

Impacto da Síndrome de Burnout nos Acadêmicos de Contabilidade

Impact of Burnout Syndrome on Accounting Academics

**Yaggo Haroldo Rodrigues Oton¹, Caritsa Scartaty Moreira²,
Thayná de Oliveira Fernandes³ e Viviane da Costa⁴**

¹ Universidade Federal da Paraíba, Brasil, Graduado em Contabilidade,
e-mail: yaggo.oton@academico.ufpb.br, ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-5695-2045>

² Universidade Federal de Pernambuco, Brasil, Doutorado em Ciências Contábeis,
e-mail: csn@estudantes.ufpb.br, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1243-9216>

³ Universidade Federal da Paraíba, Brasil, Mestrado em Ciências Contábeis,
e-mail: thaynafernandespro@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3321-3734>

⁴ Universidade Federal da Paraíba, Brasil, Doutorado em Contabilidade,
e-mail: vivifreitag@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8989-1361>

Recebido em: 18/11/2025 - Aprovado em: 30/12/2025 - Disponível em: 31/12/2025

Resumo

Este estudo tem como objetivo investigar como a síndrome de *burnout* afeta os acadêmicos de Ciências Contábeis em uma instituição pública de ensino superior. A pesquisa adotou uma abordagem quantitativa e descritiva, com dados coletados por meio de um questionário aplicado a 176 estudantes da Universidade Federal da Paraíba. O questionário investigou o grau de identificação dos estudantes com as subdimensões da síndrome de *burnout* — exaustão emocional, cinismo e realização pessoal — e suas práticas individuais e organizacionais para prevenir o estresse. Os resultados indicaram que mais da metade dos alunos se identifica com afirmações relacionadas à exaustão emocional, associando-a mais à educação do que ao trabalho. Em relação ao cinismo, pouco menos da metade dos respondentes apresentou identificação, com variações sutis conforme o perfil sociodemográfico. A dimensão de realização pessoal revelou que, embora os estudantes encontrem satisfação nas atividades acadêmicas e profissionais, muitos enfrentam desafios de autoconfiança e autoeficácia. Quanto às práticas de prevenção, os discentes consideram o descanso e o lazer essenciais para a saúde mental, mas expressaram insatisfação com a falta de políticas institucionais voltadas ao bem-estar. O estudo reforça a importância do desenvolvimento de novas pesquisas sobre o tema, bem como a necessidade de esforços por parte das organizações no

desenvolvimento de políticas e práticas que promovam a manutenção da saúde mental de seus integrantes.

Palavras-chave: *Burnout*. Ciências Contábeis. Ensino Superior.

Abstract

This study aims to investigate how *burnout* syndrome affects accounting students at a public higher education institution. The research adopted a quantitative and descriptive approach, with data collected through a questionnaire applied to 176 students from the Federal University of Paraíba. The questionnaire investigated the degree of identification of students with the sub-dimensions of *burnout* syndrome — emotional exhaustion, cynicism, and personal accomplishment — and their individual and organizational practices to prevent stress. The results indicated that more than half of the students identify with statements related to emotional exhaustion, associating it more with education than with work. Regarding cynicism, slightly less than half of the respondents showed identification, with subtle variations according to sociodemographic profile. The dimension of personal accomplishment revealed that, although students find satisfaction in academic and professional activities, many face challenges of self-confidence and self-efficacy. Regarding prevention practices, students consider rest and leisure essential for mental health, but expressed dissatisfaction with the lack of institutional policies aimed at well-being. The study reinforces the importance of developing new research on the subject, as well as the need for efforts by organizations in developing policies and practices that promote the maintenance of the mental health of their members.

Keywords: *Burnout*. Accounting Sciences. Higher Education.

1 INTRODUÇÃO

Na concepção de Maslach e Leiter (2016), a síndrome de *burnout* é uma condição psicológica que surge como resposta ao estresse interpessoal crônico no trabalho. Segundo os autores, as três dimensões-chaves dessa resposta são: uma exaustão avassaladora, sentimentos de cinismo e desapego em relação ao trabalho, além da sensação de falta de realização e ineficácia. A relevância desse modelo tridimensional reside no fato de ele situar a experiência de estresse do

indivíduo dentro de um contexto social, envolvendo tanto a percepção de si mesmo quanto a dos outros.

Em um mundo em que o ambiente profissional impõe exigências cada vez mais latentes, o ensino superior torna-se fundamental para uma grande parcela da população. Segundo Salgado e Au-Yong-Oliveira (2021), atualmente existem altos níveis de estresse associados à vida acadêmica e ao ambiente das instituições de ensino superior. Os estudantes universitários, expostos a ambientes de elevada competitividade e a condições, por vezes, estressantes de trabalho, estão entre a grande parcela da sociedade que se encontra nessa situação emocionalmente delicada.

Peleias *et al.* (2017), em sua pesquisa A síndrome de burnout em estudantes de Ciências Contábeis de IES Privadas: pesquisa na cidade de São Paulo, analisaram uma amostra de 419 estudantes, dos quais 46,3% relataram alteração na exaustão emocional, 11,2% alteração na descrença e 31,3% alteração na eficácia profissional, limitando os resultados à amostra analisada e ressaltando a importância de que pesquisas sobre a temática *burnout* nos acadêmicos de Ciências Contábeis sejam conduzidas em outras instituições de ensino superior situadas em diferentes regiões.

