



SAÚDE: ASPECTOS GERAIS – SAÚDE MENTAL

Volume 1

Organizador
Amanda Raquel Novaes Gomes





SAÚDE: ASPECTOS GERAIS – SAÚDE MENTAL

Volume 1

Organizador
Amanda Raquel Novaes Gomes

EDITORA
OMNIS SCIENTIA



Editora Omnis Scientia
SAÚDE: ASPECTOS GERAIS – SAÚDE MENTAL
Volume 1

1ª Edição

TRIUNFO – PE

2021

Editor-Chefe

Me. Daniel Luís Viana Cruz

Organizador (a)

Amanda Raquel Novaes Gomes

Conselho Editorial

Dra. Pauliana Valéria Machado Galvão

Dr. Wendel José Teles Pontes

Dr. Walter Santos Evangelista Júnior

Dr. Cássio Brancaloneone

Dr. Plínio Pereira Gomes Júnior

Editores de Área – Ciências da Saúde

Dra. Camyla Rocha de Carvalho Guedine

Dr. Leandro dos Santos

Dr. Hugo Barbosa do Nascimento

Dra. Pauliana Valéria Machado Galvão

Assistentes Editoriais

Thialla Larangeira Amorim

Andrea Telino Gomes

Imagem de Capa

Freepik

Edição de Arte

Leandro José Dionísio

Revisão

Os autores



**Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons – Atribuição-
NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional.**

**O conteúdo abordado nos artigos, seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de
responsabilidade exclusiva dos autores.**

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)**

S255 Saúde: aspectos gerais [livro eletrônico] : saúde mental: volume 1 /
Organizadora Amanda Raquel Novaes Gomes. – Triunfo, PE:
Omnis Scientia, 2021.
126 p. : il.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-88958-23-0

DOI 10.47094/978-65-88958-23-0

1. Doenças mentais – Prevenção. 2. Transtornos mentais.
3. Saúde da mente. I. Gomes, Amanda Raquel Novaes.

CDD 616.89

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422

Editora Omnis Scientia

Triunfo – Pernambuco – Brasil

Telefone: +55 (87) 99656-3565

editoraomnisscientia.com.br

contato@editoraomnisscientia.com.br



PREFÁCIO

A saúde mental é definida por muitos autores como o equilíbrio do bem-estar biopsicossocial do indivíduo, se fazendo necessário salientar as possíveis causas que levam ao adoecimento mental que são: os aspectos culturais, sociais, ambientais e biológicos de cada ser humano. Na atualidade, é crescente a evidência de doenças psíquicas, mediante mudanças tecnológicas, sociais e da singularidade do sujeito.

Nessa obra, visamos destacar a contemporaneidade da sociedade que nos encontramos, em especial a saúde mental, a atuação dos profissionais da saúde frente ao adoecimento mental e os prejuízos atuais causados pela pandemia do COVID-19. Dessa forma, um dos vários contextos atingidos durante esse período de crise na saúde mundial, foi a rotina acadêmica dos muitos discentes, suas práticas educacionais, o adoecimento e a atuação prática desses na rede de saúde mental.

Destarte, selecionamos o capítulo “OS EFEITOS DA SUPLEMENTAÇÃO DE PROBIÓTICOS NA DEPRESSÃO, ANSIEDADE E ESTRESSE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA”, entre os excelentes trabalhos selecionados para compor esta obra. O referido é descrito pela autora Miya (2020), de forma sistêmica, clara e objetiva os efeitos causados pela suplementação de probióticos através de sinais e sintomas presentes em transtornos mentais como a depressão, ansiedade e estresse citados no texto.

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1.....12

INTERVENÇÃO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE REALIZADA POR ENFERMEIROS:
ESTRATÉGIA PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE
COVID-19

Marina Dayrell de Oliveira Lima

Maria Odete Pereira

DOI: 10.47094/978-65-88958-23-0/12-22

CAPÍTULO 2.....23

PERCEPÇÃO INDIVIDUAL DE ALUNOS E DOCENTES SOBRE A RELAÇÃO ENTRE SAÚDE
MENTAL E ATIVIDADES ACADÊMICAS

Styllon Ferreira dos Santos

Isis de Freitas Espescht

DOI: 10.47094/978-65-88958-23-0/23-35

CAPÍTULO 3.....36

CUIDADOS DE ENFERMAGEM À PESSOA COM TRANSTORNO DEPRESSIVO
RECORRENTE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Letícia Costa de Araújo

Ledijane Nobre Moraes

Janaína de Almeida Prado

Mariana Bonfim de Araújo

Marina Pereira Moita

Gladys Dantas Borges

DOI: 10.47094/978-65-88958-23-0/36-44

CAPÍTULO 4.....	45
CARACTERIZAÇÃO DA SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	
João Lourenço dos Santos Neto	
Aldeany Maria da Silva	
Luana Alves de Freitas	
Angella Maria Santos Oliveira	
Givânia Bezerra de Melo	
Fernanda Silva Monteiro	
Magda Matos de Oliveira	
DOI: 10.47094/978-65-88958-23-0/45-57	
CAPÍTULO 5.....	58
SÍNDROME DE BURNOUT EM ESTUDANTES DE MEDICINA SUAS CAUSAS E CONSEQUÊNCIAS PSICOSSOCIAIS	
Ana Carolina Rios Rodrigues	
Bárbara Araújo Cristelo de Moraes	
Daniel Sossai Altoé	
Guilherme Subtil Cardoso	
Izabela Corona Sena	
Marcela Souza Lima Paulo	
Loise Cristina Passos Drumond	
Hebert Wilson Santos Cabral	
DOI: 10.47094/978-65-88958-23-0/58-67	

