SÍNDROME DE BURNOUT, PERCEPÇÃO DE ESTRESSE E QUALIDADE DE VIDA, EM ACADÊMICOS DE MEDICINA E ODONTOLOGIA EM UMA UNIVERSIDADE NO SUL DO PAÍS

Diogo von Gaevernitz Lima (PROVIC/ UEPG), Stella Küchler, Ana Claudia Garabeli Cavalli Kluthcovsky, Maurício Christmann Santos, Luiz Gustavo Rachid Fernandes, Fabiana Postiglione Mansani (Orientadora), fpmansani@gmail.com

Universidade Estadual de Ponta Grossa/Departamento de Medicina

Ciências da Saúde. Medicina

Palavras-chave: Estresse psicológico, Esgotamento profissional, Qualidade de vida.

Resumo

Durante o Ensino superior, o estudante constantemente se depara com situações que o levam a consequências negativas em sua saúde física e psicológica, como a extensa carga horária, a grande quantidade de atividades, a falta de convívio social, condições e hábitos de vida inadequados, dentre outros. O trabalho em questão tem como principal objetivo a realização de um levantamento acerca da saúde mental dos estudantes do curso de Medicina e Odontologia da Universidade Estadual de Ponta Grossa. Para que se alcancem esses objetivos, foi aplicado um questionário que avaliou a prevalência de burnout, além de outro questionário contendo variáveis relacionadas à qualidade de vida. Os resultados obtidos constataram alta prevalência de burnout, falta de lazer em 1/3 dos acadêmicos, além de outras diferenças e semelhanças entre ambos os cursos.

Introdução

Ao ingressar no Ensino Superior o estudante é exposto a diversos fatores que, durante o decorrer do curso, podem gerar consequências tanto a sua saúde física quanto psicológica, bem como ao seu desempenho acadêmico (FURTADO et al., 2003). Tais fatores podem ser externos ou internos ao indivíduo. Com relação à graduação na área da saúde, como medicina e odontologia, as condições externas associam-se ao ambiente acadêmico e social, que incluem a extensa carga horária, a sobrecarga de atividades e a falta de tempo hábil para realizá-las, a dificuldade em manter a rotina de estudos adequadamente, a preocupação com o desempenho acadêmico, a competitividade entre alunos, entre outras (FIOROTTI et al., 2010).

Fatores fora do meio acadêmico também propiciam a criação desse ambiente estressor, como a falta de tempo para atividades de lazer e para familiares, à falta de atividades físicas regulares, alimentação e sono inadequados, além da pressão familiar e social. Já as variáveis internas abrangem o indivíduo, como a capacidade de reagir a inúmeras situações, as reações físicas psicossomáticas, os diferentes estados de humor e a frustração com o desempenho acadêmico (BALDASSIN et al., 2008). Entre as possíveis consequências frequentemente apontadas na literatura para acadêmicos expostos a estas condições, destacam-se o desenvolvimento de alterações psicológicas e a diminuição da qualidade de vida (BAMPI et al. 2013), enfatizando-se a exposição a níveis elevados e/ou desenvolvimento de síndrome de burnout (FIOROTTI et al, 2010).

Este trabalho tem por objetivo determinar entre os alunos de medicina e odontologia os fatores socioeconômicos e sociodemográficos mais relacionados à qualidade de vida,

além de investigar quantitativamente a prevalência síndrome de esgotamento (burnout) nessa população.

Materiais e Métodos

Trata-se de um estudo transversal, comparativo e de abordagem quantitativa, realizado na Universidade Estadual de Ponta Grossa entre o segundo semestre de 2017 e o primeiro semestre de 2018.

Para o diagnóstico da síndrome de burnout o *Maslach Burnout Inventory - Human Services Survey* (MBI-HSS), adaptado para o português, foi aplicado. Este questionário avalia as 3 principais características da síndrome de burnout, sendo elas a exaustão emocional, a despersonalização e a realização pessoal reduzida. O instrumento é composto por 22 questões, divididas nas 3 subclasses supracitadas.

