Os Impactos da Síndrome de Burnout na Vida Acadêmica

Autor(res)

Pollyanna Thays Zanetti
Euquiara Gonçalves Da Cruz
Eliomar Silva Albernaz
Ivone Alves De Sousa Santos
Marcos Paulo Andrade Bianchini

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA

Introdução

A síndrome de Burnout, reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como um distúrbio ocupacional, é resultado de exposição prolongada a situações de estresse e sobrecarga. Embora comumente associada ao ambiente de trabalho, sua incidência no contexto acadêmico tem chamado atenção devido à pressão por desempenho, excesso de atividades extracurriculares e exigências institucionais. Estudantes universitários são constantemente submetidos a demandas intensas, como provas, prazos curtos e cobranças externas, o que pode desencadear sentimentos de esgotamento físico e emocional, perda de interesse pelas atividades e queda na produtividade. O Burnout acadêmico compromete não apenas a trajetória universitária, mas também a saúde mental e física, impactando o desempenho, as relações interpessoais e a permanência no ensino superior. Compreender a síndrome e seus efeitos na vida acadêmica é essencial para o desenvolvimento de estratégias de prevenção, acolhimento e enfrentamento.

Objetivo

Analisar os impactos da síndrome de Burnout na vida acadêmica, identificando suas consequências no desempenho, saúde mental e permanência estudantil.

Material e Métodos

Este resumo expandido se baseia em uma revisão de literatura, com pesquisa realizada em artigos científicos, livros e relatórios publicados entre 2015 e 2024. Foram utilizadas bases de dados como Scielo, PubMed e Google Acadêmico, por meio de descritores como “Burnout acadêmico”, “estresse universitário” e “saúde mental estudantil”. Os critérios de inclusão contemplaram publicações que abordassem especificamente a relação entre Burnout e ambiente acadêmico, bem como pesquisas quantitativas e qualitativas que investigaram estudantes de diferentes áreas de formação. A seleção foi feita considerando a relevância, atualidade e rigor metodológico dos estudos.

Resultados e Discussão

A análise revelou que o Burnout compromete significativamente o desempenho acadêmico, refletindo em queda da motivação, dificuldade de concentração, aumento da evasão e impactos diretos na saúde física e mental. Os estudantes relataram sintomas como ansiedade, depressão e isolamento, prejudicando não apenas o rendimento, mas também as relações interpessoais. Observou-se que a sobrecarga de atividades, a competitividade e a falta de apoio institucional são fatores determinantes para a intensificação do quadro. Sob o viés jurídico, destaca-se que o direito à saúde e à educação, previstos na Constituição e na LDB, impõem às instituições de ensino a responsabilidade de adotar medidas preventivas e oferecer suporte psicológico, sob pena de violação de direitos fundamentais. Dessa forma, o Burnout deve ser compreendido como um desafio não apenas pedagógico, mas também jurídico e social.

Conclusão

A síndrome de Burnout na vida acadêmica é um fenômeno multifatorial que compromete desempenho, saúde mental e permanência no ensino superior. Reconhecer seus sinais e promover estratégias de prevenção e acolhimento são passos fundamentais para reduzir seus impactos e assegurar um ambiente educacional mais saudável e inclusivo.

Referências

MASLACH, C.; LEITER, M. P. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. World Psychiatry, v. 15, n. 2, p. 103–111, 2016.
PEREIRA, A. M. T. B.; et al. Burnout acadêmico: fatores associados e consequências na vida universitária. Revista Brasileira de Educação Médica, v. 44, n. 1, p. 1–9, 2020.
Organização Mundial da Saúde (OMS). Classificação Internacional de Doenças (CID-11). Genebra: OMS, 2022.
CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout em estudantes universitários: uma revisão da literatura. Psicologia em Estudo, v. 23, p. 45–54, 2018.