



Revista
Educar Mais

Síndrome de Burnout na adolescência: uma análise no período pandêmico em uma instituição da rede pública federal

Burnout syndrome during adolescence: an analysis in the pandemic period in a federal public institution

Síndrome de Burnout en la adolescencia: un análisis del periodo de pandemia en una institución de la red pública federal

Daniela Copetti Santos¹; Bruna Kern²; Tatiana Zimmer Balin³; Henrique Scalco⁴; Teo Limberger Limberger⁵; Katia Moura⁶

RESUMO

A Síndrome de Burnout (SB) é definida como uma desordem mental, tendo como principais características o esgotamento de energia, a falta de realização profissional, o desgaste emocional, a descrença e o sentimento de incompetência do indivíduo. Características essas que são agravadas pelo período pandêmico, fazendo com que seja necessária a observação e avaliação desses fatores, os quais vem sendo frequentemente apresentados pelos jovens que frequentam o ensino médio, pois a adolescência é um período com diversas mudanças biológicas e psicológicas. Sendo assim o objetivo deste estudo é identificar aspectos de saúde e fatores relacionados à SB entre estudantes do Ensino Médio Integrado do Instituto Federal Farroupilha por meio do uso do questionário para avaliação de Burnout "Maslach Burnout Inventory for students (MBI-SS)". Constatamos que cerca de 79% dos alunos teriam sintomas relacionados a SB, notando algumas semelhanças fatoriais comparadas com a atual bibliografia, fazendo-se necessário mais pesquisas.

Palavras-chave: Síndrome de Burnout; Qualidade de vida; Saúde Mental; Pandemia; Adolescência.

ABSTRACT

Burnout Syndrome (BS) is defined as a mental disorder, with the main characteristics of energy depletion, lack of professional fulfillment, emotional exhaustion, disbelief and the individual's feeling of incompetence. These characteristics are aggravated by the pandemic period, making it necessary to observe and evaluate these factors, which have been presented by young people who attend high school, as adolescence is a period with several biological and psychological changes. Therefore, the objective of this study is to identify the health aspects and factors related to BS among students of Integrated High School at the Federal Farroupilha Institute through the use of the questionnaire to assess burnout "Maslach Burnout Inventory for students (MBI-SS)". We

¹ Doutora em Ciências Biológicas e Professora efetiva do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Farroupilha (IFFar), Santa Rosa/RS - Brasil. E-mail: daniela.copetti@iffarroupilha.edu.br

² Licencianda do Curso de Ciências Biológicas no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Farroupilha (IFFar), Santa Rosa/RS - Brasil. E-mail: bruninhakern83@gmail.com

³ Estudante do Curso Técnico em Edificações do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Farroupilha (IFFar), Santa Rosa/RS - Brasil. E-mail: tatiana.2019305979@aluno.iffar.edu.br

⁴ Graduado em Gestão Ambiental e Licenciando em Ciências Biológicas no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Farroupilha (IFFar), Santa Rosa/RS - Brasil. E-mail: henriquescalco@gmail.com

⁵ Graduando em Psicologia e Pesquisador que atua na linha de pesquisa sobre Síndrome de Burnout, Ijuí/RS - Brasil. E-mail: teo.limberger@sou.unijui.edu.br

⁶ Assistente Social do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Farroupilha (IFFar), Santa Rosa/RS - Brasil. E-mail: katia.moura@iffarroupilha.edu.br

found that about 79% of the students would have symptoms related to BS, noting some factorial similarities compared to the current bibliography, making more research necessary.

Keywords: Burnout Syndrome; Quality of life; Mental health; Pandemic; Adolescence.

RESUMEN

El Síndrome de Burnout (SB) se define como un trastorno mental, cuyas principales características son el agotamiento energético, la falta de realización profesional, el agotamiento emocional, la incredulidad y el sentimiento de incompetencia del individuo. Estas características se ven agravadas por el período pandémico, por lo que es necesario observar y evaluar estos factores, que con frecuencia han sido presentados por jóvenes que cursan estudios secundarios, porque la adolescencia es un período con varios cambios biológicos y psicológicos. Así, el objetivo de este estudio es identificar aspectos de salud y factores relacionados con la BS en estudiantes de Bachillerato Integrado del Instituto Federal Farroupilha mediante el uso del cuestionario de evaluación del burnout "Inventario de Burnout Maslach para estudiantes (MBI-SS)". Encontramos que alrededor del 79% de los estudiantes tendrían síntomas relacionados con BS, observando algunas similitudes factoriales en comparación con la bibliografía actual, lo que hace necesaria más investigación.

Palabras clave: Síndrome de burnout; Calidad de vida; Salud mental; Pandemia; Adolescencia.

1. INTRODUÇÃO

A qualidade de vida (QV) tem despertado crescente interesse nas últimas décadas, entretanto, não existe uma definição consensual que simbolize totalmente a QV, pois envolve diversos aspectos individuais. Alguns autores a retratam como um conceito de ausência de doenças, outros passam a atribuir um conceito mais amplo os quais incluem aspectos físicos, psicológicos, relações sociais, ambiente e a espiritualidade. Apesar da relação evidente entre os dois, a afirmação de que a QV é o mesmo que ser saudável, reduz a um único aspecto do bem-estar humano (RAMOS E NASCIMENTO, 2017).

Partindo do crescimento populacional e de alguns movimentos, tais como o ambientalista na década de 80, o questionamento dos modelos de bem-estar predatórios agregou à noção de conforto, bem-estar e QV, a perspectiva da ecologia humana, a qual trata do ambiente biogeoquímico e os conjuntos de relações que os seres humanos estabelecem entre a própria natureza (Sutton E Anderson, 2014). A sociedade atual, caracterizada pelo progresso tecnológico, padronização de perfis, tanto estéticos quanto intelectuais, culturais e corporais gera uma alta demanda para o indivíduo, sendo todos esses elementos prejudiciais para a QV (PEREIRA; ZUFFO; MOURA, 2019).

Com base nessas premissas, a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2015), por meio de sua divisão de Saúde Mental, definiu QV como a "percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e do sistema de valores em que vive, em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões, preocupações e desejos" (WHOQOL GROUP, 1995, p. 1405). Na tentativa de se adaptar a esses padrões impostos, há a possibilidade de um desequilíbrio ao considerar a capacidade individual e as exigências do ambiente, denominado estresse (MARQUES; GASPAROTTO; COELHO, 2015).