Portanto, este estudo tem como foco analisar a incidência e o impacto dos sintomas relativos à síndrome de *burnout* nos graduandos de Ciências Contábeis do estado da Paraíba, dada a necessidade de conciliação dos estudos acadêmicos com a rotina de trabalho vivida por uma parte considerável do corpo discente (Peleias *et al.*, 2008), especialmente ao se aproximar do final do curso, bem como pelos hábitos de hiperconsumo cultivados na sociedade contemporânea. Para tanto, será realizada uma revisão de literatura sobre os temas, além da coleta de dados estatísticos.

Ante o exposto, foi estabelecido o seguinte problema de pesquisa: Como a síndrome de *burnout* tem afetado os acadêmicos de Ciências Contábeis em uma instituição de ensino superior pública? Assim, traçou-se o objetivo de investigar como a síndrome de *burnout* afeta os acadêmicos de Ciências Contábeis em uma instituição de ensino superior pública.

Trata-se de uma contribuição para o meio acadêmico e laboral, abordando diretamente a ocorrência de sintomas que possam ser associados à síndrome de *burnout* dentro da realidade acadêmica do curso de Ciências Contábeis em uma Instituição de Ensino Superior (IES) Pública – Campus I, bem como os impactos significativos na vida dos profissionais da área contábil. Além disso, este estudo representa uma contribuição aos estudos conduzidos anteriormente sobre temáticas semelhantes, apresentando uma visão focada na capital paraibana e trazendo dados mais recentes para pesquisas sobre a síndrome de *burnout* que venham a ser desenvolvidas no futuro.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 Burnout

Burnout, do inglês *to burn out* (que significa reduzir a cinzas ou queimar por completo), foi adotado a partir do estudo de caso de Miss Jones, por Schwartz e Will (1953), como a nomenclatura que viria a definir a psicopatologia também conhecida como síndrome do esgotamento profissional. No caso, a referida Miss Jones enfrentou um dilema ético ao descobrir um comportamento fraudulento por parte de um colega de trabalho que falsificava despesas. Dividida entre o desejo de proteger o colega das consequências negativas e o senso moral de reportar a fraude, o estresse e o esgotamento enfrentados por Miss Jones devido a esse dilema no ambiente de trabalho caracterizaram o primeiro retrato da síndrome em trabalhos acadêmicos.

Foi somente com a publicação de *Burn-Out: The High Cost of High Achievement* (1974), ou *Burnout: o alto custo da alta realização*, estudo desenvolvido por Herbert Freudenberger, que os sintomas foram de fato associados ao termo, o que despertou o interesse da comunidade acadêmica em estudar a crescente ocorrência da psicopatologia na população americana. Esta buscava melhores condições de vida em contrapartida ao descontentamento com as más condições de trabalho, especialmente nas áreas de assistência e cuidados, como assistência jurídica, saúde, serviço social e educação (Vieira; Russo, 2019).

Maslach, Schaufeli e Leiter (2001) definem as três dimensões-chave da síndrome: primeiro, o esgotamento emocional, que indica uma escassez de vigor e entusiasmo, juntamente com uma sensação de esvaziamento de recursos; em segundo lugar, a despersonalização, que se manifesta no tratamento de clientes, parceiros de trabalho e da própria organização como meros objetos; e, finalmente, a falta de realização no trabalho, que se refere à tendência do indivíduo de avaliar negativamente seu próprio desempenho profissional. Essas dimensões combinadas frequentemente resultam em uma sensação de descontentamento e insatisfação entre os trabalhadores em relação ao seu crescimento e progresso na carreira.

Em 2022, por meio da CID-11 (décima primeira revisão da Classificação Internacional de Doenças), a Organização Mundial da Saúde (OMS) vinculou um código específico (QD85) para o *burnout*, descrevendo-o como “estresse crônico de trabalho que não foi administrado com sucesso”. Apesar de sua classificação tardia, no Brasil, a legislação sanitária, assim como a previdenciária, reconhece o *burnout* como uma enfermidade associada ao ambiente laboral desde 1999, conforme estabelecido pela Portaria/MS n.º 1.339/1999.

2.2 Indícios de *Burnout* em Acadêmicos e Contadores

A realidade acadêmica, de acordo com Salgado e Au-Yong-Oliveira (2021), representa para os estudantes o momento de busca pelo aperfeiçoamento e qualificação profissional, que os proporcionará melhores chances de obter uma vaga almejada. Teodoro *et al.* (2009), em seu estudo Empregabilidade e (in)formação: um estudo sobre os fatores que impactam as atividades dos contadores no Município de Recife – Pernambuco, ao analisar uma amostra de 218 entrevistados, concluiu que 148 estudantes estavam empregados antes de concluir a graduação, representando 68% do total. O enfrentamento da dupla jornada pelos discentes de Ciências Contábeis os leva a conciliar as exigências do mercado de trabalho com as responsabilidades acadêmicas da graduação.

De acordo com Salgado e Au-Yong-Oliveira (2021), o estresse enfrentado pelos acadêmicos tende a aumentar conforme a graduação avança. As incertezas e o medo do fracasso iniciais se agravam à medida que o curso avança e as exigências acadêmicas aumentam. O que essa exposição à competitividade e às exigências do mercado, tanto acadêmicas quanto profissionais, representa para os discentes é uma exposição constante a situações potencialmente estressantes, que, somadas à dupla jornada, tornam os estudantes suscetíveis à síndrome de esgotamento profissional.

