

DIFERENÇA DA INCIDÊNCIA DA SÍNDROME DE BURNOUT ENTRE ESTUDANTES TRABALHADORES (OU NÃO) EM ESCRITÓRIOS DE CONTABILIDADE DA GRANDE VITÓRIA

DIFFERENCE IN THE INCIDENCE OF BURNOUT SYNDROME BETWEEN STUDENTS WORKING (OR NOT) IN ACCOUNTING OFFICES IN GREATER VITÓRIA

MARIA CAROLINY RODRIGUES¹

RESUMO: Este estudo teve como objetivo verificar indícios de Síndrome de Burnout entre estudantes de Ciências Contábeis, comparando-os a estudantes de outras áreas. A pesquisa utilizou abordagem quantitativa, aplicando o questionário Maslach Burnout Inventory (MBI) para avaliar exaustão emocional, cinismo e eficácia no trabalho/estudo. A amostra foi composta por estudantes de diferentes cursos, sendo que parte dos participantes que atuam em escritórios de contabilidade possui poucos meses de experiência profissional, característica relevante para compreender o perfil dos respondentes. Os resultados apontaram que não houve diferenças significativas entre estudantes de contabilidade e de outras áreas nas dimensões avaliadas, e tanto a exaustão emocional quanto o cinismo apresentaram níveis baixos. Com base nos dados levantados, não foi identificada prevalência elevada de Burnout. Conclui-se que, nesta amostra, cursar Ciências Contábeis ou ter pouca experiência prática não se associou a maiores índices de Burnout.

Palavras-chave: Contabilidade; Burnout; Estudantes; MBI; Estresse.

ABSTRACT: This study aimed to identify signs of Burnout Syndrome among Accounting students, comparing them to students from other fields. A quantitative approach was used, applying the Maslach Burnout Inventory (MBI) to assess emotional exhaustion, cynicism, and professional/academic efficacy. The sample consisted of students from different programs, and part of the participants working in accounting offices had only a few months of professional experience, a relevant characteristic for understanding the profile of the respondents. The results showed no significant differences between accounting students and those from other fields in any of the dimensions evaluated, and both emotional exhaustion and cynicism presented low levels. Based on the collected data, a high prevalence of Burnout was not identified. It is concluded that, in this sample, studying Accounting or having limited practical experience was not associated with higher Burnout levels.

Keywords: Accounting; Burnout; Students; MBI; Stress.

1. INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout tem sido reconhecida como um dos principais problemas de saúde mental relacionados ao trabalho na atualidade, caracterizando-se pelo

¹ Inserir o nome da Instituição. Cidade/Sigla do Estado, País. Inserir o endereço de e-mail.

esgotamento emocional, pela despersonalização e pela diminuição da realização pessoal (Maslach; Jackson, 1981). Esse fenômeno tem se tornado cada vez mais recorrente em ambientes laborais que demandam alto desempenho e longas jornadas, atingindo especialmente profissionais expostos à pressão constante por resultados e cumprimento de prazos (Benevides-Pereira, 2010). No contexto brasileiro, as transformações econômicas e organizacionais das últimas décadas intensificaram as exigências sobre os trabalhadores, o que tem contribuído para o aumento dos índices de estresse ocupacional e esgotamento psicológico (Ferreira; Silva, 2021).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2019), a Síndrome de Burnout é resultado do estresse crônico no ambiente de trabalho que não foi adequadamente gerenciado e foi incluída na 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11) como um fenômeno ocupacional. Esse reconhecimento reforça a necessidade de compreender seus fatores de risco, suas consequências e as estratégias de enfrentamento, especialmente em categorias profissionais que lidam diariamente com alta carga cognitiva, prazos rígidos e responsabilidades legais, características fortemente presentes na atuação contábil (ABMT, 2022).

A profissão contábil é marcada por complexidade técnica e responsabilidade social, exigindo do profissional constante atualização e precisão nas informações prestadas. De acordo com Marion (2003), o contador tem a função de produzir informações úteis à tomada de decisão, o que exige atenção contínua às normas, legislações e prazos fiscais. Essa rotina intensa, aliada às exigências do mercado e à necessidade de manter-se competitivo, pode contribuir para o aumento do estresse e o desenvolvimento de sintomas relacionados ao Burnout (Santos Filho; Rech, 2022).

Quando esse contexto se aplica a estudantes que conciliam o trabalho em escritórios contábeis com o curso de graduação, o risco torna-se ainda maior. Conforme destaca Benevides-Pereira (2010), o esgotamento emocional em jovens em formação é agravado pela sobreposição de papéis e pela falta de tempo para lazer e descanso. Assim, compreender a incidência da Síndrome de Burnout entre estudantes e profissionais da área contábil da Grande Vitória possibilita refletir sobre a qualidade de vida no ambiente de trabalho e acadêmico, além de subsidiar a formulação de políticas de prevenção e promoção da saúde mental no contexto organizacional e educacional.

1.1 PROBLEMA DE PESQUISA

Qual a relação entre atuar em os escritórios de contabilidade e ocorrência da Síndrome de Burnout em estudantes de contabilidade?