Devido às exigências mercadológicas e sociais do século 21, o estresse tem aumentado na vida das pessoas em diversos segmentos, incluindo o âmbito estudantil (TUOMINEN- SOINI; SALMELA- ARO, 2014; MARQUES; GASPAROTTO; COELHO, 2015). Isso tudo traz problemas para a saúde psíquica dos indivíduos, tornando-os mais propensos a respostas psicobiológicas decorrentes disso, como

doenças, distúrbios, ou síndromes, comumente observadas em casos de ansiedade, estresse e até mesmo de Síndrome de Burnout (SB) (COSTA; POLES; SILVA, 2016).

O estresse é caracterizado como uma reação psicofisiológica que atinge todo o organismo mediante situações de confrontos que indagam o medo, irritação, excitação ou confusão. Configura-se por um complexo processo bioquímico estabelecido quando o sujeito se depara com o agente estressor (PRADO, 2016). Pessoas submetidas a eventos diários que tenham elevada carga emocional, principalmente aqueles que trabalham em contato intenso com outras pessoas em situações de fragilidade, como médicos, enfermeiros, professores ou policiais, estão mais propensas a ter a SB (EMSLEY; EMSLEY; SEEDAT, 2009; HILL, et al., 2010).

No Brasil, 30% da população economicamente ativa já atingiu algum estado de estresse causado por pressão excessiva, ultrapassando a porcentagem nos Estados Unidos (20%) e ficando atrás somente do Japão, que apresenta uma porcentagem de 70% (SANTOS, 2017).

A SB é definida como uma desordem mental e tem como principais características o esgotamento de energia, a falta de realização profissional, o desgaste emocional, a descrença e/ou o sentimento de incompetência do indivíduo (CAMPOS, et al. 2012). Ela foi estudada pela primeira vez na década de 70 pelo psicanalista Freudenberger, definindo-a como consequência do trabalho intenso, sem atenção às próprias necessidades, que pode levar ao esgotamento tanto físico como emocional (BARLEM, 2013).

Alguns autores, como Mitchell e Bray (1990 apud BARTHOLLO, 2016), ainda apresentam os sintomas em diferentes fases: 1ª fase (fase do aviso): os primeiros sinais são de natureza emocional como ansiedade, depressão, tédio, apatia e fadiga emocional. Podendo assim levar até um ano para aparecer, sendo que pode ser revertida com pequenas mudanças na rotina do indivíduo; 2ª fase (fase dos sintomas moderados): se ignorados os sintomas da fase anterior, eles se agravam e trazem consigo outros sintomas físicos como: distúrbios do sono, dores de cabeça, resfriados, problemas estomacais, dores musculares, fadiga física e emocional, irritabilidade, isolamento e depressão; 3ª fase (fase da consolidação): por fim, experienciam-se sintomas como fadiga emocional e física generalizada, abuso de substâncias, como álcool, medicamentos e cigarros. Também há o desenvolvimento de outras doenças como pressão alta, problemas cardíacos, enxaqueca, alergias, sendo a de pele mais comum, redução de apetite, perda de interesse sexual, ansiedade, choros constantes, depressão e pensamentos rígidos. Neste estágio torna-se necessário auxílio médico e psicológico urgente e por muitas vezes, afastamento do local ou mudança de função no trabalho.

Em maio de 2019, a SB foi incluída na CID-11, a qual entrará em vigor a partir de janeiro de 2022. Essa síndrome está propositalmente fora do capítulo que trata dos transtornos mentais, comportamentais ou do neurodesenvolvimento, portanto, trata-se de uma síndrome conceituada como resultado do estresse crônico no local de trabalho, que não foi gerenciado de forma adequada (OPAS, 2019). A expansão do conceito de burnout em acadêmicos, ou seja, a uma atividade pré-profissional, apesar de já ter sido constatada em algumas pesquisas no decorrer dos anos, só foi proposta com rigor e suporte empírico por Schaufeli et al., (2002), cujo estudo confirmou a estrutura trifatorial original do Maslach Burnout Inventory (MBI) de Maslach et al. (1997), instrumento que avalia o burnout em trabalhadores (VICENTE; OLIVEIRA; MAROCO, 2013).

O trabalho constitui uma característica geral e genérica da ação humana. Para Marx (1867/1965), o trabalho é em essência um ato que se passa entre o homem e a natureza. Ao mesmo tempo em que age por esse movimento sobre a natureza exterior e a modifica, ele modifica sua própria natureza e desenvolve suas faculdades aí adormecidas. Sendo assim, não podemos pensar em trabalhadores como apenas os que exercem uma profissão de maneira a obter lucro, mas sim como a ação do homem com o meio, sem a necessidade de uma materialização ou comercialização de seu trabalho, fazendo com que consideremos o estudo como trabalho (HIRATA, 2003).

Alunos dos mais variados níveis de ensino têm sido motivo de estudo, principalmente aqueles que cursam o ensino médio, já que ele constitui a última etapa da educação básica, sendo pré-requisito para o ingresso no ensino superior. Nessa etapa, os estudantes se deparam com uma imensidão de ideias, tais como decidir qual rumo profissional seguir ao mesmo tempo que se prepararam para a realização dos exames admissionais. Esse preparo é considerado uma situação estressora ambiental duradoura, podendo gerar importantes efeitos psicopatológicos nos educandos (SILVA, et al., 2019). O momento de escolha profissional constitui período muito conflituoso para eles, já que além das próprias dificuldades da idade, bem como as mudanças biológicas e psicológicas que experienciam, estes ainda devem considerar as implicações que suas escolhas trarão ao seu futuro (FARIA; WEBER; TON, 2012; GONZAGA; SILVA; ENUMO, 2016).

Desse modo, a síndrome entre estudantes compreende: exaustão emocional, descrita pelo sentimento de estarem exaustos 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 (SCHAUFELI, et al., 2002).

Segundo Guimarães et al. (2015), a ansiedade e o estresse podem vir a trazer consequentes patologias quando são exagerados, descontrolados, desproporcionais em relação ao estímulo, ou até mesmo quando distorcem substancialmente do estado real do indivíduo, podendo prejudicar seu raciocínio e o desempenho de atividades diárias, afetando assim a QV dele. A falta de estratégias de enfrentamento adequadas para lidar com os desafios sociais e acadêmicos, podem levar o jovem a tornar-se um adulto também vulnerável a problemas emocionais e comportamentais (TRICOLI, 2010).