Para Guimarães (2014), a Síndrome de *Burnout* não surge necessariamente de um único evento traumático, mas da soma de pequenos estresses diários que, ao longo do tempo, resultam em um estado de estresse crônico. Esse fenômeno é caracterizado por mudanças graduais, muitas vezes sutis, nas dimensões da Exaustão Emocional, Descrença e Eficácia Profissional. Além disso, é sugerido que fatores como motivação, incentivos, desejos e metas desempenham um papel significativo no desenvolvimento da condição.

Trata-se, portanto, de um distúrbio psicossocial desencadeado por processos estressantes cotidianos, com uma realidade acadêmica e profissional que exige muito psicologicamente daqueles que a integram (Guimarães, 2014). O período da graduação é um alvo constante de estresse por representar um momento decisivo de assumir responsabilidades e preparar-se para o futuro profissional.

O estudo relevante, realizado por Peleias *et al.* (2022), abordou a prevalência de *Burnout* entre estudantes de Ciências Contábeis, analisando os fatores sociodemográficos e acadêmicos que contribuem para essa condição. Os autores observaram que a alta carga de trabalho e as pressões acadêmicas são fatores significativos que agravam a incidência de *Burnout*. A pesquisa revelou que muitos acadêmicos enfrentam desafios não apenas relacionados ao conteúdo do curso, mas também à gestão do tempo e ao equilíbrio entre vida pessoal e acadêmica, o que, por sua vez, impacta sua saúde mental e desempenho.

Em um estudo recente, Ferreira, Crispim e Dantos (2023) investigaram a percepção da síndrome de *Burnout* entre discentes de Ciências Contábeis em uma universidade pública, destacando a influência do contexto pós-pandemia. Os resultados mostraram que muitos estudantes apresentavam níveis elevados de exaustão emocional e despersonalização, sugerindo a urgência de intervenções para melhorar a saúde mental e o bem-estar desses acadêmicos.

Almeida *et al.* (2023), em seu estudo Síndrome de Burnout em discentes de cursos de Ciências Contábeis de uma universidade pública, verificou que as características sociodemográficas influenciam diretamente a incidência das subdimensões da síndrome entre os acadêmicos.

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Quanto ao objetivo, a presente pesquisa se classifica como descritiva, pois os dados coletados foram utilizados para compreender comportamentos e relacioná-los à problemático tema da pesquisa, bem como com os resultados obtidos em outros estudos realizados.

Em termos de abordagem, a pesquisa pode ser classificada como quantitativa, quanto ao procedimento de coleta de dados, a pesquisa se classifica como *survey* avaliando a incidência das dimensões da síndrome (exaustão, cinismo e realização pessoal) no corpo estudantil e com algumas questões adaptadas por Almeida *et al.* (2023) conforme o MBI-SS (Maslach *Burnout* Inventory – Student Survey), associadas às subdimensões e itens relacionados ao *Burnout* no contexto acadêmico.

A população consistiu nos estudantes do curso de Ciências Contábeis da Instituição de Ensino Superior pública, que, de acordo com dados do SIGAA, em 16/09/2024, era composta por 1.264 alunos ativos. A amostra analisada foi composta por 176 alunos respondentes, distribuídos entre todos os períodos do curso. O único critério para exclusão ocorreu na etapa

voltada para as experiências laborais, na qual os alunos com experiência de estágio e trabalho foram orientados a responder de acordo com suas vivências.

Os dados foram coletados por meio de um questionário eletrônico. Os alunos foram convidados a participar através de e-mail e redes sociais. O questionário utilizou uma escala dicotômica, composta pelas opções: “me identifico”, “não me identifico” e “prefiro não responder”. Os resultados obtidos por meio da aplicação do questionário foram organizados em planilhas utilizando o software Microsoft Excel e passaram por uma análise descritiva.

4 ANÁLISE DE RESULTADOS

4.1 Perfil Sociodemográfico

A primeira parte do questionário teve como objetivo delinear o perfil socioeconômico dos estudantes de contábeis. Na Tabela 1, são apresentadas as características dos respondentes em relação à faixa etária, sexo, renda, formação acadêmica e atuação profissional na área contábil.

Tabela 1 - Perfil sociodemográfico

Informações		Quantidade	(%)
Gênero	Masculino	85	48,3%
	Feminino	91	51,7%
		176	100%
Faixa etária	Até 18 anos	24	13,64%
	De 19 a 27 anos	133	75,57%
	De 28 a 35 anos	14	7,95%
	De 36 a 49 anos	3	1,70%
	Acima de 50 anos	2	1,14%
		176	100%
Estado Civil	Solteiro(a)	153	86,93%
	União estável	7	3,98%
	Casado(a)	16	9%
		176	100%
Período matriculado	1º - 2º período	45	25,57%
	3º - 4º período	25	14,20%
	5º - 6º período	33	18,75%
	7º período diante	73	41,48%
		176	100%
Possui outra ocupação além de estudante ?	Apenas estudo	32	18,18%
	Faço estágio	63	35,80%
	Trabalho na área	41	23,30%
	Trabalho em outra área	40	22,73%
		176	100%
Caso trabalhe/estagie na área, em qual setor?	Apenas estudo/trabalho em outra área	61	34,66%
	Contábil	45	25,57%
	Fiscal	15	8,52%
	Pessoal	18	10,23%
	Financeiro	16	9,09%
	Mais de um setor	6	3,41%
	Outros	15	8,52%
		176	100%

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

A amostra da pesquisa consistiu em 176 discentes, sendo 51,7% do sexo feminino e 48,3% do sexo masculino. A distribuição de gênero foi relativamente equilibrada, com uma ligeira predominância de mulheres, o que pode indicar que o curso de Ciências Contábeis está atraindo tanto homens quanto mulheres de forma quase equitativa.