CAPÍTULO 6.....	68
-----------------	----

SÍNDROME DE BURNOUT NOS PROFISSIONAIS DA MEDICINA VETERINÁRIA

Williana Bezerra Oliveira Pessôa

Filipa Maria Soares de Sampaio

Ester Mares Ferreira Feitosa

Andressa Alencar Coelho

Maria Ruth Gonçalves da Penha

Jeane Ferreira de Andrade

Wanesca Natalia Santos Maciel

Maria do Socorro Vieira Gadelha

DOI: 10.47094/978-65-88958-23-0/68-76

CAPÍTULO 7.....	77
-----------------	----

SUICÍDIO ENTRE PROFISSIONAIS DA MEDICINA VETERINÁRIA

Maysa Fernandes Pereira

Alêssandra Rodrigues Rocha

Pamella Karini Barros Angelo

Dayane da Silva Pereira

Larissa Bruna de Oliveira Sales

Alexia Lavinia Amorim Viana

Maria Sinara de Matos Silva

Isabelle Rodrigues de Lima Cruz

Filipa Maria Soares de Sampaio

Maria do Socorro Vieira Gadelha

Francisco Nascimento Pereira Junior

DOI: 10.47094/978-65-88958-23-0/77-87

CAPÍTULO 8.....88

OS EFEITOS DA SUPLEMENTAÇÃO DE PROBIÓTICOS NA DEPRESSÃO, ANSIEDADE E ESTRESSE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Nicole Kemy Ida Miya

DOI: 10.47094/978-65-88958-23-0/88-100

CAPÍTULO 9.....101

APRENDIZAGEM IMPLÍCITA NO PORTADOR DO TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA): UMA REVISÃO DE LITERATURA

Raí da Silva Lopes

Geiciane Dias Leite

Raquel Virgínia Matheus Silva Gomes

DOI: 10.47094/978-65-88958-23-0/101-105

CAPÍTULO 10.....106

O IMPACTO DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA

Hellen Kristina Magalhães Brito

Natália Bontempo Mendes

Gabriela Teixeira Lima

Alef Jord Souza Pires

Willy Viana Cruz

Giovanna Luisa Martins Vargas

Nícollas Nunes Rabelo

Laura Caroline Gonzaga de Carvalho

Caroline Dias Simões

Victor Santana Correia Scalabrini

Rhuan de Santana Fernandes

DOI: 10.47094/978-65-88958-23-0/106-113

CAPÍTULO 11.....114

VIVÊNCIA DOS ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM EM UMA CLÍNICA PSIQUIÁTRICA EM
BELÉM DO PARÁ: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Ana Larissa Lobato de Freitas

Ana Paula Ribeiro Batista

Ana Carolina da Cruz Braga

Emilly Melo Amoras

Ingrid Cristina Siraides dos Anjos

Irene de Jesus Silva

Jainara de Souza Araújo

Josele de Jesus Quaresma Trindade

Luís Felipe de Sena Pinto

Lucas Carreira Ramos

Rita do Socorro Ribeiro Quaresma Oliveira

Arthur Rodrigues dos Santos Souza

DOI: 10.47094/978-65-88958-23-0/114-119

PERCEPÇÃO INDIVIDUAL DE ALUNOS E DOCENTES SOBRE A RELAÇÃO ENTRE SAÚDE MENTAL E ATIVIDADES ACADÊMICAS

Styllon Ferreira dos Santos¹

Universidade Federal de Juiz de Fora *Campus* Avançado Governador Valadares, Governador Valadares, Minas Gerais.

<http://lattes.cnpq.br/0027222146736323>

Isis de Freitas Espescht²

Universidade Federal de Viçosa, Viçosa, Minas Gerais.

<http://lattes.cnpq.br/7312268307461424>

RESUMO: Saúde mental é o termo que descreve o nível satisfatório de qualidade de vida cognitiva ou emocional ou a ausência de um transtorno mental. Dentre os transtornos mentais estão o estresse e a síndrome de *Burnout*, conceito elaborado nos anos 70 e que exprime a ideia de desgaste mental, físico, falha e esgotamento tornando o indivíduo inoperante. Considerada uma síndrome psicológica em resposta ao estresse com três dimensões: exaustão emocional, baixa realização pessoal e despersonalização. Diversos são os protocolos desenvolvidos para abordar a síndrome como o questionário Copenhagen *Burnout* Inventory (CBI). O presente estudo teve como objetivo avaliar como as atividades acadêmicas e de docência podem afetar a saúde mental da comunidade acadêmica, podendo resultar em transtornos mentais e *Burnout*. Foi utilizado o questionário, Copenhagen com adaptações, explicitando o caráter voluntário e anônimo da participação, enviado a comunidade acadêmica da Universidade Federal de Juiz de Fora, *campus* avançado Governador Valadares, via plataforma eletrônica. O questionário era composto por questões 14 objetivas, além de informações pessoais. O presente estudo aponta para uma complexidade de variáveis que se constituem em indicadores de que Síndrome de *Burnout* pode se manifestar, tanto para aqueles que estão no processo de formação quanto para aqueles na carreira docente. Essa configuração é consequência das crescentes exigências e demandas, tanto qualitativamente quanto quantitativamente às quais a população acadêmica está submetida. Foram encontrados dados que sugerem médias elevadas em Exaustão e Descrença por parte dos alunos e docentes e eventual sentimento de ineficácia Profissional, que são indicativos de *Burnout*.

