estresses devido ao trabalho anterior ou atual. Também não é possível se estabelecer uma relação temporal entre a exposição e o início dos sintomas de estresses.

V - PROCEDIMENTOS

O primeiro passo foi a realização da coleta dos dados informativos: entramos em contato com o Diretor da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia – FEEF da Universidade Federal do Amazonas – UFAM, incluído o Coordenador Acadêmico e os Coordenadores dos Curso de Licenciatura Diurno IB02 (Dr. Lúcio Fernandes Ferreira) e Coordenadora do Curso de Licenciatura Noturna IB16 (MSc. Ida de Fátima de Castro Amorim Mourão), quando foi apresentado o objetivo da pesquisa de campo com a

⁴ Os ditos controles emparelhados ou emparelhamento de dados demográficos nos ajudam na seleção de controles para que sejam semelhante aos casos observados de estresses, através de controles para que sejam semelhantes na identificação de sintomas obtidos, tais como observar os dados de: a) IDADE; b) GÊNERO; c) ETNIA; d) CONDIÇÃO SÓCIOECONÔMICA; e) OCUPAÇÃO.

⁵ No Estudo Transversal a observação direta da distribuição de uma ou mais variáveis em uma (ou +) população, nos fornece uma breve “Fotografia” da população definida por critérios geográficos, temporais e/ou outros. Na obtenção das informações: 1 indivíduo = 1 único momento • Tempo de coleta: + curto possível • Censo ou amostragem • Amostragem aleatória ou não. Na representatividade do grupo estudado. No nosso caso alunos do curso de licenciatura diurno e noturna da FEEF da Universidade Federal do Amazonas – UFAM do setor sul dos campi.

finalidade de obter a autorização e o suporte para as aplicações dos instrumentos. Iremos respeitar os procedimentos éticos de acordo com a Resolução N. °: 196 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), relativo ao conteúdo que dizia respeito à investigação científica com seres humanos. Os discentes foram contatados e a participação foi voluntária. Atualmente a Coordenadora do Curso de Licenciatura Noturno IB 16 é a Dra. Inês Amanda Streit.

O segundo passo foi a entrega do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE para que os discentes assinem a anuência participativa à investigação.

O terceiro passo foi a aplicação dos instrumentos, depois a mensuração e interpretação dos resultados obtidos para elaboração dos resultados e discussões a serem feitas. Finalmente a participação de eventos científicos para divulgação da pesquisa acadêmica.

Os dados foram coletados mediante utilização de dois questionários autoaplicáveis, participaram deste, alunos do curso de educação física regularmente matriculados na Universidade Federal do Amazonas – UFAM.

A coleta de dados foi realizada nas dependências da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia – FEFf da Universidade Federal do Amazonas. Os dados dos acadêmicos de educação física tanto os que estudarão nas dependências do Bloco C da FEFf quanto do Bloco do "Paulo Burheim" (Ficamos na dependência do ensalamento de 2018 pela coordenação da FEFf). Todos os sujeitos da pesquisa foram procurados em suas respectivas salas de aula com o aval dos professores das disciplinas (do diretor e dos coordenadores diurno e noturno). Ressalto que alguns professores procuram complicar para liberar os alunos, mas não insistimos e procuramos ir nos horários de outros professores que atuaram como facilitadores. Foi um verdadeiro aprendizado comportamental, pois o estudo é de cunho preventivo através da análise transversal dos riscos expostos pelos estressores, não podemos esquecer que alguns professores representam os próprios estressores em não saberem valorizar os alunos e a consequência poder ser vista através da não aderência dos alunos ao curso, e isso pode levar a uma desistência do curso o que caracteriza a evasão tão comentada na educação superior. Este

dado vai ser melhor explicado e discutida nos resultados da pesquisa. No momento apenas o expomos a priori⁶.

Os alunos foram orientados a responder dois questionários, com base nas suas atividades e no seu estado emocional das últimas semanas, através de perguntas objetivas e que permitiram avaliar o nível de estresse e a qualidade de vida desses acadêmicos de educação física.