1.2 OBJETIVO GERAL

Analisar a incidência da Síndrome de Burnout entre estudantes que conciliam estudo e trabalho na Grande Vitória/ES, identificando os fatores de risco envolvidos e os impactos dessa condição no bem-estar acadêmico e pessoal.

1.3 JUSTIFICATIVA

A escolha do tema se justifica pela necessidade de investigar a ocorrência da Síndrome de Burnout entre estudantes universitários que enfrentam a dupla jornada de trabalho e estudo. No caso específico dos estudantes de Ciências Contábeis, muitos iniciam precocemente a atuação profissional em escritórios contábeis durante o dia e frequentam a faculdade no turno noturno, o que impõe uma rotina exaustiva e desafiadora.

A contabilidade é uma área marcada por prazos rígidos, elevada responsabilidade e constante atualização normativa, o que tende a aumentar os níveis de estresse entre os profissionais da área. Quando essa realidade é vivenciada por estudantes que ainda estão em formação, os riscos à saúde mental se intensificam, elevando a possibilidade do desenvolvimento da Síndrome de Burnout.

Segundo Maslach e Jackson (1981), o Burnout é um fenômeno caracterizado por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, podendo comprometer significativamente o desempenho acadêmico e profissional. Como destaca Benevides-Pereira (2010), o esgotamento emocional tem se tornado uma das principais causas de adoecimento psíquico entre jovens em fase de formação, especialmente quando submetidos a ambientes de alta demanda e cobrança.

Nesse sentido, investigar a relação entre a atuação em escritórios de contabilidade e a ocorrência da Síndrome de Burnout entre estudantes da área permite compreender melhor os fatores de risco associados, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias preventivas por parte de instituições de ensino, empregadores e órgãos de classe. A relevância da pesquisa também se sustenta na escassez de estudos que abordem esse recorte específico, o que reforça a importância acadêmica e social da investigação.

Além disso, este estudo contribui para a Ciência Contábil ao destacar a necessidade de intervenções institucionais para melhorar a saúde mental dos estudantes, promovendo um ambiente acadêmico que favoreça a aprendizagem e a formação de profissionais mais fortes e resilientes, reforçando a importância da saúde mental como fator determinante na qualidade do ensino e na prática contábil futura (Schuster; Dias; Battistella, 2016).

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1 SÍNDROME DE BURNOUT

O termo Síndrome de Burnout surgiu na década de 70 nos Estados Unidos. Segundo Freudenberger (1974), o burnout surge como resultado do esgotamento emocional e físico devido a demandas excessivas de trabalho, especialmente em profissionais altamente dedicados e envolvidos em instituições de ajuda. Já Maslach e Jackson (1981) ampliaram a compreensão do burnout, descrevendo-o como um fenômeno multidimensional composto por exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde OMS (2019), a Síndrome de Burnout

é um fenômeno relacionado ao estresse crônico no ambiente de trabalho que não foi adequadamente gerenciado. Ela envolve exaustão emocional, distanciamento mental das tarefas laborais e redução da eficácia profissional, não sendo considerada uma doença, mas um problema ocupacional específico. A partir de 2022, com a implementação da 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11), o burnout passou a ser oficialmente reconhecido como uma doença ocupacional, o que implica em novas responsabilidades para as empresas e reforça a importância da atenção à saúde dos trabalhadores (ABMT, 2022).

A Síndrome de Burnout vem se consolidando como uma das doenças mais incapacitantes desta geração, sendo um dos principais fatores para afastamentos médicos, absenteísmo e queda no desempenho profissional (Maslach; Leiter, 2017). Nos estágios mais avançados, o indivíduo afetado precisa ser afastado das atividades laborais e buscar tratamento especializado, pois, sem intervenção adequada, corre o risco de desenvolver incapacidades crônicas, comprometendo sua vida social e profissional (Benevides-Pereira, 2010). Além dos impactos individuais, o burnout traz consequências significativas para as organizações, como perdas de produtividade, aumento de rotatividade e custos relacionados à saúde ocupacional (Borges; Almeida, 2010).

O burnout é dividido em três dimensões. De acordo com Campos (2008, p. 56), "o burnout é definido como um cansaço emocional, que conduz a uma perda de motivação profissional que pode transformar-se em sentimentos de inadequação e fracasso. Para o autor existem três dimensões fundamentais no burnout, são elas: exaustão emocional, cinismo e eficácia no trabalho. Estas três dimensões estão interrelacionadas entre si, e assim sendo, o burnout manifesta-se pelas três dimensões

A primeira dimensão, exaustão emocional, causa cansaço excessivo e perda de interesse pelo trabalho. A segunda, cinismo, é caracterizada pela apatia e pela ausência de sentimentos em relação às pessoas no ambiente de trabalho, seja a equipe, clientes, alunos ou pacientes. A terceira dimensão, eficácia no trabalho, é associada a sintomas físicos e emocionais como depressão, baixa energia, transtornos alimentares ou de sono, dores no corpo, irritabilidade, baixa tolerância a pessoas, letargia e sentimento de menos valia (Maslach; Jackson, 1981). Em suma, é importante que o burnout seja identificado nos seus sintomas iniciais, pois estes são passíveis de controle, antes que a condição impossibilite a pessoa no trabalho e também cause danos à sua vida pessoal (Campos, 2008).