PALAVRAS-CHAVE: Estresse. *Burnout*. Docência.

INDIVIDUAL PERCEPTION OF STUDENTS AND PROFESSORS ABOUT THE RELATION BETWEEN MENTAL HEALTH AND ACADEMIC ACTIVITIES

ABSTRACT: Mental health is the term that describes the satisfactory level of cognitive or emotional quality of life or the absence of a mental disease. Amongst mental diseases are stress and the Burnout syndrome, an idea developed in the 1970s, which expresses the presence of mental and physical failure and exhaustion, rendering the individual inoperative. Considered a psychological syndrome in response to stress with three dimensions: emotional exhaustion, low personal fulfillment and depersonalization. There are several protocols developed to address the syndrome, such as the Copenhagen Burnout Inventory (CBI) questionnaire. The present study aimed to evaluate how academic and teaching activities can affect the mental health of the academic community, which can result in mental disorders and Burnout. The Copenhagen questionnaire with adaptations was employed, explaining the voluntary and anonymous nature of participation, sent to the academic community of the Universidade Federal de Juiz de Fora, *campus* Governador Valadares, via electronic platform. The questionnaire contained 14 objective questions and personal information. The results point to a complexity of variables that constitute indicators that Burnout Syndrome may occur, both for those who are in the training process and for those in the teaching career. This configuration is a consequence of the growing demands, both qualitatively and quantitatively, to which the academic population is subjected. Data were found that suggest high averages of Exhaustion and Disbelief on the part of students and teachers and eventual feeling of Professional ineffectiveness, which are indicative of Burnout.

KEY WORDS: Stress. Burnout. Teaching.

INTRODUÇÃO

Para o termo Saúde Mental existem diversas definições, pois o conceito acompanha diversidades culturais, teorias e conceitos científicos e não científicos, podendo incluir a capacidade do indivíduo de apreciar os prazeres da vida e assim procurar equilíbrio entre os esforços diários (BRASIL, 2005).

Atualmente, transtornos mentais são responsáveis por um crescente e importante número afastamentos do trabalho, uma realidade comum aos docentes. Esses transtornos culminam em graves riscos para a saúde mental, podendo levar ao *Burnout*, um estado extremo de estresse e desgaste mental e físico (ANDRADE & CARDOSO, 2011).

Esse conceito foi elaborado nos anos 1970 pelo psicanalista Freudenberger e exprime a ideia de esgotamento e falha tornando o indivíduo inoperante. É de grande valia conhecer o conceito, para assim compreender a experiência do trabalhador e sua relação com a prática de trabalho diário. Além disso, é necessário reconhecer o *Burnout* como um problema social e motivar pesquisas para o desenvolvimento e compreensão, dos aspectos da síndrome (CARLLOTO, 2014).

Considerada uma síndrome psicológica em resposta ao estresse com três dimensões: 1) exaustão emocional, que se caracteriza pela falta de ânimo, onde o indivíduo sente que está com suas energias esgotadas 2) baixa realização pessoal, fazendo com que os trabalhadores, façam avaliações negativas do trabalho realizado, sentindo-se insatisfeito e incompetente, e 3) despersonalização, que tem como efeito a indiferença por parte do profissional afetado, fazendo que o mesmo trate os seus colegas de trabalho e até mesmo os clientes ou alunos com atitudes negligentes, ou atitudes desumanas em frente às exigências que lhe são impostas. Os primeiros sinais da síndrome que podem ser percebidos são a ansiedade, a irritabilidade e a desmotivação, o que dificulta o diagnóstico, subestimando-o, dadas as suas características genéricas. (CARLLOTO, 2014; MASSA, L.D.B, 2016).

O estresse é considerado, na atualidade, uma epidemia de caráter global, em que os indivíduos são submetidos a exigências de atualização, responsabilidades, e obrigações e situações que requerem constante adaptação, além de demandas e pressões pessoais e profissionais. Na atividade docente a situação não é diferente. Esses profissionais acumulam simultaneamente encargos administrativos, o papel de educador, orientador, mentor, pesquisador, extesionista, além de ter de se adaptar às diferentes características de seus alunos. (MASSA, 2016). A atividade docente carrega consigo uma extensa gama de demandas e responsabilidades que podem fazer com que o profissional se sinta sobrecarregado, o que pode acarretar em estresse, afetando a execução do ensino-aprendizagem (CARLLOTO, 2002; WITTER, 2003). Quando se fala em *Burnout* em professores, o foco principal não é somente a sua atuação na sala de aula, sendo assim, existem diversos fatores que estão interligados dentro do mesmo contexto, incluído tanto os fatores dentro da sala de aula quanto à relação do docente dentro do contexto social e político da instituição de trabalho (CARLLOTA, 2002).

Woods (1999) expõe um modelo sociológico para abordar os fatores condicionantes da síndrome, que estão subdivididos em: 1) Micro, os que situam dentro do relato da vida pessoal e profissional; 2) Meso, que são os fatores relacionados à instituição, como exemplo o tipo de escola e os entendimentos ético-culturais, e 3) macro que são os fatores políticos e globais. Ademais, na prática do trabalho docente é real o sofrimento causado pelas exigências que vem, na maioria das vezes, acompanhada da falta de estrutura, recursos e a falta de tempo para si e para os seus, tendo como consequência o adoecimento (HOFFMANN et al, 2017).