Além do MBI-HSS, aplicou-se um questionário socioeconômico, que avaliou variáveis relacionadas à qualidade de vida, como realização de atividades de lazer, renda familiar mensal, tabagismo, etilismo, autoavaliação do desempenho no próprio curso, dentre outras variáveis.

Os questionários foram autoaplicados aos estudantes do 1º ao 5º ano de Medicina e do 1º ao 5º ano de Odontologia, entre os meses de julho e agosto de 2018, possibilitando a comparação entre diferentes turmas do mesmo curso. Os resultados obtidos pelas escalas foram coletados e tabulados por participantes da pesquisa, sendo posteriormente efetuadas análises para comparação entre os anos dos cursos e seus fatores de risco, como carga horária referente ao ano, hábitos de vida inadequados, e situação socioeconômica. Além disso, também foi comparada a prevalência de sintomas relacionados ao burnout entre ambos os cursos.

Resultados e Discussão

Um total de 164 estudantes de medicina e 204 estudantes de odontologia foram avaliados, somando 368 alunos avaliados. Os alunos foram avaliados em suas salas de aula e em seus locais de estágio, não sendo realizada busca ativa caso os mesmos não se encontrassem presentes no momento da coleta de dados. Houve perda de 68 alunos, que não estavam presentes em sala de aula para a realização da pesquisa. Não houve alunos que tenham se recusado a contribuir com a pesquisa

Após análise de dados, verificou-se prevalência de burnout em um grande número de estudantes de medicina e odontologia. Em medicina, a pontuação média do MBI-HSS entre os diferentes anos foi de 42,53 (±19,57) no 1º ano; de 58,37 (±16,23) no segundo ano; de 50,83 (±12,29) para o terceiro ano; 55,18 (±14,11) no 4º ano e 51,78 (±14,91) no 5º ano do curso. Já no curso de odontologia, percebeu- se maiores médias na pontuação de ansiedade, quando comparadas ao curso de medicina, respectivamente: 51,78 (±14,91) no 1º ano; 50,4 (±18,48) no 2º ano; 59,86 (±13,63) no 3º ano; 59,84 (±10,65) no 4º ano e 64,66 (±16,14) no 5º ano. Tais resultados demonstram que os maiores níveis de ansiedade foram verificados no último ano do curso de odontologia, provavelmente pelo fato deste ser o período mais exigente desse curso, no que diz respeito à carga horário e dedicação. Tal fator possivelmente se deve à insegurança em relação o mercado de trabalho saturado e o futuro profissional fora da academia.

Também percebe-se que a menor média de burnout no curso de medicina se encontra no primeiro ano do curso, o que pode ser explicado pela menor carga horário do primeiro ano e também pelo entusiasmo com que primeiranistas encaram o primeiro período na faculdade, após um vestibular extremamente árduo e competitivo. Além disso, a maior média de burnout no curso de medicina é observada no segundo ano, o que está em concordância com relatos e opiniões de acadêmicos, que consideram este o mais estressante dentro do curso.

Qualidade de vida é o método utilizado para medir as condições de vida de um ser humano ou é o conjunto de condições que contribuem para o bem físico e espiritual dos indivíduos em sociedade. Desta forma, dados sobre tabagismo, etilismo, atividades físicas e percepção de desempenho entre os acadêmicos foram coletados, a fim de se avaliar a qualidade de vida.

Entre os alunos de medicina, verificou-se que 68,3% referem sempre realizar atividades de lazer, 86,6% possuem renda familiar mensal superior a R$3000,00, 5,5% eram tabagistas, 66,5% fazia uso de bebidas alcoólicas mais de uma vez por mês e 50% alegavam estar satisfeitos com seu desempenho acadêmico.