A maioria dos participantes está na faixa etária de 19 a 27 anos (75,57%), seguida pela faixa etária de até 18 anos (13,64%). Menos de 10% dos participantes se encontravam em faixas etárias mais avançadas. Quanto ao estado civil, a maior parte dos respondentes era solteira (86,93%), o que era esperado, considerando a predominância de estudantes jovens no curso.

Em relação à distribuição da amostra por período de matrícula, observou-se maior participação dos estudantes concluintes, com 41,48% das respostas provenientes de discentes a partir do 7º período. Em seguida, 25,57% dos respondentes estavam matriculados no 1º e 2º períodos. Já os estudantes do 5º e 6º períodos representaram 18,75% das respostas, enquanto 14,20% dos respondentes eram alunos do 3º e 4º períodos.

Quanto à ocupação dos respondentes além dos estudos, 18,18% afirmaram se dedicar exclusivamente à vida acadêmica. A maioria, 35,80%, relatou estar estagiando, enquanto 23,30% já trabalhavam na área de contabilidade. Por fim, 22,73% indicaram trabalhar em outra área. Esses dados refletem o perfil diversificado dos estudantes, com uma parte significativa já inserida no mercado de trabalho, seja por meio de estágios ou empregos formais.

4.2 Subdimensão “Exaustão”

A Tabela 2 apresenta os resultados das afirmativas relacionadas à dimensão de exaustão, com os percentuais referentes à amostra total de 176 participantes.

Observando a Tabela 2, é possível perceber que, das cinco afirmativas, quatro obtiveram um índice de identificação superior a 50%. As duas afirmativas com as quais os estudantes mais se identificaram foram aquelas relacionadas ao cansaço no início e no final de um dia em que precisam ir para a aula, com 76,14% e 72,16% da amostra se identificando com as afirmativas 4 e 6. Guimarães (2014) argumenta que a síndrome de *Burnout* pode surgir do acúmulo de estresse crônico decorrente de diversos fatores diários. O fato de mais de 70% da amostra se identificar com um estado constante de exaustão e esgotamento emocional sugere uma predisposição para o desenvolvimento desse estresse crônico.

Tabela 2 - Subdimensão “exaustão

Subdimensões e itens abordados no MBI-SS		Respostas gerais			
	Itens	Me identifico	Não me identifico	Prefiro não Responder	Total
Exaustão	1 – Sinto-me esgotado(a) emocionalmente pelos meus estudos	50,57%	47,73%	1,70%	100%
	4 – Sinto-me esgotado(a) no fim de um dia que tenho aula	76,14%	23,30%	0,57%	100%
	6 – Sinto-me cansado(a) quando me levanto para outro dia de aula	72,16%	25,57%	2,27%	100%
	8 – Estudar e frequentar as aulas são, para mim um grande esforço	51,14%	45,45%	3,41%	100%
	12 – Sinto-me consumido(a) pelos meus estudos	47,16%	48,30%	4,55%	100%

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Na Tabela 3, o critério para comparação das respostas passou a ser o gênero dos respondentes, sendo 85 do gênero masculino e 91 do gênero feminino. Para facilitar a análise, os índices das respostas para as afirmativas dentro da subdimensão foram somados e, em seguida, divididos pelo número total de afirmativas, resultando no índice médio de identificação, não identificação e preferência por não responder de cada gênero.

Tabela 3 - Média de identificação por gênero com afirmativas da subdimensão “exaustão” (acadêmica)

Gênero	Identificação média	Não identificação média	Prefereu não responder	Total
Masculino	51,29%	45,65%	3,06%	100%
Feminino	67,03%	30,99%	1,98%	100%

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Na Tabela 4, o ponto referencial para comparação dos dados passa a ser o período matriculado dos respondentes do questionário, seguindo o mesmo método da tabela anterior no que concerne a soma dos índices de resposta para cada afirmativa, dividido pelo total de afirmativas da subdimensão. A amostra de 176 estudantes foi dividida em quatro grupos: 45 alunos dos 1º e 2º períodos; 25 dos 3º e 4º períodos; 33 dos 5º e 6º períodos; e 73 do 7º período em diante. Essa categorização facilita a análise da progressão nas respostas ao longo dos diferentes estágios da graduação.

Tabela 4 - Média de identificação por período com afirmativas da subdimensão “exaustão” (acadêmica)

Período matriculado(a)	Identificação média	Não identificação média	Preferiu não responder	Total
1º - 2º período	56,44%	41,78%	1,78%	100%
3º - 4º período	60,00%	38,40%	1,60%	100%
5º - 6º período	55,76%	41,82%	2,42%	100%
7º período em diante	62,74%	33,97%	3,29%	100%

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Os períodos com maior identificação média com a subdimensão de exaustão emocional foram os mais avançados, a partir do 7º semestre, com 62,74% de identificação média com as afirmativas. Esse dado está em consonância com o que é proposto por Salgado e Au-Yong- Oliveira (2020), que afirmam que o estresse enfrentado pelos acadêmicos tende a aumentar à medida que a graduação avança.

Os primeiros períodos, por outro lado, registraram uma média de identificação ligeiramente superior à dos alunos do 5º e 6º períodos, com 56,44% contra 55,76%. Soares e Oliveira (2013) indicam que os primeiros períodos da graduação são caracterizados por um processo de adaptação à realidade do ensino superior, e essa vivência do novo cotidiano pode ser uma fonte de estresse para os estudantes.