As crescentes exigências de um mundo conectado e globalizado com acelerado desenvolvimento tecnológico traz novas demandas e pressões não somente aos docentes, mas também aos alunos. Para esses, o conceito de *Burnout* também constitui-se de três aspectos: *Emocional*, em virtude das vindicações do estudo; *Descrença*, entendida como uma postura de dissociação frente ao estudo; e *Ineficiência Profissional*, percepção pessoa como incapazes enquanto estudantes. (CARLLOTO, 2006)

Diversos são os protocolos desenvolvidos para abordar e avaliar o *Burnout*. Em 2005, Kristensen, e colaboradores, criaram o questionário Copenhagen *Burnout* Inventory (CBI) que foi traduzida em oito línguas e permite a percepção dos diversos aspectos do esgotamento e estresse individual (KRISTENSEN, et al., 2005). No Brasil foi feita a versão brasileira “Copenhagen *Burnout*

Inventory – Student Survey” (CBI-SS), adaptada para ser aplicada em universitários (KRISTENSEN, et al. 2005; FONTE, 2011).

O presente estudo teve como objetivo avaliar como as atividades acadêmicas e de docência podem afetar a saúde mental da comunidade acadêmica, podendo resultar em *Burnout* utilizando-se o Copenhagen *Burnout* Inventory com adaptações.

METODOLOGIA

Foi conduzido um estudo transversal e descritivo, cuja população de origem foi a comunidade acadêmica da Universidade Federal de Juiz de Fora, *campus* avançado Governador Valadares.

Os instrumento de coleta de dados foi o questionário Copenhagen com adaptações, explicitando o caráter voluntário e anônimo da participação na pesquisa à todos os participantes.

O questionário foi enviado à comunidade acadêmica e docente da Universidade Federal de Juiz de Fora, *campus* avançado Governador Valadares, via plataforma eletrônica. O questionário era composto por informações pessoais e 14 questões objetivas com respostas graduadas em concordo plenamente, concordo parcialmente, não concordo nem discordo, discordo parcialmente, discordo totalmente e não sei responder, ou alternativamente sempre, frequentemente, raramente e nunca, permitindo que o participante fizesse uma avaliação da percepção individual sobre sua saúde mental e fatores relacionados às suas atividades profissionais.

RESULTADOS

Para a comunidade docente, o número de participantes foi de 30, majoritariamente da área da saúde e com 10 anos ou mais de carreira docente.

As respostas obtidas ao questionário dos professores estão descritas nas tabelas 1 a 4.

Já para o questionário respondido pelos alunos, O número total de participantes foi de 283, sendo alunos de Medicina correspondentes a 33,22% (n=94) desses, seguidos de 19,79% (n=56) de farmácia e fisioterapia, 12,72%(n=36) nutrição, 8,13% (n=23) odontologia, 4,95% (n=14) Educação Física, ciências econômicas 0,71% (n=2), e direito e mestrado com apenas 0,35% (n=1).

Desses, 43,11% (n=122) cursam do 1º ao 4º período, 38,87% (n=110) cursando 5º ao 8º período e 18,02% (n=51) cursam do 9º ao 12º período.

De acordo com a faixa etária 2,47% (n=7) apresentam idade menor que 18 anos, 33,22% (n=94) de 18 a 20 anos, 24,73% (n=70) 21 a 22 anos, 27,21% (n=77) 23 a 24 anos, 8,83% (n=25) 26 a 30 e 3,53% (n=10) com idade superior a 30 anos.

As respostas obtidas ao questionário dos professores estão descritas nas tabelas 5 a 8.

Tabela 1- Respostas fornecidas pelos professores ao questionário sobre percepção individual de alunos e docentes sobre a relação entre saúde mental e atividades acadêmicas para a pergunta acerca do departamento em que trabalha.

Pergunta	Administração	Departamento de Ciências Básicas da Vida	Medicina	Direito	Educação Física	Odontologia	Nutrição	Farmácia	Fisioterapia
Qual departamento?	1	5	12	1	1	3	1	5	1

Fonte: Autoria própria

Tabela 2- Respostas fornecidas pelos professores ao questionário sobre percepção individual de alunos e docentes sobre a relação entre saúde mental e atividades acadêmicas para a pergunta acerca de sua área de formação.

Pergunta	Bioquímica	Direito	Economia	Educação Física	Farmácia	Fisioterapia	Médico/a	Odontologia	Psicologia	Em Branco
Qual a sua formação ?	1	2	1	1	4	2	5	3	1	10

Fonte: Autoria própria

Tabela 3- Respostas fornecidas pelos professores ao questionário sobre percepção individual de alunos e docentes sobre a relação entre saúde mental e atividades acadêmicas para a pergunta acerca de seu tempo na carreira docente

Pergunta	1 a 2 anos	2 a 5 anos	5 a 10 anos	10 ou mais anos
Há quanto tempo está na carreira de docente?	1	9	8	12

Fonte: Autoria própria

Tabela 4- Respostas fornecidas pelos professores ao questionário sobre percepção individual de alunos e docentes sobre a relação entre saúde mental e atividades acadêmicas.