No decorrer da vida estudantil, muitas são as instituições que criam programas para acompanhar a QV desse estudante, o Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Farroupilha (IFFar) conta com o Programa Permanência e Êxito (PPE) que tem o objetivo de diminuir os índices de evasão e retenção. Essa preocupação surgiu, também, a partir dos dados apresentados pelo Tribunal de Contas da União em 2013, apontando a alta evasão na Rede Federal de Educação Profissional e Tecnológica. A partir disso, as instituições iniciaram um processo de implantação de um plano de monitoramento da evasão e da retenção (BRASIL, 2014).

Vários são os fatores que poderão estar relacionados à evasão e à retenção, entre eles estão as questões individuais dos alunos, como a adaptação à vida acadêmica; capacidade de aprendizagem e habilidade de estudo; compatibilidade entre a vida acadêmica e as exigências do mundo do trabalho; escolha precoce da profissão; formação escolar anterior; informação a respeito do curso; participação e envolvimento em atividades acadêmicas; questões de saúde do estudante ou de familiar; e questões financeiras do estudante ou da família, além de todos os fatores intrínsecos à

própria instituição como a infraestrutura, o currículo, a gestão administrativa e didático-pedagógica (BRASIL, 2014).

O apoio pedagógico oferecido pelo IFFar é desenvolvido pela equipe multiprofissional, composta por psicólogos, assistentes sociais, médicos, enfermeiros, dentistas, técnicos de enfermagem, que retomam a importância do cuidado com a saúde do estudante de forma completa, ou seja, as equipes multiprofissionais nos IFs têm como objetivo a prevenção de possíveis doenças e a promoção da saúde que assegurem a permanência do estudante (BRASIL, 2012).

A Política de Assistência Estudantil do IFFar tem como primeiro objetivo a promoção do “acesso e a permanência na perspectiva da inclusão social e democratização do ensino” (2012, p. 3), desenvolvida conjuntamente com os outros setores pedagógicos do Campus. A SB já foi estudada em alguns Campi do IF Farroupilha, entre os professores (KMIECIK, et al., 2019), porém não existem estudos publicados referentes aos alunos. Dentro desse contexto, levando em consideração a SB, o Programa de Permanência e Êxito do IFFar e a QV de nossos alunos, buscaremos conhecer a realidade deles, identificando aspectos de saúde e fatores relacionados à síndrome através da mensuração da sintomatologia entre os estudantes do Ensino Médio do IFFar- Campus- Santa Rosa.

2. METODOLOGIA

O estudo proposto se caracteriza como quantitativo, de caráter descritivo e convergente-assistencial. Leopardi (2002, p. 120) ressalta que a pesquisa descritiva tem como característica “explorar uma situação não conhecida, da qual se tem necessidade de maiores informações. Explorar uma realidade significa identificar suas características, sua mudança ou sua regularidade”. Este tipo de método aplica-se a investigações sociais referentes a grupos particulares. Também oferece a possibilidade de novas abordagens. Na investigação, novos conceitos podem ser criados ou revisados (MINAYO, 2010, p.57).

A pesquisa convergente-assistencial (PCA) compromete-se com a melhoria do contexto social do pesquisado, não se propõe a generalizações; pelo contrário, é conduzida para descobrir realidades, resolver problemas específicos ou introduzir inovações em situações específicas, em determinado contexto da prática assistencial; portanto se caracteriza como trabalho de investigação, porque se propõe a refletir sobre a prática assistencial a partir de fenômenos vivenciados no seu contexto, o que pode incluir construções conceituais inovadoras.

O conceito de convergência na PCA é o “entrecruzamento de ações de assistência com as ações de pesquisa, encontro esse que proporciona possibilidades de leitura e descoberta de novos fenômenos” [...] É orientada por seus próprios atributos: imersibilidade; simultaneidade; expansibilidade e dialogicidade” (TRENTINI; PAIM; SILVA, 2017, p. 1; 3).

A pesquisa foi realizada no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Farroupilha (IFFar) - Campus Santa Rosa, entre agosto de 2020 a fevereiro de 2021. Foram convidados a participar da investigação todos os alunos dessa instituição que estavam com a matrícula ativa e frequentando o Ensino Médio Integrado nesse momento. Estudantes que estavam afastados por algum motivo (saúde, faltas sem justificativa, entre outros) a mais de 15 dias durante a coleta dos dados foram excluídos do estudo. O questionário foi enviado para o WhatsApp das turmas envolvidas no estudo, porém cada estudante deveria responder individualmente.

Esse estudo foi autorizado pela direção de ensino do Campus envolvido, tendo o apoio de profissionais do Setor de Apoio Pedagógico (SAP) para que estivéssemos sendo assessorados durante o desenvolvimento dele. Os alunos participantes desta pesquisa responderam esse questionário via Google Forms, não havendo a identificação pessoal de nenhum deles.

Como instrumento da coleta de dados e tendo como finalidade avaliar os sintomas da SB, foi utilizado o "Maslach Burnout Inventory – Student Survey (MBI-SS)" (MAROCO; TECEDDEIRO, 2009). O inventário é constituído por 15 itens subdivididos em três dimensões: exaustão emocional, descrença e eficácia profissional. Cada item deve ser avaliado em uma pontuação que vai de 0 a 6, sendo 0 nunca, 1 uma vez por ano ou menos, 2 uma vez por mês ou menos, 3 algumas vezes por mês, 4 uma vez por semana, 5 algumas vezes por semana e 6 todos os dias, sendo todas as perguntas diretas e objetivas.

Entre as perguntas presentes no questionário, estão:

1. Sinto-me emocionalmente esgotado pelos meus estudos;
2. Questiono o sentido e a importância de meus estudos;
3. Tenho aprendido muitas coisas interessantes no decorrer dos meus estudos;
4. Sinto-me esgotado no fim de um dia em que tenho aula;
5. Durante as aulas, sinto-me confiante: entrego as tarefas prontas de forma eficaz;
6. Sinto-me cansado quando me levanto para enfrentar outro dia de aula;
7. Sinto-me estimulado (a) quando concluo com êxito a minha meta de estudos;
8. Estudar e frequentar as aulas são, para mim, um grande esforço;
9. Tenho me tornado menos interessado em meus estudos desde que me matriculei nesta instituição;
10. Tenho me tornado menos interessado nos meus estudos;
11. Considero-me um (a) bom (a) estudante;
12. Sinto-me consumido pelos meus estudos;
13. Posso, efetivamente, resolver os problemas que surgem nos meus estudos;
14. Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos;
15. Acredito que eu seja eficaz na contribuição das aulas que frequento.