2.2 SÍNDROME DE BURNOUT NA ATIVIDADE CONTÁBIL

De acordo com Marion (2003), a função básica do contador é produzir informações úteis aos usuários da contabilidade, auxiliando-os nas tomadas de decisão.

Para a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), a Síndrome de Burnout é um distúrbio emocional causado por um estresse crônico no trabalho que não foi gerenciado com sucesso, caracterizado por exaustão, distanciamento e redução da eficácia profissional. Além disso, o Burnout impacta a saúde física e mental do trabalhador, acarretando sintomas como dores de cabeça, alterações no sono e sentimentos de fracasso (ABMT, 2022).

Considera-se que as características da atuação na área contábil possuem potencial para afastar os profissionais de aspectos importantes da vida pessoal, como a convivência familiar, os estudos e o tempo de qualidade. Esse cenário pode favorecer o desenvolvimento da Síndrome de Burnout. O estresse decorrente dessa sobrecarga também pode resultar em queda no desempenho profissional, o que, por sua vez, pode levar a erros que ocasionem multas, muitas vezes descontadas diretamente do trabalhador (Rodrigues, 2022).

Segundo Ferreira e Silva (2021), a Síndrome de Burnout prejudica a realização do ofício contábil, sendo que os profissionais estão cada vez mais sujeitos à exaustão física e emocional devido ao acúmulo de serviços e obrigações.

De acordo com Marras e Veloso (2016), as fontes de pressão no ambiente de trabalho podem surgir, por exemplo, a partir da introdução de novas tecnologias, que alteram a relação do indivíduo com suas atividades laborais. Nesse sentido, é importante considerar que a contabilidade é uma área que exige estudo contínuo, pois está sempre sujeita a atualizações. Por isso, os profissionais contábeis precisam estar constantemente atualizados e aprofundar seus conhecimentos, o que pode gerar desgaste e o receio de não conseguir acompanhar as mudanças, culminando no medo de serem substituídos por outros profissionais mais preparados.

Pesquisas da ISMA Brasil (2019) indicam que 72% dos profissionais brasileiros estão estressados no trabalho, sendo que parte significativa atinge níveis graves de esgotamento, conhecidos como Burnout, esgotamento mental intenso causado por pressões no ambiente profissional. Portanto,

é necessário que o contador se aperfeiçoe para poder atuar em diversos ramos da contabilidade, pois a atualização constante é essencial para atender as exigências do mercado, garantindo assim uma maior capacidade para o profissional lidar com as demandas. (SANTOS et al., 2025, p. 3).

Esse apontamento reforça que, além da grande carga de obrigações e responsabilidades presentes na rotina contábil, a exigência de atualização contínua também contribui para um ambiente de trabalho mais desgastante. Embora o aperfeiçoamento seja fundamental para a qualidade técnica, a necessidade constante de se manter atualizado pode intensificar a sensação de sobrecarga e, assim, aumentar a vulnerabilidade ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout entre os profissionais da área.

Esse estresse está presente em todas as profissões, mas tem se destacado na área contábil devido à falta de tempo para a realização das obrigações, ao aumento crescente das exigências, ao medo de demissão, às muitas responsabilidades e à falta de autonomia. Outro ponto a ser considerado são os salários, que não acompanham a quantidade de responsabilidades atribuídas a essa profissão (Santos; Rech, 2022).

2.3 ESTUDOS RECENTES SOBRE BURNOUT NA ATIVIDADE CONTÁBIL

2.3.1 O estresse ocupacional na atuação do profissional contábil

O estudo de Santos e Rech (2022) teve como objetivo analisar o estresse ocupacional

na atuação dos profissionais contábeis vinculados às universidades federais, a fim de compreender de que forma as pressões do ambiente de trabalho podem favorecer a manifestação da Síndrome de Burnout. Os autores fundamentaram-se em pesquisas nacionais e internacionais sobre saúde mental e estresse ocupacional, ressaltando que a contabilidade é caracterizada por altos níveis de exigência, múltiplas responsabilidades e necessidade constante de atualização, elementos que contribuem para o adoecimento psicológico.

Um aspecto relevante apontado pelos autores é a diferença entre gêneros: as mulheres apresentaram níveis mais elevados de estresse ocupacional em comparação aos homens, o que pode estar associado à dupla jornada de trabalho e à sobreposição de papéis sociais (Santos; Rech, 2022).

A relação entre a Síndrome de Burnout e a contabilidade se manifesta por meio de fatores como prazos rígidos, responsabilidade legal e fiscal, pressão por produtividade e atualização normativa constante, que, aliados à falta de apoio institucional, potencializam o desgaste emocional e o risco de Burnout (Santos; Rech, 2022).

No que se refere à metodologia, a pesquisa foi de caráter quantitativo e utilizou questionário estruturado aplicado a contadores que atuam em universidades federais. O instrumento de coleta foi construído com base em escalas reconhecidas de estresse ocupacional, o que permitiu sistematizar a percepção dos profissionais sobre suas condições de trabalho.

