

Giovana Nasciutti Vilarino

**Relações entre engajamento no trabalho, engajamento no estudo e síndrome de burnout
entre estudantes universitários**

*Trabalho de Conclusão de Curso do Instituto
de Psicologia da Universidade Federal de
Uberlândia apresentado como requisito
parcial à obtenção do Título de Bacharel em
Psicologia.*

Orientador(a): Prof. Dr. Pedro Afonso Cortez

Uberlândia
2025

Giovana Nasciutti Vilarino

**Relações entre engajamento no trabalho, engajamento no estudo e síndrome de burnout
entre estudantes universitários**

Trabalho de Conclusão de Curso do Instituto de Psicologia da Universidade Federal de Uberlândia apresentado como requisito parcial à obtenção do Título de Bacharel em Psicologia. Orientador(a): Prof. Dr. Pedro Afonso Cortez

Banca Examinadora
Uberlândia, 20 de maio de 2025

Prof. Dr. João Fernando Roch Wachelke
Universidade Federal de Uberlândia – Uberlândia, MG

Prof. Dr. Pedro Afonso Cortez
Universidade Federal de Uberlândia – Uberlândia, MG

Prof. Me. Rodrigo Prado Pereira
Universidade Tuiuti do Paraná – Curitiba, PR

Uberlândia
2025

Resumo

Esse estudo analisou as relações entre engajamento no trabalho, engajamento nos estudos e síndrome de burnout em 353 estudantes universitários (idade média 24,3 anos; 73,1% mulheres). Foram utilizados os instrumentos Escala de Engajamento no Trabalho (UWES adaptada), Escala de Engajamento Acadêmico Universitário (EAE-E4D) e Escala de Burnout para Estudantes (BAT adaptada). Os dados foram coletados online mediante TCLE aprovado pelo comitê de ética. Analisaram-se as relações por meio de regressão linear múltipla. As dimensões Afetiva e Cognitiva do engajamento acadêmico surgiram como preditoras significativas dos sintomas de burnout, enquanto as dimensões do engajamento no trabalho não apresentaram significância. O estudo contribui para a compreensão do papel central do engajamento acadêmico na prevenção de burnout estudantil e fornece subsídios para intervenções institucionais voltadas ao bem-estar acadêmico.

Palavras-chave: Burnout; Engajamento acadêmico; Engajamento no trabalho; Universitários; Saúde mental

Abstract

This study examined the relationships between work engagement, academic engagement, and burnout syndrome in 353 university students (mean age 24.3; 73.1% women). The instruments used were the Work Engagement Scale (UWES adapted), University Academic Engagement Scale (EAE-E4D), and Student Burnout Scale (BAT adapted). Data collection occurred online with informed consent approved by the ethics committee. Regression analysis revealed significant predictors of burnout only in the Affective and Cognitive dimensions of academic engagement, whereas dimensions of work engagement showed no significance. The findings underscore academic engagement as central in burnout prevention among students, guiding institutional interventions aimed at enhancing students' well-being.

Keywords: Burnout; Academic engagement; Work engagement; University students; Mental health

Introdução

O trabalho é uma das principais preocupações de muitos jovens brasileiros que precisam se inserir nesse mercado desde cedo (Tommasi & Corrochano, 2020). Além disso, o cenário atual da educação superior impõe desafios significativos aos estudantes, principalmente em relação à conciliação entre estudo e trabalho, exigindo níveis elevados de engajamento em ambos contextos (Ambiel et al., 2021). Esse manejo pode funcionar como um fator protetivo ou desencadeador em alguns setores da vida (Kobernovicz & Stefano, 2020), inclusive para a síndrome de burnout estudantil, dependendo das estratégias adotadas e da capacidade individual para gerenciar essas demandas simultâneas (Amaral & Frick, 2023).

Schaufeli et al. (2002) estabelecem o engajamento, de forma independente, como um estado mental e disposicional de investimento de energia, superando obstáculos e direcionando o esforço para o trabalho/atividade com o qual a pessoa se identifica e sente grande prazer em realizar. Para mensurar o engajamento acadêmico é possível utilizar a escala quadridimensional de envolvimento dos alunos na escola (EAE-E4D), que foi desenvolvida por Veiga (2013) em Portugal e adaptada para o contexto brasileiro por Silveira e Justi em 2018. Essa escala avalia quatro aspectos do engajamento escolar: o comportamental, o cognitivo, o afetivo e o agente. (Vallo et al., 2020).