De acordo com o MBI-SS, a dimensão exaustão emocional poderá ser classificada em baixo (0– 9), moderado (10–14) e alto (>14); a dimensão descrença classificado em baixo (0–1), moderado (2–6) e alto (>6); a dimensão eficácia profissional classificado em baixo (≤ 22), moderado (23–27) e alto (≥ 28). O indivíduo será considerado portador dessa síndrome quando sua pontuação atingir escore alto para exaustão (escore maior que 14), escore alto para descrença (escore maior do que 6) e escore baixo para eficácia profissional (escore menor que 23).

Através das respostas dos alunos, foi possível verificar se eles possuíam ou não algum fator relacionado aos sintomas da SB e caso apresentem serão construídas estratégias de enfrentamento para o problema, sendo possível dessa forma atendê-lo e ter um cuidado maior para com a saúde desse indivíduo. Através desse cuidado buscamos fazer com que o discente encontre na instituição um lugar seguro, tranquilo e que assegure a sua permanência.

O aluno teve a plena liberdade de não participar dessa pesquisa, podendo se retirar a qualquer momento, mesmo após o início da coleta de dados e do preenchimento dos questionários. Na análise de resultados, utilizamos o Programa Microsoft Excel 2019.

Este estudo foi aprovado pela Comissão de Ética de Pesquisas em Seres Humanos e pela Plataforma Brasil, com número de protocolo 30921720.8.0000.5574 cumprindo assim o recomendado na Resolução nº 510, de 2016, e da Norma Operacional nº 001/2013, de 30 de setembro de 2013, do Conselho Nacional de Saúde/Ministério da Saúde.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na pesquisa participaram 87 alunos do Ensino Médio Integrado, sendo 33 do Curso de Edificações e 54 de Móveis, cursos esses oferecidos pelo Instituto Federal Farroupilha – Campus Santa Rosa. Entre os alunos que frequentam o Curso de Edificações 17 eram do primeiro ano, 10 do segundo ano e 7 do terceiro ano, a mesma análise foi realizada para o Curso de Móveis, sendo 27 do primeiro ano, 14 do segundo ano e 12 do terceiro ano (Quadro 1). Dos participantes todos tinham entre 15 a 18 anos de idade.

Quadro 1. Características sociodemográficas de estudantes dos cursos de Edificações e Móveis (n=87) de Brasil, 2020.

Variáveis	Categorias	Número	%
Curso Técnico	Edificações	33	39
	Móveis	54	61
Gênero	Feminino	56	64,4
	Masculino	30	34,5
	Não se identificou	1	1,1
Zonas	Urbana	74	85
	Rural	13	15

Fonte: Os autores da pesquisa.

O questionário foi composto com perguntas baseadas em sinais significativos da manifestação da SB, como esgotamento, sentimento de desistência, desesperança dos alunos em sua capacidade de atingir as metas propostas para eles, tanto pela instituição na qual estudam quanto, principalmente, suas próprias metas.

Começando pelas questões que nos trazem a relação de exaustão, quando os alunos foram questionados a respeito de sentirem-se esgotados emocionalmente devido aos seus estudos, 42,5% responderam que se sentem assim algumas vezes por semana. Alguns dos prováveis motivos para essa resposta são, a falta de interação professor-aluno, a qual se deve à ausência de aulas presenciais devido à pandemia do vírus da COVID-19. Destacamos, ainda, que a relação professor-aluno é uma forma de interação que dá sentido ao processo educativo, já que é no coletivo que os sujeitos elaboram conhecimentos, sendo que sua dinâmica abrange todos os aspectos englobando assim as suas condições de vida, sua relação com a escola e compreensão do conhecimento a ser estudado (SILVA; NAVARRO, 2012).

A respeito de questionar o sentido e a importância de seus estudos, 71,2% dos alunos se questionam pelo menos algumas vezes por mês, sendo que 16,1% desses alunos se questionam todos os dias. Isso pode estar relacionado à escolha precoce de curso técnico, o que poderia levar os alunos a continuarem seus estudos como uma obrigação (ZAVAREZE, 2008). Ao mesmo tempo, esse resultado também está ligado aos elevados índices de exaustão e descrença que foram evidenciados pela pesquisa, podendo ter suas origens ligadas mais à vida pessoal do que à vida acadêmica, tendo em vista que a pandemia nos traz diversos questionamentos em relação ao futuro em um âmbito geral.

Reforçando essa ideia, quando questionados sobre aprender coisas interessantes no decorrer dos estudos, 34,5% destacaram que aprendem algo interessante algumas vezes por semana e 26,4% todos os dias, demonstrando que, mesmo com as dificuldades enfrentadas nesse período, o interesse e engajamento com o conteúdo estão presentes na maioria dos alunos.

Quando questionados sobre sentir-se esgotados ao fim de um dia de aula, 36,8% responderam que se sentem esgotados todos os dias, outros 41,4% responderam algumas vezes por semana. A SB apresenta uma série de sintomas, como sentimentos de indefesa e desesperança, carência de entusiasmo no trabalho e na vida em geral (ESTEVES-FERREIRA; SANTOS; RIGOLON, 2014). Além desses sintomas, outra questão que pode ter levado a este elevado índice é a alta carga horária combinada com os desafios da idade, pois os alunos além de estarem matriculados no ensino médio também estão matriculados no curso técnico, o que por muitas vezes acaba sobrecarregando os estudantes, tudo isso somado às dificuldades do ensino remoto, as quais vão desde a organização do aluno até mesmo a conciliar os estudos com as tarefas domésticas, todas esses itens levam a uma maior defasagem educacional e aumento de síndromes como a própria SB e ansiedade (RIBEIRO JUNIOR, et al., 2020).

Sobre sentir-se confiante e entregar as tarefas em dia, 49,4% responderam que sim sente-se confiantes em relação às entregas algumas vezes por semana e 26,4% responderam todos os dias, nos levando a crer que mesmo com todas as dificuldades citadas anteriormente, os estudantes estão empenhados e fazendo a sua parte para a realização das aprendizagens, um dos motivos que pode levar a esses dados é a assistência psicológica e técnica prestada pelo próprio campus em seus programas já citados.

Com isso, encerra-se a parte do questionário referente à exaustão. É evidente que, mesmo com o elevado índice de exaustão revelado pela pesquisa (95,4% dos alunos com índice alto de exaustão), a instituição e suas atividades não aparentam ser a causa de tal sintoma, o que é evidenciado pelo resultado de questões como o interesse nos conteúdos e a confiança ao entregar tarefas, além de questões que viremos a discutir no decorrer do texto.