Os resultados evidenciaram que os participantes apresentaram níveis elevados de estresse ocupacional, especialmente relacionados à sobrecarga de atividades, à responsabilidade excessiva e aos prazos curtos. Também foi identificada diferença significativa entre os gêneros, com maior vulnerabilidade entre as mulheres (Santos; Rech, 2022).

Conclui-se que a profissão contábil, sobretudo no contexto das universidades públicas, apresenta condições propícias ao desenvolvimento da Síndrome de Burnout. Nesse sentido, os autores reforçam a necessidade de políticas institucionais de apoio psicológico, programas de capacitação contínua e ações de valorização profissional como estratégias de prevenção ao estresse ocupacional e ao adoecimento mental (Santos; Rech, 2022).

2.3.2 O Questionário *Maslach Burnout Inventory General Survey* (MBI-GS) aplicado a servidores de uma universidade pública

O estudo de Schuster, Dias e Battistella (2015/2016) teve como objetivo aplicar a versão *General Survey* da escala *Maslach Burnout Inventory* (MBI-GS) em uma universidade pública federal, com o propósito de avaliar os níveis da Síndrome de Burnout entre os colaboradores e verificar a aplicabilidade da escala no contexto brasileiro. A pesquisa baseou-se na teoria da Síndrome de Burnout, que descreve o esgotamento emocional, o cinismo e a redução da eficácia no trabalho como componentes centrais do distúrbio. A MBI-GS, desenvolvida por Maslach e Jackson, foi adaptada para o contexto organizacional brasileiro, permitindo uma análise consistente dos níveis de Burnout entre servidores públicos.

O estudo apontou diferenças significativas entre gêneros, indicando que as mulheres

apresentaram níveis mais elevados de exaustão emocional e cinismo, evidenciando maior vulnerabilidade ao Burnout em comparação aos homens. Embora a pesquisa não tenha se concentrado especificamente na área contábil, os resultados permitem inferir que profissionais contábeis inseridos em ambientes organizacionais complexos, como universidades públicas, podem estar igualmente sujeitos a níveis consideráveis de estresse ocupacional e esgotamento emocional, o que afeta o desempenho e a saúde mental.

Metodologicamente, a pesquisa foi de caráter quantitativo, utilizando questionário estruturado baseado na MBI-GS. A amostra foi composta por 511 participantes da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), abrangendo diferentes cargos e funções. A coleta de dados possibilitou a análise das três dimensões da escala — exaustão emocional, cinismo e eficácia no trabalho, com confiabilidade de 0,87 (alfa de Cronbach), confirmando a consistência do instrumento no contexto brasileiro.

Os resultados indicaram níveis moderados de Burnout entre os colaboradores, com destaque para a exaustão emocional e o cinismo, o que demonstra impacto significativo na saúde mental dos profissionais e reforça a necessidade de políticas institucionais de apoio psicológico. Concluiu-se que a MBI-GS é uma ferramenta válida para mensurar a Síndrome de Burnout em servidores públicos brasileiros, sendo recomendada a ampliação de estudos para outros setores e a implementação de programas de prevenção e intervenção para mitigar os efeitos do Burnout na eficiência organizacional (Schuster; Dias; Battistella, 2015/2016).

Autores como Marras e Veloso (2016) destacam que a constante atualização das normas, aliada ao excesso de responsabilidades e à pressão por produtividade, afeta negativamente a saúde dos profissionais contábeis. O receio de obsolescência técnica e o acúmulo de funções provocam sentimentos de inadequação, contribuindo para a manifestação dos sintomas de Burnout no ambiente de trabalho.

2.3.3 Relacionados à gestão de pessoas e estresse

Marras e Veloso (2016) abordam a relação entre gestão de pessoas e estresse ocupacional, ressaltando que ambientes de trabalho com múltiplas responsabilidades, alta pressão por produtividade e exigência constante de atualização impactam negativamente a saúde física e emocional dos profissionais. A falta de políticas de apoio e reconhecimento institucional é apontada pelos autores como um fator que intensifica o estresse e favorece o desenvolvimento da Síndrome de Burnout, inclusive entre profissionais da contabilidade.

Os autores enfatizam a importância do fator humano na gestão organizacional, defendendo que práticas eficazes, como capacitação contínua, acompanhamento psicológico e valorização profissional, são essenciais para reduzir os níveis de estresse e prevenir o Burnout. Embora o estudo não apresente dados quantitativos, os conceitos expostos permitem compreender os impactos do estresse na performance e bem-estar dos colaboradores, reforçando a necessidade de políticas preventivas nas organizações.

Conclui-se que, segundo Marras e Veloso (2016), a combinação de alta demanda, múltiplas funções e falta de suporte institucional cria um cenário propício ao

adoecimento profissional, sendo imprescindível que as organizações implementem medidas voltadas à promoção da saúde mental e à eficiência no ambiente de trabalho.