Paralelamente, o engajamento no trabalho, definido como um estado mental positivo de realização profissional, apresenta implicações para a saúde mental, satisfação laboral e qualidade de vida (Cunha & Fabricio, 2020). Esse, pode ser avaliado através dos constructos de vigor, dedicação e absorção. (Hansen et al., 2018). Apesar de serem construtos independentes e diferentes, estudos de Obregon et al. (2021) e Schaufeli et al. (2002) sugerem, de forma moderada, uma relação inversa na medida dos dois, de modo que quanto maior o engajamento no trabalho menor a incidência de síndrome de burnout.

Por outro lado, a síndrome de burnout estudantil é caracterizada por exaustão emocional, distanciamento cognitivo e baixa eficácia acadêmica (Gurgel et al., 2023), sendo negativamente relacionada ao desempenho acadêmico e ao bem-estar psicológico (Kordzanganeh et al., 2021). Pesquisas recentes, como as realizadas por Carlotto e Câmara (2023), Lima e Moraes (2023) e Fiorilli et al. (2022), têm reforçado a relação inversa entre os níveis de engajamento e a ocorrência de burnout, sugerindo que um maior engajamento pode ser protetivo contra o esgotamento emocional e cognitivo.

Apesar da relevância dessas relações, estudos que avaliem conjuntamente o engajamento acadêmico, o engajamento no trabalho e o burnout em estudantes universitários são escassos, especialmente em contextos brasileiros, revelando uma importante lacuna teórica e prática (Carlotto & Câmara, 2023). O contexto universitário, constitui uma população vulnerável à sobrecarga (Matos & Matos, 2023), principalmente ao considerar o grupo de estudantes trabalhadores, dado o acúmulo de responsabilidades acadêmicas e laborais, elevando o risco de burnout e prejuízos subsequentes à saúde mental (Hirschle & Gondim, 2020).

Questiona-se, portanto, se o engajamento acadêmico ou o engajamento no trabalho exerce maior impacto sobre os níveis de burnout estudantil. Tendo isto em vista, o presente estudo buscou investigar as relações entre engajamento no trabalho, engajamento nos estudos e a síndrome de burnout em estudantes universitários, com o intuito de identificar os preditores dos escores de burnout nesta amostra.

Método

Participantes

Participaram do estudo 353 estudantes universitários, com idade média de 24,3 anos ($DP = 6,29$), variando entre 18 e 64 anos, sendo a maioria do gênero feminino (73,1%). Quanto à situação ocupacional, dentre os 195 participantes que estavam empregados, a maior parte identificou-se como estudante/bolsista (40,5%) ou empregado formal (CLT; 28,7%). Em relação à renda, 71,3% declararam receber até dois salários-mínimos mensais. A maioria relatou estudar predominantemente em casa (80,7%), com frequência semanal de estudos entre 5 e 10 horas (66,9%) e acesso satisfatório a recursos tecnológicos e materiais necessários.

Em relação à percepção da qualidade educacional, 82,5% avaliaram como boa ou ótima a educação recebida. Como principal motivação para estudar, os participantes destacaram desenvolvimento pessoal (44,5%) e exigências profissionais (27,2%). Dos participantes empregados, 48,7% trabalhavam em horário comercial e 35,4% tinham horários flexíveis; além disso, 72,8% reportaram ter acesso adequado a recursos físicos no ambiente de trabalho. Cerca de 60% utilizavam tecnologias específicas para auxiliar nos estudos, destacando-se aplicativos de organização/produtividade (22,9%) e plataformas de cursos online (22,7%).

Instrumentos

Escala de Engajamento no Trabalho (Martins & Machado, 2022; versão adaptada da UWES):

O instrumento é composto por 17 itens avaliados em escala Likert de cinco pontos (1 = Nunca; 5 = Sempre) e contempla os fatores Vigor, Dedicação e Absorção. No presente estudo, a subescala Vigor apresentou alta consistência interna, com $\alpha = .89$ e $\omega = .89$; a subescala Dedicação evidenciou índices semelhantes ($\alpha = .89$; $\omega = .89$); enquanto a subescala

Absorção apresentou índices mais modestos ($\alpha = .72$; $\omega = .73$). Considerando os 17 itens de forma global, o escore apresentou excelente fidedignidade, com $\alpha = .93$ e $\omega = .93$.