Pergunta	Sempre	Frequentemente	Às vezes	Raramente	Nunca/Quase nunca	Não sei responder
Você se sente cansado para trabalhar com alunos?	2	3	12	4	8	1
Com que frequência se sente verdadeiramente cansado?	4	7	12	5	2	0
Se sente esgotado ao fim de um dia de trabalho?	5	5	16	3	1	0
Com que frequência se sente fisicamente exausto?	2	9	14	4	1	0

Com que frequência se sente mentalmente cansado?	4	12	8	4	2	0
Com que frequência se sente emocionalmente cansado?	4	9	11	4	2	0
Se sente cansado pela manhã ao pensar em mais um dia de trabalho?	1	2	14	6	7	0
Se questiona por quanto tempo conseguirá permanecer na carreira acadêmica?	1	4	10	8	6	1
Pensa em desistir da carreira?	1	2	4	10	12	1
Pergunta	Discordo totalmente	Discordo parcialmente	Concordo parcialmente	Concordo totalmente	Não sei responder	
Sente que suas atividades acadêmicas afetam sua relação com sua família e amigos?	9	6	11	4	0	
Sente que suas atividades acadêmicas são emocionalmente desgastantes?	7	3	12	7	1	
Suas atividades acadêmicas te deixam frustrado?	6	6	14	3	1	
Sente que se doa mais do que se recebe nas atividades acadêmicas?	3	4	14	8	1	
Sente que suas atividades acadêmicas o deixam propenso a adoecer?	10	4	8	8	0	

Tabela 5- Respostas fornecidas pelos alunos ao questionário sobre percepção individual de alunos e docentes sobre a relação entre saúde mental e atividades acadêmicas para a pergunta acerca de sua idade.

Pergunta	< 18 anos	18 a 20 anos	21 a 22 anos	22 a 25 anos	25 a 30 anos	> 30 anos
Quantos anos você tem?	7	94	70	77	25	10

Fonte: Autoria própria

Tabela 6- Respostas fornecidas pelos alunos ao questionário sobre percepção individual de alunos e docentes sobre a relação entre saúde mental e atividades acadêmicas para a pergunta acerca de seu curso.

Pergunta	Ciências Econômicas	Direito	Doutorado	Educação física	Farmácia	Fisioterapia	Medicina	Nutrição	Odontologia
Qual seu curso?	2	1	1	14	56	56	94	36	23

Fonte: Autoria própria

Tabela 7- Respostas fornecidas pelos alunos ao questionário sobre percepção individual de alunos e docentes sobre a relação entre saúde mental e atividades acadêmicas para a pergunta acerca de qual período está cursando.

Pergunta	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º
Está em qual período?	8	34	53	27	20	33	18	39	18	13	4	16

Fonte: Autoria própria

Tabela 8- Respostas fornecidas pelos alunos ao questionário sobre percepção individual de alunos e docentes sobre a relação entre saúde mental e atividades acadêmicas.

Pergunta	Sempre	Frequentemente	Às vezes	Raramente	Nunca/Quase nunca	Não sei responder
Você se sente cansado para realizar suas atividades acadêmicas?	72	132	76	1	1	1
Com que frequência se sente verdadeiramente cansado?	29	146	93	13	1	1

Se sente esgotado ao fim de um dia de aula??	92	105	76	7	2	1
Com que frequência se sente fisicamente exausto?	36	102	112	28	3	2
Com que frequência se sente mentalmente cansado?	102	128	42	8	3	0
Com que frequência se sente emocionalmente cansado?	78	114	63	20	7	1
Se sente cansado pela manhã ao pensar em mais um dia de aula/atividade acadêmica?	48	83	98	39	15	0
Se questiona por quanto tempo conseguirá continuar suas atividades acadêmicas?	71	43	87	37	43	2
Pensa em desistir do curso?	22	19	72	56	110	4
Pergunta	Discordo totalmente	Discordo Parcialmente	Concordo Parcialmente	Concordo totalmente	Em branco	
Sente que suas atividades acadêmicas afetam sua relação com sua família e amigos?	20	48	143	72	0	
Sente que suas atividades acadêmicas são emocionalmente desgastantes?	7	29	143	104	0	
Suas atividades acadêmicas te deixam frustrado?	21	60	144	58	0	
Sente que se doa mais do que se recebe nas atividades acadêmicas?	23	72	112	76	0	

Sente que suas atividades acadêmicas deixam propenso a adoecer?					
	14	37	113	119	0

Fonte: Autoria própria

DISCUSSÃO

A Universidade Federal de Juiz Fora, institucionalizada pela Lei nº 3.858, de 23 de dezembro de 1960, é uma Instituição Federal de Ensino Superior, sediada na cidade de Juiz de Fora e possui um Campus Avançado em Governador Valadares (Campus GV) criado em 2012. O *campus* Governador Valadares oferece anualmente 850 vagas, nos cursos de graduação: Educação Física, Farmácia, Fisioterapia, Medicina, Nutrição, Odontologia, Administração, Ciências Contábeis, Ciências Econômicas e Direito.

Para a comunidade docente, o número de respondentes foi de 30.

O Ambiente de laboral, as atividades administrativas e processo de ensinar, bem como as variáveis intrínsecas ao indivíduo e seu círculo de apoio familiar social exercem influência mútua na vulnerabilidade e resistência ao estresse. Esses fatores contribuem para a percepção de como as experiências da atividade laboral, atuam sobre a saúde e/ou desempenho do trabalhador (ANDRADE et al., 2012). Esses e outros fatores predisõem os profissionais a exaustão relatada por 37% (n=11) dos participantes no aspecto físico, 53% (n=16) no aspecto mental e 43% (n=13) que sentem-se emocionalmente cansados com frequência.