As afirmativas dessa etapa foram adaptadas do contexto acadêmico para o ambiente de trabalho, resultando nos dados apresentados na Tabela 5. A amostra permaneceu com os 176 estudantes, mas apenas aqueles que estagiam ou trabalham foram orientados a responder com as opções “me identifico” ou “não me identifico”. Os estudantes que se dedicam exclusivamente ao estudo escolheram a opção “Prefiro não responder”. Esse critério de seleção permitiu uma análise mais direcionada das experiências dos alunos no ambiente profissional.

Tabela 5 - Subdimensão “exaustão” (ambiente de trabalho)

Subdimensões e itens abordados no MBI-SS		Respostas gerais			
	Itens (Voltados para o ambiente de trabalho)	Me identifico	Não me identifico	Prefiro não responder	Total
Exaustão	1 – Sinto-me esgotado (a) emocionalmente pelo meu trabalho	31,82%	56,25%	11,93%	100%
	4 – Sinto-me esgotado(a) no fim de um dia em que preciso trabalhar	57,95%	31,25%	10,80%	100%
	6 – Sinto-me cansado(a) quando me levanto para outro dia de trabalho	60,80%	27,27%	11,93%	100%
	12 – Sinto-me consumido(a) pelo meu Trabalho	32,95%	54,55%	12,50%	100%

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Salgado e Au-Yong-Oliveira (2021) abordam as incertezas enfrentadas no ensino superior, que em contrapartida à rotina do trabalho, com recompensas mais imediatas na forma da remuneração e benefícios, acabam sendo exacerbadas, o que pode levar os estudantes que trabalham a enxergarem subconscientemente os estudos, como um empecilho para o descanso e não um caminho para melhores condições de vida.

4.3 Subdimensão “cinismo”, ou “despersonalização”

Seguindo o modelo proposto por Maslach e Leiter (2016), a segunda subdimensão abordada no questionário foi o “Cinismo”, também chamado de “Despersonalização”. Conforme definido pelos autores, essa subdimensão reflete uma atitude de distanciamento ou indiferença em relação à ocupação, seja ela acadêmica ou profissional. Para esta etapa, os pertinentes à amostra total de 176 alunos estão apresentados na Tabela 6 a seguir:

Tabela 6 - Subdimensão “cinismo” (ambiente acadêmico)

Subdimensão	Itens	Me identifico	Não me identifico	Prefiro não Responder	Total
Cinismo ou despersonalização	2 – Eu questiono o sentido e a importância de meus estudos	50,00%	48,86%	1,14%	100%
	9 – Tenho me tornado menos interessado(a) nos estudos desde que entrei na universidade	28,41%	66,48%	5,11%	100%
	10 – Tenho me tornado menos interessado(a) nos meus estudos	59,66%	37,50%	2,84%	100%
	14 - Tenho estado mais do meu potencial e da utilidade dos meus estudos	52,84%	43,18%	3,98%	100%

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Das quatro afirmativas apresentadas, três alcançaram um índice de identificação igual ou superior a 50%. Um total de 59,66% da amostra relatou um crescente desinteresse pelos estudos, enquanto apenas 28,41% notou essa diminuição de interesse após ingressar no ensino superior. Esses resultados podem indicar que a queda de interesse nos estudos não se deu a partir do momento de ingresso na universidade, mas sim com o decorrer do curso e o início da vida profissional.

Pode-se observar na Tabela 7 como os respondentes de diferentes períodos do curso reagiram às afirmativas. A amostra de 176 estudantes foi novamente segmentada em quatro grupos: 45 alunos pertencentes ao 1º e 2º períodos, 25 alunos do 3º e 4º períodos, 33 alunos do 5º e 6º períodos e 73 alunos que estão no 7º período ou acima.

Tabela 7 - Média de identificação por período com afirmativas da subdimensão “cinismo” (acadêmica)

Período matriculado(a)	Identificação média	Não identificação média	Preferiu não responder	Total
1º - 2º período	34,44%	59,44%	6,12%	100%
3º - 4º período	47,00%	51,00%	2,00%	100%
5º - 6º período	46,97%	48,48%	4,55%	100%
7º em diante	43,15%	55,48%	1,37%	100%

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

De acordo com Ben-Eliyahu *et al.* (2018), o engajamento efetivo dos estudantes tende a cair ao longo do ensino superior, não só por questões de desempenho, mas também em razão de atividades externas, especialmente o trabalho. O retorno financeiro mais imediato é um fator determinante para essa perda de interesse, como já mencionado anteriormente, o que também é um dos grandes motivadores para a evasão do ensino superior (Tinto, 1993).

Com o gênero voltando a ser tomado como filtro para os dados obtidos (85 respondentes do gênero masculino e 91 do gênero feminino), dessa vez para a subdimensão “cinismo”, chegam-se aos dados apresentados conforme a Tabela 8.

Tabela 8 - Média de identificação por gênero com afirmativas da subdimensão “cinismo” (acadêmica)

Gênero	Identificação média	Não identificação média	Preferiu não responder	Total
Masculino	39,71%	55%	5,29%	100%
Feminino	44,51%	54,12%	1,37%	100%

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

A identificação média masculina com a subdimensão de exaustão emocional foi ainda mais reduzida em comparação à outra, caindo de 51,29% para 39,71%. Além disso, a identificação média feminina com as afirmativas permanece superior à masculina, possivelmente devido a fatores como a maior facilidade das mulheres em expressar e identificar seus sentimentos, em

contraste com a tendência masculina de reprimir ou lutar contra os próprios sentimentos, como defendido por Holmes (1997).