Um dos questionários que foi usado e construído para esta investigação científica foi o seguinte instrumento na pesquisa de campo realizada via *Google Forms* (feito para facilitar a obtenção das informações num curto tempo): **PROTOCOLO DE IDENTIFICAÇÃO DAS CAUSAS DO ESTRESSE ACADÊMICO ADAPTADO DO INVENTÁRIO DE BURNOUT DE MASLACH (MBI)**⁷, para avaliar a existência de *Burnout* em acadêmicos de Educação Física da universidade Federal do Amazonas – UFAM. O inventário foi traduzido e adaptado por Lautert em 1995, é auto aplicado e no caso usamos 17 itens. Na adaptação brasileira o instrumento foi detectado dificuldades em relação aos respondentes (sujeitos) da investigação ao se deparar com os itens, por isso que acompanhamos diretamente os alunos do Curso de Licenciatura Diurno IB02 e Noturno IB16.

O FORMULÁRIO DE PERSPECTIVA DO DISCENTE DE EDUCAÇÃO FÍSICA COM RELAÇÃO AO CURSO MINISTRADO com o intuito de observar a exaustão. Baseou-se em um modelo trifásico desenvolvido por Selye e inspirado e

⁶ Estudamos através da vasta literatura que são várias as condições que podem predispor o aluno do ensino superior a situações de "sofrimento em sala de aula", todas podendo de certa forma impactar na sua saúde física e mental dos alunos. Fatores relacionados ao ritmo de estudo (aprendizagem) e ao tempo (temporalidade de estudo no curso), exigência de alguns professores com cobranças de trabalhos, turnos à noite, pressões de familiares e também dos professores por maior rendimento do alunado, entre outras. Uma das principais dificuldades dessa área é o estabelecimento da relação de causalidade entre as doenças e o estudo no curso superior, ou seja, correlacionar os transtornos mentais e do comportamento ao estudo no ensino superior, com toda sua implicação para o homem e para as instituições de ensino superior. Outra dificuldade é identificar as situações laborais que estejam favorecendo o aparecimento e o agravamento dessas doenças que atingem os educadores também. Embora isso não faça parte do nosso objeto de estudo (O adoecer no trabalho do ensino superior).

⁷ A síndrome de *Burnout* é um processo que começa com um excessivo e prolongado nível de tensão ou estresse que produz a fadiga no trabalho, sentimento de estar exausto e irritabilidade (MASLACH, 1993). Este questionário tem como objetivo fazer um levantamento de alguns dos principais fatores que podem levar ao aparecimento dessa síndrome em discentes do curso de Educação Física da Universidade Federal do Amazonas – UFAM.

padronizado por Lipp e Guevara em 1994. Esclarecemos que no período da padronização deste instrumento, uma quarta foi incluída e nomeado como de quase-exaustão, devido estar entre a fase chamada de resistência e a de exaustão. Reforçamos que foi apenas uma inspiração, pois o instrumento da Lipp foi não recomendado pelo Conselho Federal de Psicologia e ainda está em processo de liberação para ter seu processo aprovado ou não. Só serviu como inspiração, mas os itens foram construídos por nós mesmos.

O instrumento só poderá ser aplicado pelas duas alunas de psicologia, acompanhadas e supervisionadas pelo coordenador do projeto que tem a formação em psicologia devido o teor de investigação de psicologia clínica. Também usaremos o **FORMULÁRIO DE PERSPECTIVA DO DISCENTE DE EDUCAÇÃO FÍSICA COM RELAÇÃO AO CURSO MINISTRADO** foi elaborado pela equipe da ação de extensão universitária do PIBEX - **REGISTRO PROEXTI: 054/2018 PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO** da Universidade Federal do Amazonas – UFAM, para que pudéssemos identificar alguns indícios de estresse. Foi elaborado para esta pesquisa com o objetivo de determinar o estilo de vida dos estudantes e as principais causas de estresse e transtornos mentais (Anexo) consta de perguntas objetivas abordando os seguintes aspectos: hábitos alimentares, consumo de álcool ou drogas estimulantes, horas de sono, atividades extracurriculares, causas de estresse e sua perspectiva com relação ao término do curso, com o objetivo de traçar um perfil destes estudantes (LOUREIRO et al., 2008; SILVA et al., 2006; SOUZA et al., 2002). Os alunos do Curso de Educação Física – Licenciaturas Diurna (IB02) e noturna (IB16) que irão participar do estudo serão orientados a responder o questionário e o Protocolo de Identificação das Causas do Estresse Acadêmico (PICEA) com base nas suas atividades e no seu estado emocional das últimas semanas, as perguntas são objetivas (algumas abertas para facilitar a interpretação dos dados qualitativos) e avaliavam o nível de estresse (*Burnout*). Foram postados na plataforma do *Google Forms* que nos facilitou na obtenção de dados estatísticos e a partir dessa etapa foi realizada a interpretações dos dados obtidos através dos instrumentos mencionados acima. Com os resultados dos instrumentos que foram aplicados no período de quatro (04) meses pretendíamos com o estudo devolver os resultados para a comunidade acadêmica de Faculdade de Educação Física e Fisioterapia – FEFF da Universidade Federal do Amazonas – UFAM, principalmente para os alunados do Curso de Educação Física – Licenciaturas Diurna (IB02) e noturna (IB16) que