Após isso, adentramos nas questões que dizem respeito à descrença ou desengajamento dos alunos, começando pelo sentimento de cansaço ao se levantar para um dia de aula, que é apresentado todos os dias por 35,6% dos alunos, totalizando mais de 70% que relatam que isso ocorre múltiplas vezes por semana. Essa questão diz tanto da exaustão dos alunos quanto de sua descrença, já que o cansaço acumulado faz com que se sintam dessa maneira, porém, a indisposição perante novos dias de aula também diz de um pessimismo referente às mesmas. Isso nos demonstra sinais típicos da SB, já que o esgotamento apresentado vem de maneira multifatorial, além de que essas dificuldades costumam acumular-se, já que o cansaço excessivo pode levar à indisposição, dificuldades no sono, à própria descrença, fazendo com que isso possa se tornar um ciclo.

Quando questionados sobre se sentirem estimulados ao finalizar um estudo e/ou tarefa, 44,8% responderam sentir-se estimulados ao final de seus estudos algumas vezes por semana e 27,6% todos os dias, mostrando assim positividade por terem concluído o objetivo, o que demonstra uma possível relação positiva entre as metas e a motivação, conquanto são necessárias mais pesquisas para concluir se de fato as metas trazem mais vantagens ou desvantagens aos estudantes (RODRIGUES, 2011).

Ao serem perguntados se é um esforço estudar e frequentar aulas, 28,7% responderam que algumas vezes por semana, podemos destacar, assim, que na opinião de Fey (2011), a sala de aula, muito mais do que um ambiente físico, é um ambiente social e afetivo, e devido à falta do convívio proveniente dele, os alunos relataram dificuldade para manter a frequência e o interesse em aula.

A respeito da questão que remete à possível perda de interesse no estudo ao ingressar na instituição, 57,5% afirmaram que quase nunca, ou seja, para a maioria dos alunos a instituição não é a culpada, mas sim fatores externos. Nesse sentido, vale ressaltar as políticas de permanência e êxito dos institutos federais, cujos resultados apontam uma queda significativa de evasão escolar onde há esses programas (VIEIRA, et al., 2017).

Não obstante, a falta de iniciativas como essa são perceptíveis frente à precariedade do sistema e instituições de ensino apresentada nesse tempo. Devido a essas e outras dificuldades, cerca de 4 milhões de brasileiros abandonaram os estudos durante a pandemia (SALDAÑA, 2021). Evidenciando assim a importância de políticas públicas, tais como a refeição no local, em tempos de pandemia foram distribuídas cestas básicas conforme a renda dos estudantes, e outras necessidades tais como o acesso à internet, proporcionando a eles melhores condições de enfrentamento aos desafios encontrados no período pandêmico.

Sendo assim, vemos um nível elevado de descrença, assim como de exaustão, tendo também 95,4% dos alunos com escore alto na pesquisa. Novamente, as respostas levam a crer que os fatores dessa descrença não são referentes à instituição em si, mas sim do período em que vivemos.

No quesito interesse sobre os estudos, 25,3% afirmaram que quase nunca ficam desinteressados, conquanto, 17,2% afirmaram que se sentem desinteressados algumas vezes ao mês, sabemos que são poucos os estudos e intervenções que identificam fontes de satisfação com a escolha profissional e analisam trajetórias profissionais e comportamento vocacional entre estudantes do ensino médio (BARRETO; AIELLO-VAISBERG, 2007), porém nota-se uma insegurança dos alunos a respeito da escolha de seu curso técnico e uma possível empregabilidade no futuro próximo.

Quando questionados se os jovens se consideram bons estudantes, 31% responderam que algumas vezes por semana e outros 17,2% todos os dias, esse índice demonstra uma satisfação dos alunos

quanto ao seu desenvolvimento pessoal, porém o desenvolvimento da SB é individual e pode levar anos e até décadas (TAVARES et al.,2014) portanto a manifestação de satisfação e confiança dos alunos pode ser interpretada de inúmeras formas.

A respeito de efetivamente resolver os problemas que surgem nos seus estudos, 41,4% responderam que sim, algumas vezes por semana e outros 17,2% todos os dias, podemos destacar aqui alguns programas que o IFFAR possui, tais como monitoria de determinadas matérias, nas quais os alunos dos cursos superiores ou ainda aqueles mais avançados lecionam para colegas mais novos no contraturno, a fim de mediar o conteúdo e sanar dúvidas, caso o monitor não consiga responder elas, ele transmitirá a dúvida para o professor regente.

Ao se depararem com a afirmação "Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade dos meus estudos", as respostas obtidas foram distribuídas de maneira uniforme, tendo em geral uma porcentagem maior de alunos que se sentem assim com alta frequência 37%, porém, não de maneira relevante a ponto de ser uma forte afirmação estatística. Isso demonstra a subjetividade envolvida nessa questão, já que, mesmo com indicadores de que a eficácia nos estudos se mantém, quando o fator da descrença é envolvido, é perceptível a mudança de perfil das respostas.

A maioria dos alunos acredita ser eficaz nas contribuições em aula, o que é necessário para que se mantenha o interesse, ainda mais dentro da modalidade de ensino remoto. Isso significa também que a relação professor e aluno não pode se dar no antigo paradigma da transmissão de informação unidirecional, mas deve sim ser permeada pela intenção e emoção de um diálogo bidirecional, em que os dois sujeitos da relação possam assumir papéis de transmissor e receptor, em ciclos democráticos de interação, assumindo ambos os papéis ativos na construção coletiva e colaborativa do conhecimento, conforme a teoria construtivista de ensino e aprendizagem (FEY, 2011).

É observável que o quesito de eficácia profissional foi o resultado mais positivo da pesquisa, já que cerca de 11,5% dos alunos obtiveram um resultado de nível entre moderado e alto em eficácia, o que indica que, tanto o possível fator de escolha profissional precoce quanto a instituição em si, não aparentam ser a origem do problema. Mesmo com esse resultado, um índice de 88,5% de alunos com escore baixo em eficácia profissional, ainda é um número alarmante, demonstrando a dificuldade dos alunos nesse período, a qual acaba por estender-se em múltiplas facetas da vida acadêmica.

É importante ressaltar que, dentro de toda a pesquisa, não houve um caso no qual uma pessoa obteve mais que um resultado positivo, ou seja, entre exaustão, descrença e eficácia profissional, no máximo um dos pontos estava com um valor o qual não consideraria o aluno como portador da SB. Como já foi dito anteriormente, um dos fatores da SB é o acúmulo sintomático, então, o que pode inicialmente ser demonstrado como apenas exaustão, tem a tendência de se agravar.