As condições de trabalho às quais os docentes estão sujeitos podem ser geradoras de sofrimento, crise emocional, desprazer, irritabilidade, além de poderem acarretar em distúrbios do sono e precoce envelhecimento. Esses, podem ter efeito cumulativo e levar a um eventual adoecimento ou morte por doenças cardiovasculares e outros agravos crônico-degenerativas e transtornos mentais, como o *Burnout*. (ANDRADE et al., 2012)

Apesar da relatada exaustão, apenas 16% (n=5) dos docentes disseram que se questionam sobre quanto tempo conseguirão permanecer na carreira acadêmica e a maioria 74% (n=22) não pensa em desistir da carreira. Estar doente pode ser percebido de forma negativa no ambiente laboral, uma vez que os princípios e valores nesse ambiente são alicerçados no aspecto produtivo. Dessa forma, estar acometido por qualquer doença ou agravo pode ser assumido como prejuízo produtivo. Em virtude disso, muitas vezes os profissionais são encorajados a normalizar e conviver com essas condições patológicas e não abandonar sua atividade laboral em decorrência dessas, principalmente no que tange os transtornos mentais, que tendem a ser minimizados. (FRANÇA et al., 1997; ANDRADE et al., 2012)

Dos participantes, 50% (n=15) concordam parcialmente ou totalmente que as atividades

acadêmicas afetam a relação com seus amigos e familiares, além de 54% (n=16) concordarem parcialmente ou totalmente que as atividades acadêmicas os deixam mais propensos a adoecer.

Acredita-se que o desbalanço na saúde laboral pode culminar não só em doenças e agravos ocupacionais, mas também no aumento do absenteísmo e do afastamento das atividades docentes, acarretando encargos financeiros e organizacionais às instituições, afetando consideravelmente a qualidade do ensino e dos serviços prestados de uma forma geral. (ANDRADE et al., 2012).

Já para o questionário respondido pelos alunos, a amostra constitui-se majoritariamente de indivíduos jovens, a maioria nos períodos intermediários de seus cursos, sendo esses em sua maioria cursos da área da saúde.

Sobre a exaustão relacionada às atividades acadêmicas, 72% (n=204) dos alunos relataram se sentirem sempre ou frequentemente cansados para realizar suas atividades acadêmicas. Desses, 70% (n= 197) disseram que se sentem sempre ou frequentemente esgotados ao fim de um dia de aula e ainda, 49% (n=138) se sentem, sempre ou com frequência, fisicamente, 81% (n=230) mentalmente e 68% (n=192) emocionalmente exaustos.

Segundo o modelo de *Burnout* de Maslach, a Exaustão Emocional é a primeira dimensão ser percebida no aparecimento da síndrome e, no presente grupo, essa encontra níveis consideráveis, podendo ser um indicativo de que a Síndrome de *Burnout* pode se manifestar futuramente. (MASLACH et al 1981; SCHAUFELI et al., 2002; CARLOTTO et al., 2006)

Dos entrevistados 46% (n=131), sentem-se sempre ou Frequentemente cansados pela manhã, ao pensar em mais um dia de aula/atividade acadêmica e apenas 14% (n=39) raramente se sentem assim. Segundo Maslach (2003), indivíduos jovens, ainda necessitam aprender a lidar com as exigências e demandas da atividade acadêmica e por esta razão podem apresentar *Burnout* com mais frequência. Por se tratar de uma amostra jovem, sentir-se cansado e desanimado, desassociando-se das atividades e do estudo com frequência pode indicar predisposição a síndrome de *Burnout* (CARLOTTO et al., 2006; MASLACH et al 2003)

Boa parte dos alunos se questionam por quanto tempo conseguirão continuar as atividades acadêmicas (40%, n=114) mas a maioria (59% n=168) não pensa em desistir do curso. A relação do *Burnout*, com a insatisfação sugere que o aluno realiza as atividades acadêmicas sem percebê-las como relevantes ou sentir gratificação, sentido, com postura cética, percebendo-as como desgastantes e sentindo-se ineficaz. Segundo Carlotto e colaboradores (2006), pensar em desistir do curso relaciona-se da mesma forma com o *Burnout*, sendo uma consequência do processo da síndrome. Portanto esse é um resultado positivo, que indica que apenas uma parcela minoritária dos participantes se sente insatisfeita com seu curso, com menores chances de ser manifestada a síndrome (CARLOTTO et al., 2006)

Ao serem perguntados se as atividades acadêmicas afetam a relação com sua família e amigos 76% (n=215) disseram concordar parcialmente ou totalmente com a afirmativa. A maioria dos participantes (88%, n=247) também relatou que sentem que suas atividades acadêmicas são

emocionalmente desgastantes e 72% (n=202) sentem que as atividades acadêmicas os deixam frustrados e 82% (n=232), que suas atividades acadêmicas os deixam propensos a adoecer, o que justificaria o comprometimento de suas relações pessoais e mesmo de sua propriocepção.

Jovens exibem incidências importantes da Síndrome de *Burnout*, em decorrência de sua percepção irreal sobre o que podem fazer, sendo, portanto, são frequentes as frustrações profissionais. (CARLOTTO et al., 2006; CHERNISS et al., 1980).

O presente estudo aponta para uma complexidade de variáveis que se constituem em indicadores de que Síndrome de *Burnout*, que pode se manifestar, tanto para aqueles que estão no processo de formação quanto para aqueles na carreira docente. Essa configuração é consequência das crescentes exigências e demandas, tanto qualitativamente quanto quantitativamente às quais a população acadêmica está submetida.

Vale ressaltar que, no que se refere aos alunos, muitos desses fatores e da postura pessoal diante das referidas demandas podem até mesmo influenciar a atividade profissional dos mesmos futuramente.