2.4 ESCALAS DE MENSURAÇÃO DO SÍNDROME DE BURNOUT

Diversos instrumentos foram desenvolvidos ao longo do tempo com o objetivo de mensurar a Síndrome de Burnout. Na década de 1980, destacam-se a Staff Burnout Scale for Health Professionals (SBS-HP), elaborada por Jones, e a Burnout Measure (BM), de Pines e Aronson. Posteriormente, na década de 1990, surgiu a Oldenburg Burnout Inventory (OLBI), também amplamente utilizada. Contudo, a Maslach Burnout Inventory (MBI) consolidou-se como o instrumento mais empregado em pesquisas na área, sendo reconhecida por sua abrangência e por considerar, em seus itens, aspectos diretamente relacionados às condições de trabalho (Schaufeli; Greenglass, 2001; Lindblom et al., 2006).

A MBI foi inicialmente desenvolvida para avaliar a Síndrome de Burnout em profissionais que atuam em serviços humanos, como médicos, enfermeiros e assistentes sociais, por meio da versão MBI-HSS (Human Services Survey). Posteriormente, a escala foi adaptada para o contexto educacional, resultando na versão MBI-ES (Educators Survey), destinada a docentes e profissionais da educação. Em 1996, foi criada a versão geral, denominada MBI-GS (General Survey), que amplia a aplicação da escala para diferentes tipos de ocupações, independentemente da área de atuação (Bañuelos; Álvarez, 2017).

A escolha da versão MBI-GS para este estudo justifica-se pela necessidade de aplicar a escala a um grupo heterogêneo de profissionais, trabalhadores da área contábil, que não se enquadram diretamente nas categorias específicas de serviços humanos ou educação. Por ser mais abrangente, a MBI-GS mostra-se adequada para avaliar o Burnout em profissionais de diversas áreas, sendo indicada para contextos organizacionais variados (Schuster; Dias; Battistella, 2016).

Quadro 1 – Variáveis da Escala Síndrome de Burnout MBI-GS

Código	VARIÁVEIS
EE1	Sinto-me emocionalmente esgotado com o meu trabalho.
EE2	Sinto-me esgotado no final de um dia de trabalho.
EE3	Sinto-me cansado quando me levanto pela manhã e preciso encarar outro dia de trabalho.
EE4	Trabalhar o dia todo é realmente motivo de tensão para mim.
EE5	Sinto-me acabado por causa do meu trabalho.
EE6	Só desejo fazer meu trabalho e não ser incomodado.
C11	Sou menos interessado no meu trabalho desde que assumi essa função.
C12	Sou menos entusiasmado com o meu trabalho.
C13	Sou mais descrente da contribuição de meu trabalho para algo.
C14	Duvido da importância do meu trabalho.
ET1	Sinto-me entusiasmado quando realizo algo no meu trabalho.
ET2	Realizo muitas coisas valiosas no meu trabalho.
ET3	Posso efetivamente solucionar os problemas que surgem no meu trabalho.

Código	VARIÁVEIS
ET4	Sinto que estou dando uma contribuição efetiva para essa organização.
ET5	Na minha opinião, sou bom no que faço.
ET6	No meu trabalho, sinto-me confiante de que sou eficiente e capaz de fazer com que as coisas aconteçam.

Fonte: Tamayo (2002).

A versão General Survey da Maslach Burnout Inventory (MBI-GS) é composta por três dimensões principais que avaliam diferentes aspectos da Síndrome de Burnout. A primeira dimensão, denominada Exaustão Emocional, refere-se ao desgaste e à fadiga emocional, sem atribuir diretamente esses sentimentos a outras pessoas. A segunda dimensão, Cinismo, caracteriza o distanciamento ou o desinteresse do trabalhador em relação às suas atividades laborais. Por fim, a terceira dimensão, Eficácia no Trabalho, avalia a percepção do colaborador sobre sua competência e desempenho nas tarefas. Cada uma dessas dimensões é composta por um conjunto específico de variáveis que permitem mensurar esses aspectos de forma detalhada (Fontes, 2011).

O instrumento de coleta de dados MBI-GS é composto por três dimensões, Exaustão Emocional (EE), Cinismo (CI) e Eficácia no Trabalho (ET), avaliadas por 16 afirmativas que representam as variáveis de cada dimensão e, conseqüentemente, o nível de acometimento da Síndrome de Burnout dos respondentes. Cada afirmativa é acompanhada de opções de resposta em escala Likert de 0 a 6. A versão adaptada para o português e validada por Tamayo (2002) segue exposta no Quadro 1, com a descrição das questões e de seus respectivos códigos de identificação.

3. METODOLOGIA DA PESQUISA

A presente pesquisa caracteriza-se como quantitativa, descritiva e de campo. De acordo com Gil (2008), a pesquisa descritiva tem como propósito observar, registrar e analisar fenômenos sem interferir neles, buscando compreender suas características e possíveis relações. O enfoque quantitativo, por sua vez, possibilita mensurar a ocorrência da Síndrome de Burnout e suas dimensões entre os participantes, por meio da aplicação de instrumentos padronizados e da análise estatística dos resultados obtidos em campo.