Escala de Engajamento Acadêmico Universitário (Silveira & Justi, 2018; adaptação para o contexto universitário – EAE-E4D):

Composta por 20 itens distribuídos em quatro dimensões – Engajamento Comportamental, Afetivo, Cognitivo e Agente – a escala utiliza a mesma resposta do tipo Likert (1 = Nunca; 5 = Sempre). Os índices de consistência interna das dimensões foram os seguintes: Comportamental, $\alpha = .68$; Afetivo, $\alpha = .87$; Cognitivo, $\alpha = .50$; e Agente, $\alpha = .88$. O escore global do instrumento também evidenciou boa consistência interna, com $\alpha = .81$ e $\omega = .82$.

Escala de Burnout para Estudantes (Popescu et al., 2023; baseada no MBI-SS):

Este instrumento, composto por 33 itens avaliados em escala Likert de cinco pontos (1 = Nunca; 5 = Sempre), abrange seis subescalas. Especificamente, o fator Exaustão apresentou $\alpha = .91$ e $\omega = .91$; Distanciamento, $\alpha = .77$ e $\omega = .78$; Prejuízo Cognitivo, $\alpha = .92$ e $\omega = .92$; Prejuízo Emocional, $\alpha = .87$ e $\omega = .87$; Sofrimento Psicológico, $\alpha = .81$ e $\omega = .82$; e Queixas Psicossomáticas, $\alpha = .82$ e $\omega = .82$. De forma global, o instrumento apresentou alta confiabilidade, com $\alpha = .94$ e $\omega = .94$.

Questionário Sociodemográfico e Funcional do Estudante:

Este questionário de autorrelato foi desenvolvido para coletar informações essenciais sobre as características sociodemográficas e funcionais dos estudantes universitários, permitindo uma compreensão abrangente do perfil da amostra e dos fatores que influenciam o desempenho acadêmico e a conciliação entre estudo e trabalho. O instrumento inclui itens que investigam dados demográficos (idade, com resposta numérica, e gênero, com opções

pré-definidas como feminino, masculino e outras categorias), informações sobre o contexto acadêmico (local principal de estudo, por exemplo, casa, biblioteca, local de trabalho; frequência semanal de estudos, categorizada em faixas horárias; e percepção da qualidade da educação recebida, mensurada por escalas Likert), além de aspectos motivacionais (como principais motivações para estudar – desenvolvimento pessoal, exigências profissionais, preparação para exames, entre outros).

Adicionalmente, o questionário abrange itens que avaliam o contexto funcional do estudante no mercado de trabalho, tais como status ocupacional (estudante/bolsista, empregado formal [CLT], autônomo, informal etc.), turno de trabalho (comercial, flexível, noturno ou turnos rotativos) e a disponibilidade de recursos físicos no ambiente laboral. Também são investigadas condições de acesso aos recursos necessários para o estudo (por exemplo, computador pessoal, acesso à internet de alta velocidade, materiais didáticos e espaço silencioso) e o uso de tecnologias específicas (como aplicativos de organização, plataformas de cursos online e softwares específicos da área de estudo). Por fim, o questionário inclui itens que capturam informações sobre a renda mensal dos participantes, expressa em termos de salários-mínimos, permitindo identificar a situação econômica dos estudantes.

Procedimentos

A coleta de dados foi realizada por meio da plataforma Google Forms. Os participantes receberam o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) antes de iniciar o preenchimento dos instrumentos, assegurando a ética e o respeito aos princípios de pesquisa com seres humanos. O estudo foi previamente aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa, sob o número CAAE (79945624.8.0000.5152). O tempo médio para completar a participação foi de aproximadamente 35 minutos.

Análise de dados

Foram realizadas análises de dados utilizando o software Jamovi (versão 2.3.28.0). Inicialmente, calcularam-se estatísticas descritivas (média, mediana, desvio-padrão, valores mínimo e máximo) para as variáveis sociodemográficas e para os escores dos instrumentos aplicados. Em seguida, conduziu-se a avaliação da consistência interna dos instrumentos por meio dos coeficientes Cronbach's α e ω , tanto para os fatores específicos (por exemplo, Vigor, Dedição e Absorção da Escala de Engajamento no Trabalho e as dimensões do EAE) quanto para as escalas de forma global. Por fim, foi conduzida uma análise de regressão linear múltipla com o intuito de identificar os preditores dos escores de burnout estudantil, utilizando como variáveis independentes os fatores de engajamento no trabalho e nos estudos, além de variáveis sociodemográficas e funcionais. Todas as análises adotaram um nível de significância de $p < .05$.