Esse resultado é bastante semelhante ao encontrado por Almeida *et al.* (2023), que também não observou uma diferença significativa em relação ao gênero como fator determinante na identificação com a subdimensão de cinismo. No estudo de Almeida *et al.* (2023), a diferença no escore médio entre os gêneros foi de cerca de 5 pontos, enquanto no presente estudo, a variação nas médias de identificação foi próxima a 5%.

O indicador sociodemográfico que apresentou maiores variações no caso da despersonalização acadêmica foi o período em que os estudantes estavam matriculados. Ao observar a subdimensão do “cinismo” sob a perspectiva da realidade do mercado de trabalho, os dados obtidos são os seguintes:

Tabela 9 - Subdimensão “cinismo” (ambiente de trabalho)

Subdimensão	Itens	Me identifico	Não me identifico	Prefiro não responder	Total
Cinismo ou despersonalização	2 – Eu questiono o sentido e a importância do meu trabalho	32,39%	56,82%	10,80%	100%
	9 – Tenho me tornado menos interessado(a) no meu trabalho	31,25%	55,11%	13,64%	100%
	14 – Tenho estado mais descrente do meu potencial e da utilidade do meu trabalho	27,84%	57,39%	14,77%	100%

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Conforme ilustrado na Tabela 9, os índices de identificação com as afirmativas relacionadas ao cinismo no ambiente de trabalho foram relativamente baixos, especialmente quando comparados aos resultados obtidos no contexto acadêmico, onde três das quatro afirmativas apresentaram índices de identificação superiores a 50%. A identificação média no ambiente de trabalho foi de 30,49%, refletindo diretamente o crescente cinismo ao longo dos períodos acadêmicos, com exceção do último período, conforme abordado na Tabela 8.

Os dados relativos a essa subdimensão indicaram um aumento do cinismo em relação à importância dos estudos à medida que o curso avançava, atingindo seu pico nos períodos intermediários, e apresentando uma queda nos períodos finais. No entanto, essa tendência não se aplica ao ambiente de trabalho, que demonstrou resultados gerais de baixa identificação com as afirmativas. Esses achados estão em consonância com os resultados de Almeida (2023) e com a fundamentação teórica de Ben-Eliyahu *et al.* (2018), que discute a priorização do trabalho e os resultados financeiros imediatos em detrimento da educação.

4.4 Subdimensão “realização pessoal” ou “eficácia profissional”

Tratando-se da terceira e última subdimensão do *Burnout*, conforme o modelo proposto por Maslach e Leiter (2016), tem-se uma preocupação com a realização pessoal obtida (ou não) pelo indivíduo por meio do emprego de dedicação a uma atividade, sendo ela o trabalho ou a educação. O questionário aplicado poderia seguir duas abordagens diferentes. A segunda abordagem foi a escolhida, e os dados obtidos estão expostos conforme a Tabela 10 abaixo, com os índices pertinentes à amostra total de 176 alunos.

Tabela 10 - Subdimensão “realização pessoal” (ambiente acadêmico)

Subdimensão	Itens	Me identifico	Não me identifico	Prefiro não responder	Total
Realização pessoal ou eficácia profissional	3 - Tenho aprendido muitas coisas interessantes no decorrer dos estudos	89,20%	7,39%	3,41%	100%
	5 - Durante as aulas, sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz	40,91%	48,86%	10,23%	100%
Realização pessoal ou eficácia profissional	7 - Sinto-me estimulado(a) quando concluo com êxito minha meta de estudo	82,95%	15,91%	1,14%	100%
	11 - Considero-me um(a) bom/boa estudante	63,64%	28,41%	7,95%	100%
	13 - Posso resolver os problemas que surgem nos meus estudos	72,16%	19,89%	7,95%	100%
	15 - Acredito que eu seja eficaz na contribuição das aulas que frequento	40,91%	48,30%	10,80%	100%

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Introduzido por Bandura (1978) apoia-se em fontes de influência na forma de experiências de sucesso e modelagem social (observar outros obtendo sucesso em tarefas semelhantes) como pilares da construção do nível individual de autoeficácia e confiança. Assim, pode-se concluir que as experiências particulares representam um fator determinante na construção do perfil acadêmico do indivíduo. Se os dados relativos à realização pessoal acadêmica forem filtrados utilizando os períodos matriculados, tem-se o exposto na Tabela 11.

Tabela 11 - Média de identificação por período com afirmativas da subdimensão “realização pessoal”(acadêmica)

Período matriculado(a)	Identificação média	Não identificação média	Preferiu não responder	Total
1º - 2º período	69,63%	22,22%	8,15%	100%
3º - 4º período	66,00%	27,33%	6,67%	100%
5º - 6º período	64,14%	28,79%	7,07%	100%
7º em diante	62,33%	31,51%	6,16%	100%

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

A homogeneidade observada ao longo dos períodos, com pouca variação na identificação média, sugere que o momento do curso não é um fator determinante para a realização pessoal dos indivíduos da amostra. Esse achado corrobora com a ideia defendida por Zimmerman (2000), de que as experiências pessoais desempenham um papel mais significativo na construção do conceito de autoeficácia, e, por consequência, da realização pessoal no ambiente acadêmico.