4. CONCLUSÃO

A relação entre educadores, educandos e saúde mental é uma cadeia importante, pois a adolescência é um período no qual os jovens precisam enfrentar diversas mudanças, tanto biológicas quanto psicológicas. Por esses quesitos, o IFFAR, Campus Santa Rosa, conta com diversos programas de apoio, entre eles o programa de permanência e êxito e o de mentoria, beneficiando assim o estudante. Todavia, sabemos que a SB é um processo complexo, sendo ela multifatorial, e se reconhecida na primeira fase, faz com que seja possível o tratamento, acompanhamento, redução dos sintomas já apresentados e prevenção do possível agravamento da síndrome.

Constatamos através dessa pesquisa que cerca de 79% dos alunos teriam sintomas relacionados a SB, notando algumas semelhanças fatorias comparadas com a atual bibliografia, fazendo-se necessário mais pesquisas, o que é um número alarmante e que não pode ser desvinculado do momento de pandemia no qual foi feita a pesquisa, entre agosto de 2020 e fevereiro de 2021.

A pandemia nos trouxe diversas dificuldades, tais como a falta de interação professor-aluno, que acaba interferindo no ensino aprendizagem; a falta de interação com outros alunos, tanto como experiência recreativa, quanto como parte da construção do conhecimento; o não deslocamento, tanto físico quanto psicológico, acompanhado da dificuldade de se ver em um ambiente de aprendizado enquanto ainda em casa; além de dificuldades psicológicas provenientes da mudança de funcionamento que se dá com o isolamento social, o que se torna um fator ainda mais importante tendo em vista que os entrevistados estão no período da adolescência, que tem como uma das principais características o convívio em grupo.

Sendo assim, não podemos afirmar que os resultados obtidos confirmam que tais alunos têm a SB, já que a sintomática apresentada pode estar vinculada apenas ao período pandêmico e não à síndrome. De qualquer forma, um resultado como o apresentado, demanda atenção e uma examinação contínua a fim de melhor elucidar possíveis origens e conclusões a respeito

Notamos assim, algumas semelhanças de fatores comparando com a atual bibliografia, fazendo-se necessário mais pesquisas sobre o assunto, para a obtenção de resultados mais concretos, devido à sua grande importância e taxa exorbitante de crescimento por causa da pandemia. Toda a nossa pesquisa foi adaptada através de uma escala internacional, sendo assim encontramos dificuldade em compará-la com uma escala validada para a realidade brasileira.

5. REFERÊNCIAS

BARLEM, Jamila Geri, et al. Manifestações da Síndrome de Burnout entre estudantes de graduação em enfermagem. Artigo original. **Texto & Contexto Enfermagem**, Florianópolis, n. 22, v. 3, p. 754-762, Jul-Set, 2013.

BARRETO, Maria Auxiliadora; & AIELLO-VAISBERG, Tania. Escolha profissional e dramática do viver adolescente. **Psicologia & Sociedade**, 19(1), 107-114. Jan-abr, 2007.

BARTHOLLO, Waldanne Ribeiro. Estresse pós-traumático. **Revista de Psicologia, Saúde Mental e Segurança Pública**, Minas Gerais, n. 4, v. 1, p. 41-51, Jan-dez, 2007. Disponível em: <<http://ead.policiamilitar.mg.gov.br/rep/index.php/psicopm/article/view/19>>. Acesso em: mar. 2020.

BENEVIDES, Joana; SOUSA, Marina; BARRETO-CARVALHO, Célia; NUNES-CALDEIRA, Suzana. Sintomatologia depressiva e (in)satisfação escolar. **Revista de estudios e investigación en psicología y educación**, Extr (5), 13-18. Mar-oct, 2015. DOI: 10.17979/reipe.2015.05.109

BRASIL. MEC. SETEC. IFFARROUPILHA. **Programa Permanência e Êxito**. Instituto Federal Farroupilha. Nov, 2014. Disponível em: <<http://w2.iffarroupilha.edu.br/site/conteudo.php?cat=168&sub=6013>>. Acesso em: mar 2020.

BRASÍLIA. Ministério da Educação. **Base nacional comum curricular**. Brasília, DF: MEC, 2015. Disponível em:

http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf Acesso em: 22 nov. 2020.

BRASÍLIA. OMS – Organização Mundial de Saúde. **Dados estatísticos de expectativa de vida da população brasileira**, 2015. Brasília. Disponível em: www.oms.gov.br. Acesso em: mar. 2020.

BRASÍLIA. OPAS. Organização Pan Americana de Saúde. CID: **Burnout é um fenômeno ocupacional**, 2019. Brasília. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5949:cid-burnout-e-um-fenomeno-ocupacional&Itemid=875. Acesso em: mar. 2020.

CAMPOS, Juliana Alvares Duarte Bonini; Jordani, Paula Cristina; Zucoloto, Miriane Lucindo; Bonafé, Fernanda Salloume Sampaio; Maroco, João. Síndrome de Burnout em graduandos de Odontologia. **Rev. bras. epidemiol.**, São Paulo, v. 15, n. 1, p. 155-165. Mar, 2012. DOI: 10.1590/S1415-790X2012000100014

CARVALHO, Eliane Alicrim; BERTOLINI, Sônia Maria Marques Gomes; MILANI, Rute Grossi; MARTINS, Mayra Costa. Índice de ansiedade em universitários ingressantes e concluintes de uma instituição de ensino superior. **Ciência, Cuidado e Saúde**; 14(3), 1290-1298. Nov, 2015. DOI: 10.4025/ciencucidsaude. v14i3.23594

COSTA, Álvaro Percínio; POLES, Kátia; SILVA, Alexandre Ernesto. Formação em cuidados paliativos: experiência de alunos de medicina e enfermagem. **Interface**;20(50):1041-52. Oct-Dec, 2016. DOI: 10.1590/1807-57622015.0774 Acesso em: Abr. 2020. <<https://doi.org/10.1590/1807-57622015.0774>>

COSTA, Victor Cesar Amorim; OLIVEIRA, Andréa Olimpio. Estudo comparativo dos indicadores de sintomas de estresse e ansiedade entre estudantes entrantes e concluintes do curso de psicologia, 2015. **ANAIS SIMTEC**; 4(1).

DE CAMPOS, Elaine Aparecida Regiani; KUHL, Marcos Roberto; DE ANDRADE, Sandra Mara; STEFANO, Silvio Roberto. Análise dos níveis de estresse em formandos de administração e ciências contábeis de uma universidade pública. **Revista Gestão & Conexões**, v. 5, n. 1, p. 121-140. Set, 2016.