3.1 POPULAÇÃO E AMOSTRA

A população do estudo é composta por estudantes dos cursos de Ciências Contábeis e Administração do Centro Universitário Salesiano – UniSales, localizado em Vitória/ES. A amostra é não probabilística por conveniência, formada pelos alunos que aceitaram participar voluntariamente da pesquisa. Essa escolha se justifica pela facilidade de acesso aos respondentes e pela adequação ao objetivo do estudo, que busca compreender um grupo com características específicas relacionadas à área contábil e administrativa.

3.2 INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS

Para a coleta de dados, foi utilizado um questionário estruturado, dividido em duas partes. A primeira parte é composta pela escala Maslach Burnout Inventory – General Survey (MBI-GS), validada no Brasil por Tamayo (2002). Essa escala avalia as três dimensões da Síndrome de Burnout, exaustão emocional, cinismo e eficácia no trabalho, por meio de 16 afirmativas respondidas em escala Likert de seis pontos, com as seguintes opções: “nunca”, “raramente”, “às vezes”, “com frequência”, “muito frequente” e “sempre”.

A segunda parte do questionário reúne informações sociodemográficas e profissionais, incluindo gênero, idade, estado civil, presença de filhos, curso de graduação, vínculo empregatício, setor de atuação e tempo de experiência profissional. O instrumento também investiga se o participante trabalha em escritório contábil ou empresa que presta serviços contábeis. Caso a resposta seja negativa, o questionário é finalizado nesta etapa.

3.3 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS

A aplicação do questionário foi realizada presencialmente, por meio de formulários impressos distribuídos aos estudantes dos cursos de Ciências Contábeis e Administração do UniSales. A escolha pelo formato físico teve como objetivo garantir uma maior taxa de retorno e facilitar o acesso aos participantes durante o período letivo.

Antes da aplicação, os participantes foram informados verbalmente sobre os objetivos da pesquisa, a natureza voluntária da participação e o sigilo das respostas. Após o preenchimento, os questionários foram recolhidos e armazenados em local seguro, assegurando a confidencialidade das informações e a ausência de identificação pessoal dos respondentes.

3.4 TRATAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS

Os dados obtidos foram inicialmente organizados manualmente e, posteriormente, lançados em uma planilha eletrônica no software Microsoft Excel, com o intuito de facilitar a tabulação e o tratamento das informações coletadas. A partir dessa planilha, foram realizados cálculos que permitiram identificar a frequência e a intensidade dos sintomas relacionados à Síndrome de Burnout entre os participantes.

A análise dos resultados foi conduzida com base em estatística descritiva, possibilitando interpretar tendências e padrões de respostas nas diferentes dimensões avaliadas pela escala MBI-GS. Esse procedimento viabilizou uma compreensão mais clara dos dados e sua discussão à luz da literatura científica, relacionando os fatores de risco identificados ao contexto da profissão contábil e à rotina de estudantes que conciliam trabalho e estudo.

4. APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS

Nesta seção são apresentados os resultados obtidos a partir da análise comparativa dos níveis de burnout entre os participantes que trabalham com contabilidade e aqueles que não atuam na área. Para a avaliação, foram consideradas as três dimensões clássicas do burnout: Exaustão Emocional, Cinismo e Eficácia no Trabalho, além da média geral resultante da combinação dos três indicadores. A Tabela acima sintetiza as médias de cada grupo, permitindo visualizar possíveis diferenças e semelhanças entre os perfis profissionais.

Quadro 1 – Resultados das médias entre quem já trabalha e quem não trabalha com contabilidade

DIMENSÕES	Já trabalha c/ Contabilidade	Não trabalha c/ Contabilidade
Exaustão emocional	3,52	3,51
Cinismo	2,12	2,41
Eficácia no trabalho	2,76	2,51
GERAL	2,88	2,86

Fonte: Dados da pesquisa de campo (2025).

De maneira geral, observa-se que as médias apresentadas pelos dois grupos são muito semelhantes, o que indica que, na amostra investigada, a área de atuação não demonstra impacto significativo sobre os níveis de burnout. Isso sugere que os fatores associados ao desgaste emocional podem estar mais relacionados às experiências individuais, às rotinas particulares de trabalho e às condições específicas de cada ambiente, e não necessariamente ao setor profissional.

Na dimensão Exaustão Emocional, que avalia o sentimento de esgotamento e a sensação de estar sobrecarregado, os dois grupos apresentaram valores praticamente idênticos: 3,52 entre os participantes que trabalham com contabilidade e 3,51 entre os que não atuam na área. Esse resultado evidencia que ambos os públicos demonstram níveis semelhantes de cansaço emocional, sem indicar diferença relevante entre trabalhar ou não em escritório contábil no momento da coleta.

Em relação ao Cinismo, que avalia atitudes de distanciamento, irritabilidade e despersonalização, nota-se uma pequena variação. O grupo que trabalha com contabilidade apresentou média de 2,12, enquanto o grupo que não trabalha registrou média de 2,41. Apesar dessa diferença numérica, ela se mantém discreta e não caracteriza disparidades significativas entre os perfis analisados. Isso sugere que ambos os grupos convivem com níveis relativamente próximos de distanciamento psicológico em relação às atividades profissionais.