Em relação ao ambiente de trabalho, os resultados indicaram um alto índice de realização pessoal entre os respondentes, como pode ser visto na Tabela 12

Tabela 12 - Subdimensão “Realização pessoal” (ambiente de trabalho)

Subdimensão	Itens	Me identifico	Não me identifico	Prefiro não responder	Total
Realização Pessoal ou Eficácia Profissional	5 - Durante o trabalho, sinto-me confiante: realizo as tarefas de forma eficaz	61,36%	22,73%	15,91%	100%
	7 - Sinto me estimulado(a) quando concluo com êxito meus afazeres no trabalho	73,86%	13,64%	12,50%	100%

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

4.5 Práticas organizacionais e individuais de prevenção

Na última etapa do questionário, os participantes foram apresentados a uma série de afirmativas relacionadas a práticas de prevenção, abordando temas como autocuidado, administração do tempo livre, equilíbrio entre estudos e trabalho e, também, perspectivas profissionais. Esta etapa foi elaborada com base no artigo de Perniciotti (2020), intitulado “Síndrome de Burnout nos Profissionais de Saúde: Atualização sobre Definições, Fatores de Risco e Estratégias de Prevenção”.

Os resultados gerais dessa etapa estão apresentados na Tabela 13, que mostra os índices de resposta relativos à amostra total de 176 participantes.

Tabela 13 - Práticas organizacionais e individuais de prevenção

Itens	Me identifico	Não me identifico	Prefiro não responder	Total
1. Eu me sinto mais preparado(a) para lidar com o estresse quando tenho tempo para mim	87,50%	10,23%	2,27%	100%
2. Eu acho que práticas de autocuidado, como garantir um descanso adequado, são importantes para lidar com o estresse	96,02%	2,27%	1,70%	100%
3. Eu acredito que flexibilidade de horário ajudaria a reduzir meu estresse no trabalho	82,95%	9,66%	7,39%	100%
4. Atividade física regular me dá mais vigor para lidar com a rotina	75,57%	16,48%	7,95%	100%
5. Eu sinto que um melhor plano de carreira tornaria meu trabalho mais motivador	76,70%	13,07%	10,23%	100%
6. Eu acredito que o reconhecimento e a valorização do meu trabalho são importantes para minha saúde mental	84,09%	10,23%	5,68%	100%
7. Fazer pausas frequentes durante os estudos é importante para minha saúde Mental	86,93%	11,93%	1,14%	100%
8. Eu acredito que ter acesso a recursos de suporte psicológico na instituição de ensino seria benéfico para minha saúde mental	78,98%	10,80%	10,23%	100%
9. Manter um equilíbrio entre estudos e lazer é essencial para minha saúde mental	96,02%	3,41%	0,57%	100%
10. Não tenho tempo ou recursos para cuidar de mim como gostaria	71,59%	23,86%	4,55%	100%
11. Acredito que as organizações (laboral e acadêmica) poderiam fazer mais pela saúde mental dos seus integrantes	89,77%	5,11%	5,11%	100%

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Todas as afirmativas obtiveram um alto índice de identificação por parte dos participantes do questionário. Esse resultado era esperado, considerando o aumento da consciência coletiva sobre hábitos de saúde mental. No entanto, é importante destacar que diversos estudos abordam o chamado “gap entre conhecimento e ação”, que sugere que, embora os hábitos saudáveis sejam amplamente conhecidos, a prática efetiva desses hábitos ainda é frequentemente negligenciada por boa parte da população. Isso se aplica, especialmente, à manutenção da saúde mental (Flett; Hewitt, 2015).

As afirmativas com maior índice de identificação foram as de número 2 e 9, ambas com 96,02% de concordância. Essas questões estavam relacionadas a práticas de descanso e lazer. Já as afirmativas com menor índice de identificação (mas ainda altas) foram as de número 4 e 10, que abordavam a prática de exercícios físicos e a falta de tempo ou recursos para o autocuidado, com índices de 75,57% e 71,59%, respectivamente.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho teve como objetivo investigar como a síndrome de *Burnout* afeta os acadêmicos do curso de Ciências Contábeis em uma instituição de ensino superior pública, dada a crescente relevância do tema. Para atingir esse objetivo, foi realizada uma pesquisa quantitativa com os estudantes do curso de Ciências Contábeis no Campus I da instituição.

Os resultados obtidos possibilitaram a avaliação do grau de identificação da amostra com cada subdimensão do *Burnout*, correlacionando essas dimensões a diferentes aspectos do perfil sociodemográfico, como gênero e período do curso. Observou-se um alto nível de identificação nas três subdimensões, com médias de 59,43% para a exaustão emocional e 47,73% para o cinismo. No entanto, o alto índice de realização pessoal indicou um afastamento da síndrome, contrastando com os resultados obtidos nas outras subdimensões.

As afirmativas adaptadas para o ambiente de trabalho revelaram um índice de identificação inferior, sugerindo que os estudantes atribuem os impactos negativos principalmente à vida acadêmica, e não ao contexto profissional. Este estudo visa, através dos dados obtidos, incentivar a realização de pesquisas futuras, bem como destacar a necessidade de uma maior preocupação das organizações com a saúde mental de seus membros. Os resultados indicam que, no contexto acadêmico, os estudantes de Ciências Contábeis percebem a vida acadêmica como o principal fator prejudicial à sua saúde mental, ao passo que o ambiente de trabalho, especialmente na área contábil, não é visto como o fator mais impactante psicologicamente.

A pesquisa enfrentou algumas limitações, particularmente na coleta de respostas, com uma amostra representando aproximadamente 13,92% do total de estudantes matriculados no curso de Ciências Contábeis da Universidade Federal da Paraíba. Além disso, os dados obtidos abrem possibilidades para o desenvolvimento de diversas outras análises, como a correlação entre os itens dos perfis sociodemográficos e as subdimensões do *Burnout*.