Resultados

Estatísticas Descritivas

Foram calculadas estatísticas descritivas para os instrumentos UWES (engajamento no trabalho), EAE-E4D (engajamento acadêmico universitário-adaptada) e BAT (burnout), aplicados a uma amostra de 353 estudantes universitários. A Tabela 1 resume os principais resultados dessas variáveis.

Tabela 1.

Estatística descritivas das variáveis avaliadas entre estudantes

Instrumento	Dimensão/Fator	N	Média	Mediana	Desvio-padrão	Mínimo	Máximo
		ia	a	adrão	o	o	

UWES	Vigor	353	2,85	2,83	0,894	1,00	5,00
(Engajamento no trabalho)	Dedicação	353	2,93	3,00	1,00	1,00	5,00
	Absorção	353	3,05	3,00	0,762	1,00	5,00
	Fator Geral	353	2,94	3,06	0,796	1,11	4,70
EAE-E4D	Comportamental	353	2,71	2,80	0,696	1,00	5,00
(Engajamento acadêmico universitário)	Afetivo	353	3,29	3,40	0,992	1,00	5,00
	Cognitivo	353	1,70	1,60	0,456	1,00	4,00
	Agente	353	2,39	2,20	0,971	1,00	5,00
	Fator Geral	353	2,52	2,50	0,356	1,45	3,50
BAT	Total (Burnout)	353	2,74	2,73	0,712	1,25	4,58
(Sintomatologia de burnout estudantil)							

Regressão Linear

Para identificar os preditores do burnout total (BAT), foi conduzida uma análise de regressão linear múltipla, utilizando como variáveis independentes os fatores de engajamento no trabalho (UWES), engajamento acadêmico universitário (EAE-E4D) e variáveis sociodemográficas e contextuais. O modelo apresentou um $R = 0,673$ e um $R^2 = 0,453$,

indicando que aproximadamente 45,3% da variância nos escores de burnout total é explicada pelo conjunto de preditores incluídos, conforme a Tabela 2.

Tabela 2.

Coeficientes da regressão linear múltipla para o desfecho burnout estudantil total (BAT)

Categoría / Predictor	B	EP	t	p
<i>Intercepto</i>	2.998	0.846	3.54	< .001
<i>Engajamento no Trabalho (UWES)</i>				
Vigor	-0.153	0.100	-1.54	0.127
Dedicação	0.030	0.099	0.30	0.762
Absorção	0.117	0.086	1.37	0.172
<i>Engajamento nos Acadêmico Universitário (EAE-E4D)</i>				
Comportamental	0.007	0.073	0.09	0.926
Afetivo	-0.182	0.053	-3.46	< .001
Cognitivo	0.555	0.107	5.18	< .001
Agente	0.060	0.053	1.12	0.265
<i>Vínculo de trabalho (ref: Vínculo anterior)</i>				
Vínculo atual	0.022	0.236	0.09	0.927

<i>Gênero (ref: Não-binário)</i>				
Homem	-0.993	0.654	-1.52	0.131
Mulher	-0.743	0.649	-1.15	0.254
<i>Suporte acadêmico ou profissional (ref: Auxílio do professor)</i>				
Nenhum suporte recebido	0.050	0.111	0.45	0.652
Bolsa/financiamento	0.140	0.169	0.83	0.407
Aulas particulares com profissional	-0.001	0.280	-0.00	0.997
<i>Faixa de renda mensal do estudante (ref: até 1 salário)</i>				
Até 2 salários	0.037	0.119	0.31	0.759
Até 5 salários	0.052	0.146	0.36	0.720
Até 7 salários	-0.083	0.294	-0.28	0.778
Acima de 10 salários	0.646	0.513	1.26	0.210
<i>Horário de trabalho (ref: Vínculo intermitente ou “uberização”)</i>				
Noturno (22h às 05h)	0.012	0.206	0.06	0.954
Comercial (8h às 18h)	-0.027	0.114	-0.23	0.815
Turnos rotativos (6 dias ativos por 1 dia de descanso ou 12h ativas por 36h de descanso)	-0.177	0.211	-0.84	0.403