Já na Eficácia no Trabalho, que mede a percepção de competência, produtividade e realização pessoal, os resultados apresentaram médias de 2,76 para o grupo da contabilidade e 2,51 para o grupo externo à área. Embora a média do primeiro grupo seja levemente maior, a diferença também se mantém reduzida, indicando que a percepção de capacidade e desempenho tende a ser semelhante entre os participantes, independentemente da área de atuação.

Quando observada a média geral das três dimensões, verifica-se um padrão consistente com os dados anteriores. O grupo que trabalha com contabilidade

apresentou média de 2,88, enquanto o outro grupo apresentou média de 2,86, reforçando a ausência de discrepâncias relevantes entre os níveis globais de burnout.

Um aspecto que pode contribuir para essa proximidade entre as médias é o fato de que boa parte dos participantes que trabalham em escritórios de contabilidade está há pouco tempo na função, em muitos casos por apenas alguns meses. Esse tempo reduzido de experiência pode influenciar os resultados, uma vez que profissionais recém-contratados ainda estão em fase de adaptação ao ambiente de trabalho, às demandas, aos prazos e à dinâmica específica da rotina contábil. Assim, pode não ter havido tempo suficiente para que o desgaste ocupacional se desenvolvesse de forma mais intensa ou diferenciada neste grupo.

Além disso, trabalhadores iniciantes frequentemente experimentam um período inicial de maior motivação, aprendizado e engajamento, o que pode contribuir para níveis mais equilibrados de estresse e maior percepção de capacidade profissional. Dessa forma, o pouco tempo de atuação pode ter moderado os resultados, reduzindo possíveis diferenças que poderiam aparecer apenas após períodos mais longos de exposição às demandas da área contábil.

Em síntese, os resultados indicam que, na amostra analisada, não foram identificadas diferenças significativas nos níveis de burnout entre quem trabalha ou não com contabilidade, possivelmente devido ao tempo reduzido de experiência na função para parte dos participantes e ao fato de que fatores como pressão, carga de trabalho e complexidade das tarefas variam de acordo com o contexto individual.

5. CONCLUSÕES

Este estudo teve como objetivo analisar a incidência da Síndrome de Burnout entre estudantes que conciliam estudo e trabalho na Grande Vitória/ES, identificando os fatores de risco envolvidos e os impactos dessa condição no bem-estar acadêmico e pessoal. A pesquisa permitiu compreender como a dupla jornada influencia as experiências emocionais, acadêmicas e profissionais desse público.

Os resultados mostraram que não foram identificadas diferenças significativas nos níveis de burnout entre estudantes que trabalham com contabilidade e aqueles que atuam em outras áreas. Nas análises das dimensões de Exaustão Emocional, Cinismo e Eficácia no Trabalho, as médias apresentaram variações mínimas, reforçando que o desgaste emocional não está diretamente associado à área profissional, mas sim às exigências da rotina de conciliar trabalho e estudo.

Na Exaustão Emocional, ambos os grupos apresentaram médias praticamente idênticas (3,52 e 3,51), indicando níveis semelhantes de cansaço e sensação de sobrecarga. Na dimensão Cinismo, a diferença também foi discreta (2,12 e 2,41), não caracterizando padrões distintos de distanciamento emocional. Já na Eficácia no Trabalho, apesar de uma pequena diferença (2,76 e 2,51), os valores se mantiveram próximos, sugerindo percepções semelhantes de competência e desempenho entre os grupos. A média geral das três dimensões reforça essa proximidade, com 2,88 e 2,86, respectivamente.

Uma possível explicação para essa ausência de discrepâncias marcantes está no fato de que muitos estudantes que atuam em escritórios contábeis possuem pouco tempo

de experiência na função, em alguns casos apenas alguns meses. Esse período inicial de adaptação costuma ser caracterizado por motivação, aprendizado e menor exposição prolongada ao estresse, o que pode ter reduzido o impacto ocupacional sobre os níveis de burnout. Além disso, fatores como pressão, carga de trabalho e complexidade das tarefas variam entre os indivíduos, o que também pode ter contribuído para a homogeneidade dos resultados.

Diante do exposto, conclui-se que a dupla jornada de estudo e trabalho se apresenta como o principal elemento de desgaste entre os estudantes, independentemente da área em que atuam. Mesmo sem a identificação de níveis elevados de burnout, os estudantes convivem com múltiplas responsabilidades e demandas constantes, exigindo atenção preventiva e ações institucionais voltadas à promoção da saúde mental, ao apoio acadêmico e à orientação para uma melhor gestão do tempo.

Espera-se que este estudo contribua para ampliar o debate sobre a saúde mental no contexto estudantil, incentivando a implementação de práticas que favoreçam um ambiente acadêmico mais equilibrado e acolhedor. Sugere-se, ainda, que pesquisas futuras considerem o tempo de atuação profissional, diferentes cargas de trabalho e características socioeconômicas, de modo a aprofundar a compreensão do burnout entre estudantes trabalhadores.