FARIA, Rafaela Roman; WEBER, Lidia Natalia Dobrianskyj; TON, Cláudia Tucunduva. O estresse entre vestibulandos e suas relações com a família e a escolha profissional, 2012. **Psicologia Argumento**, 30(68), 43-52. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/index.php/psicologiaargumento/article/view/19893> Acesso em: 20 mar. 2021.

ESTEVES-FERREIRA, Alberto Abrantes; SANTOS, Douglas Elias; RIGOLON, Rafael Gustavo. Avaliação comparativa dos sintomas da Síndrome de Burnout em professores de escolas públicas e privadas. **Revista Brasileira de Educação**, 19(59), 987-1002. Dez, 2014. DOI: 10.1590/S1413-24782014000900009

FEY, Ademar Felipe. A linguagem na interação professor-aluno na era digital: considerações teóricas. **Revista Tecnologias na Educação**, v. 3, n. 1, p. 57-77. Jul, 2011.

GIL, Antonio Carlos. **Didática do ensino superior**. São Paulo: Atlas. Jan-dez, 2009.

GONZAGA, Luiz Ricardo Vieira; DA SILVA, Andressa Melina Becker; ENUMO, Sônia Regina Fiorim. Ansiedade de provas em estudantes do Ensino Médio. **Psicologia Argumento**, 34(84), 76-88. Jan-dez, 2016. DOI:10.7213/psicol.argum.34.084.AO07

GUIMARÃES, Ana Margarida Voss; SILVA NETO, Antônio Canuto da Silva; VILAR, Aryele Tayna Silva; Almeida, Bárbara Gabrielly da Costa; Femoseli, André Fernando de Oliveira; De Albuquerque, Carla Maria Ferreira. Transtorno de ansiedade: um estudo de prevalência sobre as fobias específicas e a importância da ajuda psicológica. **Ciências Biológicas e da Saúde**, Maceió, v. 3, n. 1, p.115-128. Nov, 2015.

HIRATA, Helena; ZARIFIAN, Philippe. O conceito de trabalho. In: Marli Emílio, Marilane Teixeira, Miriam Nobre e Tatau Godinho (Orgs.), **Trabalho e cidadania ativa para as mulheres**: desafios para as Políticas Públicas. São Paulo: Coordenadoria Especial da Mulher, 2003, cap. 4, p. 65-69. Disponível em: <http://library.fes.de/pdf-files//bueros/brasilien/05634.pdf> Acesso em: 21 mar. 2021.

KMIECIK, Adriano. et al., A Síndrome De Burnout Em Professores De Uma Instituição De Ensino. **Anais MEPT - X Mostra de Educação Profissional e Tecnológica – Bioeconomia diversidade e riqueza para o desenvolvimento sustentável**, Santa Rosa- Rio Grande do Sul, 2019.

LEOPARDI, Maria Tereza. **Metodologia da Pesquisa na Saúde**. Florianópolis: UFSC/Pós-Graduação em Enfermagem. 2 ed. Jan-dez, 2002.

MAROCO, João; TECEDIEIRO, Miguel. Inventário de Burnout de Maslach para Estudantes Portugueses. **Psicologia, Saúde e Doenças**, 10(2), 227-235. Mar-jul, 2009. Disponível em: <http://repositorio.ispa.pt/handle/10400.12/1090> Acesso em: 20 Abr. 2020.

MARQUES, Claudio Portilho; GASPAROTTO, Guilherme da Silva, e COELHO, Ricardo Weigert. Fatores relacionados ao nível de estresse em adolescentes estudantes: uma revisão sistemática. **Salusvita**, 34(1),99-108. Jul-out, 2015. Disponível em: https://secure.usc.br/static/biblioteca/salusvita/salusvita_v34_n1_2015_art_06.pdf. Acesso em: Abr. 2020.

MARTINEZ, I., PINTO, A., SILVA, A. Burnout em estudantes do ensino superior. **Rev Port Psicol.**; 35:151-67, 2000. Disponível em: <https://docs.google.com/file/d/0B0LP1bS3g1daNVJRUKdjbmtBU0U/edi> Acesso em: 15 Abr 2020.

MARX, Karl, **Le Capital, livre I, In: Oeuvres, Économie I**. Paris, NRF, 1965. 1818 p. [1ère édition 1867]. (Bibliothèque de la Pléiade). Set, 1867.

MASLACH, Christina, LEITER, Michael P. [tradução Martins MS]. **Trabalho**: fonte de prazer ou desgaste? Guia para vencer o estresse na empresa. Campinas: Papyrus. 1999, 239 p.

MASLACH, Christina; JACKSON, Susan; LEITER, Michael. Maslach burnout inventory: manual. 3rd ed. Palo Alto: **Consulting Psychologists Press**. Acesso em: mar.2020. Jan, 1997. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Christina_Maslach/publication/277816643_The_Maslach_Burnout_Inventory_Manual/links/5574dbd708aeb6d8c01946d7.pdf. Acesso em: Abr. 2020.

MASLACH, Christina; JACKSON, Susan. **The measurement of experienced burnout**. J Occup Behav.;2:99-113. Abr, 1981. DOI:10.1002/job.4030020205

MEC. SETEC. IFFARROUPILHA. **Política de Assistência Estudantil**. Instituto Federal Farroupilha. Disponível em: <BRASIL. MEC. SETEC.IFFARROUPILHA. Programa Permanência e Êxito. Instituto Federal Farroupilha, 2014. Disponível em < <https://www.iffarroupilha.edu.br/assist%C3%A2ncia-estudantil/apresentacao-ae>>. Acesso em: mar 2020. Acesso em: mar 2020.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento**: pesquisa qualitativa em saúde. São Paulo: Hucitec, 2013.