<i>Tamanho da empresa (ref: Microempresa – 1 funcionário)</i>				
Pequena empresa 2 até 49 funcionários	-0.048	0.155	-0.31	0.756
Média empresa de 50 a 100 funcionários	0.083	0.195	0.42	0.672
Grande empresa de 101+ funcionários	-0.029	0.141	-0.20	0.839
<i>Suporte material no trabalho para descanso (ref: Inadequado)</i>				
Adequado	-0.207	0.118	-1.75	0.082
<i>Satisfação com o trabalho (ref: Muito Insatisfeito)</i>				
Insatisfeito	0.230	0.204	1.13	0.262
Satisfeito	0.086	0.203	0.42	0.673
Muito satisfeito	-0.004	0.263	-0.01	0.989
<i>Área do Curso (ref: Humanas/Artes/Linguísticas)</i>				
Ciências da Saúde/Biológicas	-0.048	0.130	-0.37	0.713
Exatas/Engenharias/Agrárias/Tecnologias	0.020	0.123	0.17	0.868
<i>Status de emprego (ref: Estagiário)</i>				
Empregado CLT	-0.005	0.123	-0.04	0.965
Autônomo(a)	0.117	0.202	0.58	0.563
Informal (freelancer, bicos)	0.211	0.203	1.04	0.300

Desempregado(a) em busca de trabalho	0.182	0.513	0.36	0.723
Concursado(a)	-0.134	0.202	-0.66	0.508
Terceirizado(a)	-0.150	0.383	-0.39	0.696
Aposentado(a)	-0.960	0.652	-1.47	0.143
<i>Uso de tecnologias para estudos (Ref: Não utiliza)</i>				
Plataformas de cursos online para complementar as aulas	-0.241	0.125	-1.93	0.061
Aplicativos de organização/produtividade	0.043	0.135	0.32	0.748
Softwares, simuladores e calculadoras da área de estudo	-0.111	0.176	-0.63	0.529

Visando uma análise mais detalhada do modelo, no que se refere aos fatores de engajamento no trabalho, os subfatores Vigor, Dedicação e Absorção não se associaram significativamente aos escores de burnout ($p>.05$). Em contraste, entre os fatores de engajamento acadêmico universitário (EAE-E4D), as dimensões Afetiva e Cognitivo mostraram-se preditores estatisticamente significativos ($p<.01$), enquanto a dimensão Comportamental e o fator Agente não apresentaram associações significativas ($p<.05$).

Quanto às variáveis sociodemográficas e contextuais incluídas no modelo – que abarcaram status ocupacional, gênero, suporte acadêmico/profissional, faixa de renda, horário de trabalho, tamanho da empresa, suporte material para descanso, satisfação com o trabalho, área do curso, status de emprego e uso de tecnologias para estudos – nenhuma delas evidenciou associação significativa com o burnout ($p>.05$), excetuando-se tendências marginalmente significativas para o suporte material adequado para descanso ($p=.08$) e o uso

de plataformas de cursos online ($p=.06$). Esses achados sugeriram que, no presente modelo, somente as dimensões Afetiva e Cognitivo do engajamento nos estudos foram preditoras estatisticamente significativas dos níveis de burnout estudantil.

Discussão

Ao analisar os resultados é possível perceber que o engajamento acadêmico, especialmente nas dimensões Afetiva (sentimento de pertencimento e inclusão social no contexto universitário) (Vallo et al., 2020) e Cognitiva (crenças associadas às intenções negativas como faltar às aulas, perturbar o ambiente educacional e demonstrar baixo comprometimento com atividades acadêmicas) (Covas & Veiga, 2017), apresentaram forte relação com o burnout estudantil.

A dimensão Afetiva revelou uma associação negativa, sugerindo que quanto maior o sentimento de pertencimento e inclusão, menores são os sintomas de burnout (Vallo et al., 2020). A dimensão Cognitiva demonstrou associação positiva significativa, indicando que intenções negativas relacionadas ao baixo envolvimento cognitivo estão fortemente ligadas ao aumento dos sintomas de burnout estudantil (Vallo et al., 2020).