6. REFERÊNCIAS

- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE MEDICINA DO TRABALHO (ABMT). **Para OMS, síndrome de Burnout passará a ser doença do trabalho em 2022**. 2021. Disponível em: <<https://abmt.org.br/noticias/para-oms-sindrome-de-burnout-passara-a-ser-doenca-do-trabalho-em-2022/>>. Acesso em: 13 jun. 2025.
- BAÑUELOS, A.; ÁLVAREZ, N. Escalas de medición del síndrome de burnout: una revisión. **Universitas Psychologica**, Bogotá, v. 16, n. 3, p. 1-14, 2017. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/1940/194035763003.pdf>>. Acesso em: 24 maio 2025.
- BENEVIDES-PEREIRA, A. M. T. **Burnout**: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.
- BORGES, L. O.; ALMEIDA, A. Burnout e relações de trabalho: uma análise crítica da literatura. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 15, n. 1, p. 131–140, jan./mar. 2010. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-73722010000100015>>. Acesso em: 1 maio 2025.
- CAMPOS, D. A. Z. **Síndrome de burnout: o esgotamento profissional ameaçando o bem-estar dos professores**. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade do Oeste Paulista, Presidente Prudente, 2008. Disponível em: https://bdtd.ibict.br/vufind/Record/UOES_439a1cacd62428ef0d2a65fdd5d6f52c. Acesso em: 24 nov. 2025.
- CARLOTTO, M. S. A síndrome de Burnout e o trabalho docente. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 7, n. 1, p. 21–29, jan./jun. 2002. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pe/a/hfg8JKJTYFpgCNggLHS3ppm/>>. Acesso em: 28 jun. 2025.

REUDENBERGER, H. J. Staff burn-out. **Journal of Social Issues**, v. 30, n. 1, p. 159-165, 1974. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>. Acesso em: 28 jun. 2025.

ISMA BRASIL. 72% dos brasileiros estão estressados no trabalho, revela pesquisa **ISTOÉ Dinheiro**. São Paulo, 2019. Disponível em: <https://www.ismabrasil.com.br/noticia/72-dos-brasileiros-estao-estressados-no-trabalho-revela-pesquisa-istoe-dinheiro>>. Acesso em: 28 jun. 2025.

MARION, J. C. **Contabilidade básica**. 11. ed. São Paulo: Atlas, 2003.

MARRAS, J. A.; VELOSO, F. H. F. Fatores de pressão no trabalho de contadores que contribuem para o estresse ocupacional. **Revista UNEMAT de Contabilidade**, v. 5, n. 9, jan./jul. 2016. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/ruc/article/download/858/1368/4805>>. Acesso em: 28 jun. 2025.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. The measurement of experienced burnout. **Journal of Occupational Behavior**, v. 2, n. 2, p. 99-113, 1981. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/sqhs5pPk4QBspW3DKXrmxnP/>>. Acesso em: 28 jun. 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Burn-out an occupational phenomenon: International Classification of Diseases**. 28 mai. 2019. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>>. Acesso em: 13 jun. 2025.

SANTOS, Rayane Bispo dos; FARIA, Juliano Almeida de; SANTANA, Alex Fabiano Bertollo. Proposta estrutural para formação de honorários dos serviços contábeis. **Revista de Administração e Contabilidade da UNIFAT**, v. 17, n. 1, 2025. Disponível em <https://reacfat.com.br/reac/article/view/435/398>>. Acesso em 13 nov. 2025.

SANTOS FILHO, M. F.; RECH, I. J. O estresse ocupacional na atuação do profissional contábil: estudo sob a percepção dos contadores nas universidades federais. In: ENOCNTO NACIONAL DE PÓS GRADUAÇÃO EM ADMINISTRAÇÃO. XLVI. 2022. **Anais eletrônicos...** ANPAD: Maringá, 2022. Disponível em: <https://anpad.com.br/uploads/articles/120/approved/1d3b7f1f8a7625f8d5e700dcf0d9ae68.pdf>>. Acesso em: 23 jun. 2025.

SCHUSTER, Marcelo da Silva; DIAS, Valéria da Veiga; BATTISTELLA, Luciana Flores. Burnout e justiça organizacional: um estudo em servidores públicos federais. **Revista de Administração IMED**, v. 4, n. 3, p. 330-342, 2014. Disponível em: <https://seer.atitus.edu.br/index.php/raimed/article/view/601>. Acesso em: 8 nov. 2025.

SCHUSTER, M. S.; DIAS, V. V.; BATTISTELLA, L.; GROHMANN, M. Z. Validação da escala MBI-GS: uma investigação General Survey sobre a percepção de saúde dos colaboradores. **Revista de Gestão**, São Paulo, v. 23, n. 3, p. 285–296, 2016. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1809227616301291>>. Acesso em: 24 maio 2025.

TAMAYO, M. R. Adaptação do Maslach Burnout Inventory-General Survey (MBI-

GS): estudo preliminar. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 18, n. 1, p. 107-115, 2002. Disponível em: <https://arquivo.anpad.org.br/abrir_pdf.php?e=MTY1NDA=>>. Acesso em: 28 jun. 2025.