Recomenda-se que futuras pesquisas ampliem a amostra e utilizem a escala de frequência de 0 a 6, conforme o modelo original do MBI-SS, o que possibilitaria a realização de testes estatísticos mais avançados e precisos.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, R. S. de; MORENO, K. A. C.; WALTER, S. A.; SILVA, S. C. da. Síndrome de *burnout* em discentes de cursos de Ciências Contábeis de uma universidade pública. **CAFI**, v. 6, n. 2, p. 221–247, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.23925/cafi.62.60643>. Acesso em: 13 nov. 2025.

BANDURA, A. Reflections on self-efficacy. **Advances in Behaviour Research and Therapy**, v. 1, n. 4, p. 237–269, 1978.

BEN-ELIYAHU, A. *et al.* Investigating the multidimensionality of engagement: Affective, behavioral, and cognitive engagement across science activities and contexts. **Contemporary Educational Psychology**, v. 53, p. 87–105, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2018.01.002>. Acesso em: 28 set. 2024.

FERREIRA, C. D.; CRISPIM, G.; DANTOS, G. Síndrome de *burnout* em discentes de Ciências Contábeis, no cenário da pós-pandemia da COVID-19. **Revista Uniaraguaia**, v. 18, n. 2, p. 11–20, 2023. Disponível em: <http://sipe.uniaraguaia.edu.br/index.php/revista/article/view/660>. Acesso em: 19 out. 2024.

FLETT, G. L.; HEWITT, P. L. Perfectionism, stress, and coping: Implications for depression, anxiety, and health. **Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy**, v. 33, n. 3, p. 239–271, 2015.

GUIMARÃES, E. R. **A síndrome de *burnout* em estudantes de ciências contábeis: pesquisa na cidade de São Paulo**. 2014. Dissertação (Mestrado em Controladoria e Contabilidade) – Faculdade Escola de Comércio Álvares Penteado, São Paulo, SP, 2014.

HOLMES, D. S. **Psicologia dos transtornos mentais**. 2. ed. S. Costa, trad. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.

KAZANTZIS, N. *et al.* The processes of cognitive behavioral therapy: A review of meta-analyses. **Cognitive Therapy and Research**, v. 42, p. 349–357, 2018.

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. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/wps.20311>. Acesso em: 21 abr. 2024.

MASLACH, C.; SCHAUFELI, W. B.; LEITER, M. P. Job *burnout*. **Annual Review of Psychology**, v. 52, p. 397–422, 2001.

PELEIAS, I. M. *et al.* *Burnout* em acadêmicos de Ciências Contábeis: Prevalência e fatores associados. **Revista Brasileira de Gestão de Negócios**, v. 24, n. 1, p. 45–59, 2022. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/361831902_Burnout_em_academicos_de_Ciencias_Contabeis_prevalencia_e_fatores_associados. Acesso em: 21 out. 2024.

PELEIAS, I. R.; PETRUCCI, V. B. C.; GARCIA, M. N.; SILVA, D. Pesquisa sobre a percepção dos alunos do 1º ano de Ciências Contábeis na cidade de São Paulo em relação às dificuldades por eles percebidas no período noturno. **Revista Universo Contábil**, v. 4, n. 1, p. 81–94, 2008.

PERNICIOTTI, P. et al. Síndrome de burnout nos profissionais de saúde: Atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. **Revista SBPH**, v. 23, n. 1, p. 35–52, 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582020000100005&lng=pt&nr=m=iso. Acesso em: 11 jul. 2024.

SALGADO, S.; AU-YONG-OLIVEIRA, M. Student burnout: A case study about a Portuguese public university. **Education Sciences**, v. 11, n. 1, p. 31, 2021. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2227-7102/11/1/31>. Acesso em: 4 mar. 2024.

SOARES, M. H.; OLIVEIRA, F. S. A relação entre álcool, tabaco e estresse em estudantes de enfermagem. SMAD, **Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, v. 9, n. 2, p. 88–94, 2013.

SCHWARTZ, M. S.; Will, G. T. Low morale and mutual withdrawal on a mental hospital ward. **Psychiatry: Journal for the Study of Interpersonal Processes**, v. 16, n. 4, p. 337–353, 1953.

TEODORO, A. F. O.; TEODORO, J. C.; RIBEIRO FILHO, J. F.; CUNHA, S. A. **Empregabilidade e (in)formação: Um estudo sobre os fatores que impactam as atividades dos contadores no município de Recife** – Pernambuco, Congresso Virtual Brasileiro de Administração, v. 6, 2009.

TINTO, V. **Leaving college: Rethinking the causes and cures of student attrition**. 2. ed. Chicago: University of Chicago Press, 1993. Disponível em: <https://doi.org/10.7208/chicago/9780226922461.001.0001>. Acesso em: 26 set. 2024.

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE. **Síndrome de burnout: Professor da UFF realiza estudos sobre promoção de saúde nos ambientes acadêmicos**. 2023. Disponível em: <https://www.uff.br/?q=noticias/11-04-2023/sindrome-de-burnout-professor-da-uff-realiza-estudos-sobre-promocao-de-saude-nos>. Acesso em: 2 mar. 2024.

VIEIRA, I.; RUSSO, J. A. Burnout e estresse: Entre medicalização e psicologização. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 29, e290206, 2019.

ZIMMERMAN, B. J. Self-efficacy: An essential motive to learn. **Contemporary Educational Psychology**, v. 25, n. 1, p. 82–91, 2000.