Esses resultados corroboram a ideia de que o engajamento acadêmico desempenha um papel crucial na prevenção do burnout estudantil, reforçando estudos como o de Amaral e Frick, (2023). Especificamente, o desenvolvimento de vínculos afetivos positivos no ambiente acadêmico e o estímulo ao comprometimento cognitivo ativo com as atividades acadêmicas parecem ser fundamentais para reduzir os riscos de exaustão emocional, distanciamento e dificuldades cognitivas típicas do burnout entre estudantes (Lima & Moraes, 2023).

Contrariamente às expectativas iniciais, as dimensões de engajamento no trabalho (Vigor, Dedicação e Absorção) não demonstraram impacto significativo sobre o burnout estudantil. Esse achado sugere que, apesar do trabalho ser um contexto relevante para muitos estudantes (Tommasi & Corrochano, 2020), seu impacto sobre o burnout estudantil pode ser mediado ou minimizado por fatores específicos ao contexto acadêmico, que pode desempenhar maior efeito protetivo ou desencadeador do burnout entre estudantes trabalhadores (Vallo et al., 2020).

A ausência de significância das variáveis contextuais e sociodemográficas reforça ainda mais a relevância específica dos fatores acadêmicos identificados, enfatizando a necessidade de intervenções institucionais que promovam ambientes educacionais afetivamente inclusivos e cognitivamente estimulantes (Assis et al., 2024), potencializando, assim, a proteção contra o burnout entre estudantes que trabalham. Esses resultados trazem implicações práticas importantes, sugerindo que intervenções educacionais direcionadas à melhoria do engajamento afetivo e ao manejo dos comportamentos acadêmicos negativos podem ser particularmente eficazes na prevenção do burnout entre estudantes universitários (Braga et al., 2021).

Para implementação prática, recomenda-se: 1. Aos estudantes: estimular a participação ativa e positiva nas atividades acadêmicas e promover comportamentos proativos de integração social (Cohen et al., 2020); 2. Aos professores: criar ambientes acolhedores, incentivar a participação ativa nas aulas e realizar intervenções específicas para manejar comportamentos acadêmicos negativos (Braga et al., 2021); 3. Aos técnicos e gestores educacionais: promover políticas institucionais de suporte emocional e acadêmico, garantindo infraestrutura adequada e acompanhamento psicológico; 4. Aos pares: estimular

relações interpessoais saudáveis e apoio mútuo; 5. À política educacional: desenvolver estratégias de apoio contínuo e ações preventivas para reduzir o burnout (Pontes, 2025).

Para tanto, surge como central a prática dos psicólogos na gestão educacional, coordenação e atendimento psicopedagógico. Assim, emerge a importância deste profissional (Neri, 2024): realizar avaliações contínuas e intervenções específicas focadas no engajamento acadêmico, promovendo saúde mental e desempenho acadêmico como fatores centrais para empoderamento dos estudantes que trabalham, com vistas a facilitar a integração acadêmica com o trabalho (Souza, 2024).

Considerações finais

Esta pesquisa mostrou que o engajamento acadêmico, particularmente nas dimensões Afetiva e Cognitiva, é um preditor significativo dos sintomas de burnout estudantil, ao passo que o engajamento no trabalho não apresentou associação significativa com esses sintomas. Os achados destacam a importância da qualidade dos vínculos afetivos e o manejo eficaz das crenças intencionais associadas aos comportamentos acadêmicos negativos têm um papel central na prevenção e mitigação do burnout entre estudantes universitários.

Este estudo traz contribuições significativas tanto para a literatura quanto para a prática pedagógica. Os resultados sublinham a necessidade de ações específicas focadas no aumento do engajamento acadêmico, destacando a construção de um ambiente universitário receptivo e inclusivo, bem como a implementação de estratégias que estimulem a participação ativa e positiva dos alunos nas atividades acadêmicas.

Sugere-se que as instituições de ensino superior e as políticas educacionais elaborem e apliquem programas de apoio constante aos alunos, com ênfase especial em intervenções que promovam o sentimento de pertencimento e incentivem o desenvolvimento de intenções

comportamentais acadêmicas positivas. Ademais, recomenda-se que o psicólogo educacional e psicopedagogo desempenhem papel ativo na identificação precoce de estudantes em risco, oferecendo apoio psicológico e psicopedagógico adequado aos estudantes que trabalham.