participaram do estudo. Os dados também foram enviados para a Coordenação dos cursos em questão.

NOME COMPLETO	UNIDADE	DEPART. e/ou CURSO	CARGA HORÁRIA
Thomaz Décio Abdalla Siqueira	FEFF	FEFF/UFAM	4
Artemis de Araújo Soares	FEFF	FEFF/UFAM	4
Jociani Andrade Reuse	Instituto WP		8
Rakelen Ribeiro de Menezes	Centro Universitário Uninorte	Centro Universitário Uninorte	8
Lorena Cristier Nascimento de Araújo	FEEF	FEEF/UFAM	8
Sara Souza Martins	CPA	UFAM	8
Carla de Oliveira Duarte	Faculdade Martha Falcão	Faculdade Martha Falcão	8
Nelzo Ronaldo de Paula Cabral Marques Junior	FEFF	FEFF/UFAM	20
Manoel Joaquim Ramos Neto	FEFF/UFAM	FEFF/UFAM	8
Jefferson Fernandes de Souza	CHS/UFAM	CHS/UFAM	20
Miryammiss Ibrahim As'ad	UNINORTE - LAUREATE	UNINORTE - LAUREATE	8

Quadro 1: Equipe do projeto PIBEX 2018/ 054/2018.

Profissionais que participaram do Projeto PIBEX 2018 REGISTRO PROEXTI: 054/2018
<p>Esclareço que as pessoas terão atividades diferenciadas. No caso das psicólogas serão a aplicações dos instrumentos específicos da área.</p> <ol style="list-style-type: none"> Lorena Cristier Nascimento de Araújo (Fisioterapeuta – Cargo: Técnica de Fisioterapia/ E-mail: fisioterapeuta@gmail.com CREFITO N.º 148026 Jociani Andrade Reuse - Psicóloga - CRP N.º: 20/07523 E-mail: jocireuse@gmail.com Rakelen Ribeiro de Menezes - Psicóloga - CRP N.º: 20/07092 E-mail: rakelenribeiro@hotmail.com Carla de Oliveira Duarte – Bióloga E-mail: carla.duarte001@hotmail.com

Quadro 2: Equipe dos Profissionais inseridos no projeto PIBEX 2018/ 054/2018.

VI - REFERÊNCIAS:

BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria Teresa; MORENOJIMÉNEZ, Bernardo. O *burnout* em um grupo de psicólogos brasileiros. In: CONGRESSO INTERAMERICANO DE PSICOLOGIA DA SAÚDE, 2001, São Paulo. Anais... 2001. v. I. p. s/n.

BENEVIDES-PEREIRA, Ana Maria Teresa. A síndrome de *burnout* em estudantes de medicina. In: II CONGRESSO IBEROAMERICANO DE PSICOLOGIA, 1998, Madri. Livro de Resumos do II Congresso Ibero-americano de Psicologia... 1998. p. 374-375.

CARLOTTO, M. S., GOBBI, M. D. Síndrome de burnout: Um problema do indivíduo ou do seu contexto de trabalho? Revista Alethéia, Canoas, v. 10, p.103-104. 1999.

CARLOTTO, M. S., NAKAMURA, A. P., CÂMARA, S.G. Síndrome de *burnout* em estudantes universitários da área da saúde. Revista PSICO, Porto Alegre, v. 37, n. 1, p. 57-62, jan./abr. 2006.