- OSTI, Andréia; e BRENELLI, Rosely Palermo. Sentimentos de quem fracassa na escola: análise das representações de alunos com dificuldades de aprendizagem. **Psico-USF**, Bragança Paulista, v.18, n.3 pg. 417-426, set/dez. 2013.
- PEREIRA, Gislaiane Cristina; ZUFFO Sílvia; MOURA, Eliana Gonçalves. Juventude e qualidade de vida. **Rev Pesq Práticas Psicossociais** [Internet]. Abr-jun, 2019 [acesso jun 2020];14(2):1-9. Disponível em: http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/revista_ppp/article/view/e2649/2121 Acesso em: 15 Abr. 2021.
- PRADO, Claudia Eliza Papa. Estresse ocupacional: causas e consequências. **Rev Bras Med Trab**. 2016;14(3):285-9. Disponível em: <https://doi.org/10.5327/Z1679-443520163515> Acesso em: 15 Abr 2021.
- RAMOS, Luciana Fernandes Pastana; NASCIMENTO, Juliana Érica Cirino. Qualidade de vida dos graduandos em farmácia da Universidade Federal do Oeste do Pará. **Interdisciplinary Journal of Health Education**. v. 2, n. 1, p. 54-60, Ago-nov, 2017.
- RIBEIRO JUNIOR, Manoel Cícero. et al. Ensino remoto em tempos de covid-19: aplicações e dificuldades de acesso nos estados do Piauí e Maranhão. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, v. 3, n. 9, p. 107-126, 2020.
- RODRIGUES, Weslei Alves; Neto, Mário Teixeira Reis. **A influência das metas e recompensas na motivação**: um estudo no setor público mineiro. Anais do XXXV Encontro da ANPAD - EnANPAD, [CD-ROM], Rio de Janeiro, RJ, 1-17. Set, 2011. Acesso em: 15 Abr. 2021.
- RODRIGUEZ AÑEZ, Ciro Romélio; REIS, Rodrigo Siqueira; e PETROSKI, Edio Luiz (2008). **Versão brasileira do questionário "estilo de vida fantástico": tradução e validação para adultos jovens**. Arq Bras Cardiol; 91(2):102-109. Ago, 2008. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0066-782X2008001400006 Acesso em: mar 2020. DOI: 10.1590/S0066-782X2008001400006
- RUDOW, Bernd. Stress and burnout in the teaching profession: european studies, issues, and research perspectives. In: Vanderbergue, R. & Huberman, M. A. (Eds.), **Understanding and preventing teacher burnout**: a source book of international practice and research. Cambridge: **Cambridge University Press**, cap. 2, p. 38-57, 1999.
- SALDAÑA, Paulo. **Cerca de 4 milhões de brasileiros abandonaram os estudos durante a pandemia**. Folha de São Paulo, São Paulo. Jan, 2021. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/educacao/2021/01/cerca-de-4-milhoes-abandonaram-estudos-na-pandemia-diz-pesquisa.shtml> .Acesso em: Jan, 2021.
- SANTOS, Fernando Silva. et al., (2017). Estresse em Estudantes de Cursos Preparatórios e de Graduação em Medicina. **Rev. Brasileira de Educação Médica**, v. 41, n. 2,p. 194-200. Abr-jun, 2017.
- SCHAUFELI, Wilmar. et al. Burnout and engagement in university students. A Cross- National Study. *J Cross Cult Psychol.*; v.33, n. 5, p.464- 481. 2002.
- SILVA, D.C, LOUREIRO, M.F, PERES, R.S. (2008) Burnout em profissionais de enfermagem no contexto hospitalar. **Psicol Hosp**. v. 6, n. 1, p.39-51. Set, 2002.
- SILVA, Josiane Viana. et al. Estresse em estudantes universitários: uma abordagem epidemiológica, *Rev enferm UFPE on line*. 2019;13:e241547 DOI: <https://doi.org/10.5205/1981-8963.2019.241547> Acesso em: 20 Abr. 2021.

- SILVA, Ormenzina Garcia; NAVARRO, Elaine Cristina. A relação professor-aluno no processo ensino-aprendizagem. **Revista Eletrônica Interdisciplinar da Univar**, v.3, n.8, p.95-100, 2012. Disponível em: < http://www.univar.edu.br/revista/downloads/relacaoprofessor_aluno_processo.pdf >. Acesso em: 18 maio. 2021.
- SUTTON, Mark; ANDERSON, Eugene. **Introduction to cultural ecology**. Lanham. AltaMira Press, 2014.
- TAVARES, Kelly; Sousa Norma; Silva Lolita; Kestenberg, Celia (2014). Ocorrência da síndrome de Burnout em enfermeiros residentes. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 27, n. 3, 260-265. Jul, 2014. DOI:10.1590/1982-0194201400044
- TRENTINI, Mercedes; PAIM, Lygia. **Pesquisa em Enfermagem**: uma modalidade convergente-assistencial. Florianópolis: Ed. da UFSC. Dez, 1999. DOI: 10.1590/S0034-71671999000400018
- TRENTINI, Mercedes; PAIM, Lygia; SILVA, Denise Maria Guerreiro Vieira. O método da pesquisa convergente assistencial e sua aplicação na prática de enfermagem. **Texto Contexto Enferm**. V.26, n. 4, p. 1-10, 2017. DOI: 10.1590/0104-07072017001450017 Acesso em mar, 2020.
- TRICOLI, Valquiria. **Stress na adolescência**: problema e solução- A possibilidade de jovens estressados se tornarem adultos saudáveis. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.
- TUOMINEN- SOINI, Heta; & SALMELA- ARO, Katariina. Schoolwork engagement and burnout among Finnish high school students and young adults: profiles, progressions, and educational outcomes. **Developmental Psychology**, v. 50, n. 3, p. 649-662. Mar,2014. DOI: 10.1037/a0033898. Acesso em: 20 Abr. 2021.
- UVALDO, Maria da Conceição Coropos. **Relação homem-trabalho**: campo de estudo e atuação da orientação profissional. In: A. M. B. Bock & Cols., (Orgs.), A escolha profissional em questão. pp. 215-237, São Paulo, SP: Casa do Psicólogo, 1995.
- VICENTE Carla, Oliveira Rui Aragão, Maroco João. Análise fatorial do Inventário de Burnout de Maslach (MBI-HSS) em profissionais portugueses. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 14, n. 1, p. 152-167. Mar, 2013.
- VIEIRA, Armênio Chaves Fernandes; GALLINDO, Erica de Lima; CRUZ, Hobson Almeida. **Plano estratégico para permanência e êxito dos estudantes do IFCE**. Fortaleza: IFCE, 2017.
- WAGNER, Dione Pereira. **Síndrome de Burnout**: Um estudo junto aos educadores (professores e educadores assistentes) em escolas de educação infantil. Universidade Federal do Rio Grande do Sul Escola de Engenharia Mestrado Profissionalizante em Engenharia, Porto Alegre, 2004.
- WHOQOL Group. The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. **Social Science and Medicine** 10:1403-1409, 1995.
- ZAVAREZE, Taís Evangelho. O papel da orientação profissional na escolha profissional do adolescente. **Psicologia: O Portal dos Psicólogos**, 1-9, 2008. Recuperado em 16 fevereiro 2020.

Submissão: 19/07/2021

Aceito: 08/10/2021