É importante destacar que este estudo reforça a importância de continuar investigando as relações entre estudo e trabalho e seus impactos sobre a saúde mental dos estudantes universitários que trabalham. Pesquisas futuras, especialmente aquelas com desenhos longitudinais e amostras diversificadas, são essenciais para aprofundar o entendimento dos mecanismos envolvidos e aprimorar estratégias eficazes de prevenção e intervenção no burnout estudantil. O que poderá ser de grande contribuição na vida dos estudantes que trabalham.

Referências

- Amaral, E. L., & Frick, L. T. (2023). Engajamento acadêmico e saúde mental positiva entre estudantes universitários. *Revista Internacional de Educação Superior*, 9. <https://doi.org/10.20396/riesup.v9i00.8665450>
- Ambiel, R. A., Cortez, P. A., & Salvador, A. P. (2021). Predição da Potencial Evasão Acadêmica entre Estudantes Trabalhadores e Não Trabalhadores. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 37. <https://doi.org/10.1590/0102.3772e37305>
- Braga, I. A. F., Maroneze, L. R., de Carvalho, K. V. G., de Moura, F. R., dos Santos, P. L., & dos Santos Tavares, D. (2021). Avaliação do temperamento afetivo e emocional em estudantes universitários da metodologia ativa de ensino. *Research, Society and Development*, 10(6), e17110615635-e17110615635. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i6.15635>
- Carlotto, M. S., & Câmara, S. G. (2023). Síndrome de Burnout em estudantes universitários trabalhadores e não trabalhadores. *Revista Estudios Psicológicos*, 3(3), 21-34. <https://doi.org/10.35622/j.rep.2023.03.002>
- Covas, F., & Veiga, F. H. (2017). Envolvimento dos Estudantes no Ensino Superior: Um estudo com a Escala EAE-EaD. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, (1), 121-126. <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.01.2416>
- Cohen, E. J., Delage, P. E. G., Alencar, R. B., & Menezes, A. B. (2020). Percepção dos estudantes em relação a uma experiência de gamificação na disciplina de psicologia e educação inclusiva. *Holos*, 1, 1-15. https://www.researchgate.net/profile/Wellington-Fortunato/publication/383344314_ESTRATEGIAS-DE-ATRACAO-E-ENGAJAMENTO-DE-ESTUDANTES-DA-MODALIDADE-EAD-Relato-Tecnico-de-um-Projeto-de-Extensao-Universitaria-no-Rio-de-Janeiro/links/66c918ddc2eaa5002313415d/ESTRATEGIAS-DE-ATRACAO-E-ENGAJAMENTO-DE-ESTUDANTES-DA-MODALIDADE-EAD-Relato-Tecnico-de-um-Projeto-de-Extensao-Universitaria-no-Rio-de-Janeiro.pdf
- de Assis, Z. C., Moreira, T. S., do Amaral Barreto, R. S., Costa, A. D. S. M., & de Sousa Nunes, M. A. R. (2024). A importância do vínculo afetivo entre professor e aluno para uma aprendizagem significativa. *Revista Missionária*, 26(3), 39-48. <https://doi.org/10.31512/missioneira.v26i3.2079>
- da Cunha, L. G., & Fabricio, A. (2020). Síndrome de Burnout e engajamento no trabalho: um estudo a partir de trabalhadores do comércio. *Saber Humano: Revista Científica da Faculdade Antonio Meneghetti*, 10(16). <https://doi.org/10.18815/sh.2020v10n16.403>
- de Lima, K. M. R., & de Moraes, E. A. (2023). A Relação Entre o Burnout e Engajamento Com a Autoeficácia e Autoregulação dos Estudantes Universitários. *Administração: Ensino e Pesquisa*, 24(1). <https://doi.org/10.13058/raep.2023.v24n1.2356>

de Matos, E. R. M., & Matos, F. R. (2022). Instrumentos de Mensuração da Síndrome de Burnout Estudantil: Revisão Integrativa de Literatura. *Revista de Psicologia da IMED*, 14(1), 121-140. <https://doi.org/10.18256/2175-5027.2022.v14i1.4314>

de Sousa, R. R. A. (2024). A Psicopedagogia como recurso para a prevenção da evasão escolar: a atuação do Assistente Social. *Revista Interseção*, 6(1), 24-40. <https://doi.org/10.48178/intersecao.v6i1.469>