CARLOTTO, M. S., CÂMARA, S. G. Análise da produção científica sobre a síndrome de *burnout* no Brasil. Revista PSICO, Porto Alegre, v. 39, n. 2, p. 152-158, abr./jun. 2008.

_____. Características psicométricas do Maslach *burnout* inventory - Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários brasileiros. Revista Psico-USF, São Paulo, v. 11, n. 2, p. 167-173, jul./dez. 2006.

_____. Propriedades psicométricas do Maslach *burnout* inventory em uma amostra multifuncional. Revista Estudos de Psicologia, Campinas, v. 24, n.3, p. 325-332, jul./set. 2007.

CATALDO NETO, A.; CAVALET, D.; BRUXEL, D. M.; KAPPES, D.S.; SILVA, D.O.F. O estudante de medicina e o estresse acadêmico. *Revista de Medicina da PUCRS*, 1998. v. 8, n. 1, p. 6-12.

CLAIR, J.; WILSON, D.; CLORE, N. Assessing the health of future physicians: an opportunity for preventive education. *Journal of Continuing Education of Health Professionals*, 2004. v. 24, n. 2, p. 82-89.

CORDEIRO, J.C. Dias. Manual de psiquiatria clínica. Serviço de Educação Fundação Calouste Gulbekian. Lisboa, 2ª Ed, 2002.

CUSHWAY, D. Stress in clinical psychology trainees. *British Journal of Clinical Psychology*, v. 37, p. 337-341. 1992.

DÓREA, Marcos Pereira Tavares. Avaliação da síndrome de *burnout* no corpo discente de uma faculdade privada de medicina da região serrana do Estado do Rio de Janeiro. 2007. 95f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.

DYRBYE, L.N., et al. Systematic review of depression, anxiety, and other Indicators of psychological distress among U.S. and canadian medical students. *Academic medicine*. v. 81, n.4, p.354-373. April. 2006.

FACUNDES, Vera Lúcia Dutra; LUDEMIR, Ana Bernarda. Common mental disorders among health care students. *Rev. Bras. Psiquiatr.* 27(3):194-200, 2005.

FONSECA, Antônio Fernandes. Psiquiatria e psicopatologia. Serviço de Educação Fundação Calouste Gulbekian. Lisboa, 2ª Ed, 1997. LIPP, M. Stress: conceitos básicos. In M. Lipp (Org.), *Pesquisas sobre stress no Brasil: Saúde, ocupações e grupos de risco*. São Paulo: Papirus, 1996. p. 17-31.

_____. Psiquiatria e psicopatologia. Serviço de Educação Fundação Calouste Gulbekian. Lisboa, 2ª Ed, 1997.

FREUDENBERGER, H. J. Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30,159-165, 1974.

GONZALEZ RP, GONZALEZ JFS. Prevalencia del síndrome de *burnout* o desgaste profesional en los médicos de atención primaria. *Revista Atención Primaria*. v.22, p.580-584. 1998.

GUTHRIE, E. et al. Psychological stress and burnout in medical students: a five-year prospective longitudinal study. *J. Royal Society Med*, 1998. v. 91, p. 237-243.

LAUTERT, L. O desgaste profissional do enfermeiro. Tese de doutorado Não-Publicada, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Pontifícia de Salamanca - Faculdade de Psicologia, Salamanca, 1995.

NOGUEIRA-MARTINS, M.C.F. Humanização das relações assistenciais: a formação do profissional de saúde. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002. 130p.

SHANAFELT, T.D., et al. Burnout and self-reported patient care in an internal medicine residency program. *Ann Intern. Med.* v.136, n.5, p.358-367. 2002.

TAMAYO, Maurício Robalo. Relação entre a síndrome de *burnout* e os valores organizacionais no pessoal de enfermagem de dois hospitais públicos. 1997. Dissertação (Mestrado em Psicologia Social e do Trabalho) – Instituto de Psicologia, Universidade de Brasília, Brasília.

TENA, S.P., et al. Desgaste profesional en los médicos de atención primaria de Barcelona. *Revista de Medicina Familiar y Comunitaria*, v.12, n.10. dez. 2002.

TUCUNDUVA, L.T.C.M, et al. A Síndrome da estafa profissional em médicos cancerologistas brasileiros. *Revista Associação Medica Brasileira*, São Paulo, v. 52, n.2, p.108-112. mar./abr. 2006.