Evidentemente os resultados aqui apresentados, parte de um inquérito populacional sugerem possíveis fatores que podem levar ao desenvolvimento de transtornos mentais como o *Burnout*. Apesar disso, são dados preliminares e necessitam de delineamentos mais profundos para sua total compreensão.

CONCLUSÃO

Por se tratar de um inquérito populacional, o presente estudo não visa realizar diagnósticos individuais, e sim verificar a percepção pessoal da população acadêmica sobre sua saúde mental e como suas atividades laborais podem influenciá-la, podendo levar a eventuais transtornos mentais como a Síndromes de *Burnout*.

Foram encontrados dados que sugerem médias elevadas em Exaustão e Descrença por parte dos alunos e docentes e eventual sentimento de ineficácia Profissional, que são indicativos de *Burnout*.

Ressalta-se que há a necessidade de aprofundamento dos indicativos apresentados e exploração de outras variáveis pertinentes ao ambiente acadêmico.

AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem a comunidade acadêmica e docente pela participação e colaboração para a presente pesquisa.

DECLARAÇÃO DE CONFLITO DE INTERESSES

Os autores deste artigo declaram que não possuem conflitos de interesses de ordem financeira, comercial, político, acadêmico ou pessoal.

Os autores concordam com a publicação desse a critério da comissão editorial.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Patrícia Santos de; CARDOSO, Telma Abdalla de Oliveira. Prazer e dor na docência: revisão bibliográfica sobre a Síndrome de *Burnout*. **Saúde e Sociedade**, v. 21, p. 129-140, 2012

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. DAPE. Coordenação Geral de Saúde Mental. Reforma psiquiátrica e política de saúde mental no Brasil. **Documento apresentado à Conferência Regional de Reforma dos Serviços de Saúde Mental: 15 anos depois de Caracas**. Brasília: OPAS, 2005.

CARLOTTO, Mary Sandra. Prevenção da síndrome de *Burnout* em professores: um relato de experiência. **Mudanças-psicologia da saúde**, v. 22, n. 1, p. 31-39, 2014.

CARLOTTO, Mary Sandra. A síndrome de *Burnout* e o trabalho docente. **Psicologia em estudo**, v. 7, n. 1, p. 21-29, 2002.

CHERNISS, Cary. **Professional *Burnout* in humanserviceorganizations**. Praeger Publishers, 1980.

FONTE, Cesaltino Manuel Silveira da. **Adaptação e validação para português do questionário de Copenhagen *Burnout* Inventory (CBI)**. 2011. Tese de Doutorado.

FRANÇA, A. C. L.; RODRIGUES, A. L. **Stress e trabalho: guia básico com abordagem psicossomática**. São Paulo: Altas, 1997. 133 p.

HOFFMANN, Celina et al. Psicodinâmica do trabalho e riscos de adoecimento no magistério superior. **Estudos Avançados**, v. 31, n. 91, p. 257-276, 2017

MASSA, Lilian Dias Bernardo et al. Síndrome de *Burnout* em professores universitários. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, v. 27, n. 2, p. 180-189, 2016

MASLACH, Christina; JACKSON, Susan E. The measurement of experienced *Burnout*. **Journal of organizational behavior**, v. 2, n. 2, p. 99-113, 1981.

MASLACH, Christina. ***Burnout: The cost of caring***. Ishk, 2003.

SCHAUFELI, Wilmar et al. *Burnout* and engagement in university students: A cross-national study. **Journal of cross-cultural psychology**, v. 33, n. 5, p. 464-481, 2002.

TELLES, Heloisa; PIMENTA, Ana Maria Carvalho. **Síndrome de *Burnout* em Agentes comunitários**

de saúde e estratégias de enfrentamento. Saúde e Sociedade, v. 18, p. 467-478, 2009

WITTER, Geraldina Porto. **Professor-estresse: análise de produção científica.** **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 7, n. 1, p. 33-46, 2003.

ÍNDICE REMISSIVO

A

- abordagem de enfermagem 117, 120
- abordar a síndrome 23
- acesso irrestrito a fármacos 80
- agente patogênico 12, 13
- alívio da ansiedade, depressão e estresse 90
- ambiente de trabalho 48, 71, 72, 75, 80
- âmbito estudantil e profissional 61, 62
- anormalidades 94, 103, 104
- ansiedade 6, 25, 38, 61, 63, 64, 65, 67, 76, 80, 82, 83, 84, 86, 90, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 117, 120
- apoio emocional 61, 63, 65
- aprendizagem implícita 103, 105, 106
- Aprendizagem por associação 103
- aprimorar as habilidades cognitivas 37
- Atenção Básica 38, 45, 47, 52, 53, 56
- atuação profissional 48
- autismo 103, 104, 105, 111, 112, 115
- avaliação das funções psíquicas 117, 119

B

- baixa realização pessoal 23, 25, 72
- base neurológica 103, 104
- bem-estar biopsicossocial do paciente 37
- biossegurança 12, 14

C

- capacidade de lidar com seus potenciais 12, 17
- centros cerebrais 90, 91
- ciências veterinárias 71, 76
- Clínica Psiquiátrica 117, 119
- comportamento 73, 84, 91, 92, 96, 103, 104, 109, 110, 111, 113, 114
- comportamento repetitivo 103, 104, 110

comunicação 16, 91, 92, 96, 103, 104, 109, 110, 111, 112, 113, 114
condições de vida e de saúde 13, 19
conhecimentos técnico-científico 117, 119
consequência das crescentes exigências 23, 33
consequências da enfermidade 71, 72
consequências psicossociais 61, 62, 67
COVID-19 6, 12, 13, 14, 15, 18, 19, 20, 21, 22
cuidado de forma humanizada 117, 119
cuidado humanizado 12, 19
Cuidar 37