Fiorilli, C., Barni, D., Russo, C., Marchetti, V., Angelini, G., & Romano, L. (2022). Students' burnout at university: The role of gender and worker status. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(18), 11341. <https://doi.org/10.3390/ijerph191811341>

Gurgel, D. P., Batista, D. K. M., Oliveira, L. A. de, Silva, N. V. da, & Almeida, P. V. T. de. (2023). A síndrome de burnout durante o processo acadêmico: Uma revisão bibliográfica. *Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências E Educação*, 9(9), 1125–1144. <https://doi.org/10.51891/rease.v9i9.11159>

Hansen, R., Fabricio, A., Rotili, L. B., & Lopes, L. F. D. (2018). Inteligência emocional e engajamento no ambiente de trabalho: estudo empírico a partir de gestores e equipes. *Revista Gestão Organizacional*, 11(1). <https://doi.org/10.22277/rgo.v11i1.3980>

Hirschle, A. L. T., & Gondim, S. M. G. (2020). Estresse e bem-estar no trabalho: uma revisão de literatura. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(7), 2721-2736. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020257.27902017>

Kobernovicz, M., & Stefano, S. R. (2020). Engajamento no trabalho: uma análise do engajamento de servidores públicos estaduais de uma instituição de ensino superior. *Revista de Carreiras e Pessoas*, 10(1). <https://doi.org/10.20503/recap.v10i1.44284>

Kordzanganeh, Z., Bakhtiarpour S., Hafezi F., & Dashtbozorgi, Z. (2021). The relationship between time management and academic burnout with the mediating role of test anxiety and self-efficacy beliefs among university students. *Journal of Medical Education*, 20(1), e112142. <https://doi.org/10.5812/jme.112142>

Martins, P. C. P., & Machado, P. G. B. (2022). Processo de Validação de Escala de Engajamento no Trabalho para População Brasileira. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 38. <https://doi.org/10.1590/0102.3772e38511.pt>

Neri, W., & Barros, A. (2024). A importância do psicopedagogo frente às dificuldades de aprendizagem no contexto escolar. *ETS EDUCARE-Revista de Educação e Ensino*, 2(3), 88-119. <https://doi.org/10.5281/zenodo.13862950>

Obregon, S. L., Schwaab, K. S., Lopes, L. F. D., & Ceretta, P. S. (2021). Engajamento no trabalho e síndrome de burnout: uma análise estrutural com abordagem quantitativa. *Revista Alcance*, 28(1), 67-81. [10.14210/alcance.v28n1\(Jan/Abr\).p67-81](https://doi.org/10.14210/alcance.v28n1(Jan/Abr).p67-81)

Pontes, R. A. F.. (2025). Análise do papel mediador da resiliência na relação entre apoio social e burnout em estudantes universitários. *Educação Em Revista*, 41, e54877. <https://doi.org/10.1590/0102-469854877>

Popescu, B., Maricuțoiu, L. P., & De Witte, H. (2023). The student version of the Burnout assessment tool (BAT): psychometric properties and evidence regarding measurement validity on a romanian sample. *Current Psychology*, 1-15. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04232-w>

Schaufeli, W. B., Salanova, M., González-Romá, V., & Bakker, A. B. (2002). The measurement of engagement and burnout: A two sample confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness studies*, 3, 71-92. <https://doi.org/10.1023/A:1015630930326>

Silveira, M. E. D., & Justi, F. R. D. R. (2018). Engajamento escolar: adaptação e evidências de validade da escala EAE-E4D. *Psicologia: teoria e prática*, 20(1), 110-125. <http://dx.doi.org/10.5935/1980-6906/psicologia.v20n1p110-125>

Tommasi, L. D., & Corrochano, M. C. (2020). Do qualificar ao empreender: políticas de trabalho para jovens no Brasil. *Estudos Avançados*, 34, 353-372. <https://doi.org/10.1590/s0103-4014.2020.3499.021>

Vallo, L., Schmitt, J. C., & dos Reis Justi, F. R. (2020). Um panorama sobre engajamento escolar: Uma revisão sistemática. *Revista Portuguesa de Educação*, 33(1), 221-246. <https://doi.org/10.21814/rpe.18145>

Veiga, F. H. (2013). Envolvimento dos alunos na escola: Elaboração de uma nova escala de avaliação. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1, 441-450. <https://repositorio.ul.pt/handle/10451/10032>