



## 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.