D

dependentes de substâncias psicoativas 117, 120
Depressão 37, 45, 46, 64, 81, 90
desenvolvimento neurológico 109, 111
desgaste mental 23, 24
desmotivação estudantil e profissional 61
despersonalização 23, 25, 49, 54, 66, 67, 71, 72, 73, 74, 76
diagnósticos de enfermagem 37, 39
dificuldades profissionais exclusivas 71
direitos à saúde 12, 17
discentes de Graduação 36
Docência 24
doenças psíquicas 6, 71

E

educação em saúde 12, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 37
efeitos da suplementação de probióticos 90, 94
Efeitos Psicossociais da Doença 61
eficácia dos probióticos 90, 93, 98
eficácia dos probióticos na saúde mental 90
Enfermagem 12, 21, 36, 37, 39, 41, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 50, 54, 55, 57, 58, 117, 118, 119, 120, 121
esgotamento 23, 24, 26, 47, 48, 49, 50, 62, 63, 66, 67, 71, 74, 84, 85
esquizofrenia 117, 120
estratégia 12, 14, 15, 18, 90, 93

estresse 6, 23, 24, 25, 26, 31, 35, 48, 49, 55, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 71, 72, 73, 74, 75, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 90, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98

estresse elevado 80

estudantes de medicina (EM) 61

eutanásia 75, 80, 82, 84, 86

exame neuropatológico 103, 104

exaustão emocional 23, 25, 49, 54, 65, 72, 73, 74, 75, 84

exaustão excessiva 61, 62, 63, 66, 67

F

fatores relacionados à saúde mental 12, 13

formação e aperfeiçoamento do pensamento crítico 12, 17

funções psíquicas 117, 118, 119

G

gama restrita de interesses 103, 104

grupos probióticos 90, 98

H

habilidade motora 103, 105

hábito de sono 61, 63

I

ideação suicida 80, 81, 84

indivíduo inoperante 23, 24

infância 109, 111

integração social do ser humano 117, 119

interação entre profissional e paciente 37

intervenções de enfermagem 37, 39

intestino 90, 91, 92, 96

L

lidar com a morte de pacientes 71, 74

M

Medicina Veterinária 70, 71, 74, 75, 79, 80, 83, 84, 86

médicos veterinários 71, 75, 80, 82, 86

melhor qualidade de vida 12, 17

microbiota intestinal humana 90

microbiota-intestino-cérebro 90, 91, 92

mudança de hábitos 37

P

pandemia 6, 12, 13, 14, 15, 18, 19, 20

perda de empatia 61

perda de realização profissional 71

perfil epidemiológico 47, 50, 51

período de crise pandêmica 12, 19

plantões noturnos 47, 54, 55, 56

portador do TEA 103, 105, 106

prejuízos na relação social 103, 104

Priming de repetição 103

probióticos 6, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98

probióticos na saúde mental 90

problemas de saúde 12, 19, 82

processo de educação em saúde 12

processo saúde/doença 12, 17

processos de adoecimento 71, 74

profissionais da Medicina Veterinária 71, 72, 76, 80, 82, 83

profissionais de enfermagem 47, 49, 50, 51, 52, 53, 55, 56, 57, 58

promoção da saúde mental 12, 14, 15, 18

psicopatologias 110, 112, 117, 119, 120

Q

qualidade de vida cognitiva 23

R

relações interpessoais 61, 67

relações sociais 109, 111

relato de experiência 34, 36, 39, 117, 119

resposta ao estresse 23

riscos de depressão 80

S

saúde física 12, 13, 72, 75, 81, 83

saúde mental 6, 12, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 26, 27, 29, 33, 34, 38, 45, 69, 72, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 90, 100, 117, 118, 119, 120, 121

Saúde Mental e Psiquiatria 117, 119

sentimento de abandono 61, 63

sentimento de ineficácia Profissional 23, 33

serviços de saúde 12, 19, 41, 73, 85, 120

setores hospitalares 47, 54, 55, 56

síndrome de Burnout 23, 32, 34, 48, 72, 77

Síndrome de Burnout (SB) 47, 49, 61, 62

síndrome psicológica 23, 25

sintomas de depressão 90, 92, 94, 95, 98

Sistematização da Assistência de Enfermagem (SAE) 36, 39

suicídio 75, 76, 80, 82, 83, 84, 85, 86, 121

suplementação 6, 90, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98

T

taxas de suicídio 71, 75, 84, 85

técnicos de enfermagem 47, 52, 53, 57, 58

terapia cognitivo-comportamental (TCC) 109

trabalhadores da área da enfermagem 48, 56

transtorno bipolar 117, 120

transtorno comportamental complexo 109, 111

transtorno do espectro autista (TEA) 103, 105

transtorno mental 23, 39, 118

tratamento e prognóstico 109

V

vida pessoal e profissional 25, 80

vivência dos estudantes 117

editoraomnisscientia@gmail.com 

<https://editoraomnisscientia.com.br/> 

@editora_omnis_scientia 

<https://www.facebook.com/omnis.scientia.9> 

+55 (87) 9656-3565 

editoraomnisscientia@gmail.com 

<https://editoraomnisscientia.com.br/> 

@editora_omnis_scientia 

<https://www.facebook.com/omnis.scientia.9> 

+55 (87) 9656-3565 