Por sua vez, no curso de odontologia, observou-se que 56,4% referem sempre realizar atividades de lazer, 80,4% possuem renda familiar mensal superior a R$3000,00, 3,4% eram tabagistas, 71,1% fazia uso de bebidas alcoólicas mais de uma vez por mês e 46,1% alegavam estar satisfeitos com seu desempenho acadêmico.

Dessa forma, ao se comparar ambos os cursos, percebe-se que em média um maior número de estudantes de medicina realiza atividades de lazer, possui renda familiar mensal maior a R$3000,00 e fuma. Já o curso de odontologia apresentou maior percentual de alunos que fazem uso de álcool pelo menos uma vez por mês e que está satisfeito com seu desempenho acadêmico. Apesar de diferentes, os resultados das variáveis em qualidade de vida se apresentam próximos, o que demonstra considerável semelhança entre os acadêmicos de ambos os cursos.

Conclusões

Em conclusão, percebe-se que, por um lado, os alunos de medicina demonstram menos sintomas de burnout ao serem comparados aos alunos de odontologia, no entanto, a prevalência é demasiado elevada em ambas as graduações. Dessa forma, faz-se necessário que os fatores desencadeantes de burnout sejam amplamente investigados pela universidade e pelos próprios alunos, a fim de que seja, identificados e combatidos.

Por sua vez, ambos os cursos apresentaram variáveis de qualidade de vida muito semelhantes umas às outras. Temos que hábitos para uma melhor qualidade de vida não devem deixar de ser estimulados entre os acadêmicos, uma vez que, apesar de resultados relativamente satisfatórios, tais variáveis podem sofrer mudanças significativas no decorrer de cada curso.

Futuros estudos poderiam investigar as variáveis exploradas em cursos das demais áreas do conhecimento, como ciências exatas e humanas, a fim de analisar se tais cursos apresentariam resultados semelhantes ou se tais resultados teriam maior associação a cursos da saúde. Além disso, um estudo multicêntrico com alunos de odontologia e medicina poderia inferir se os resultados obtidos refletem uma realidade local ou características próprias aos cursos em saúde.

Agradecimentos

Agradeço a minha orientadora, aos departamentos de Medicina e Odontologia por contribuírem para o desenvolvimento desse estudo, fornecendo apoio técnico e científico, bem como aos professores que permitiram a aplicação dos questionários e aos alunos que disponibilizaram seu tempo respondendo a essa pesquisa.

Referências

BALDASSIN, S.; ALVES, T. C. T. F.; ANDRADE, A. G.; MARTINS, L. A. N. The characteristics of depressive symptoms in medical students during medical education and training: a cross-sectional study. **BMC Medical Education [online]** v. 8, n. 60. 2008.

BAMPI, L.N.S.; BARALDI, S.; GUILHEM, D.; ARAÚJO, M.P.; CAMPOS, A.C.O. Qualidade de Vida de Estudantes de Medicina da Universidade de Brasília. **Rev. bras. educ. med**, Rio de Janeiro, v. 37 n.2 Apr./June 2013.

FURTADO, E.S; FALCONE, E.M.O.; CLARK, C. Avaliação do estresse e das habilidades sociais na experiência acadêmica de estudantes de medicina de uma universidade do Rio de Janeiro**. Interação em Psicologia** [online], v. 7, n. 2, p.43– 51. 2003.

FIOROTTI, K.P.; ROUSSONI, R.R.; BORGES, L.H.; MIRANDA, A.E. Transtornos mentais comuns entre os estudantes do curso de medicina: prevalência e fatores associados. **J. Bras. Psiquiatr**. [online], v. 59, n.1, p.17-23. 2010.

TRIGO, TR. **Validade fatorial do Maslach Burnout Inventory Human Services Survey (MBI-HSS) em uma amostra brasileira de auxiliares de enfermagem de um hospital universitário: influência da depressão** [Dissertação]. São Paulo (SP): Faculdade de Medicina da USP; p.85. 2