



**UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE  
JANEIRO  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO  
CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA  
DISSERTAÇÃO**

**Estresse e Síndrome de *Burnout* em Cadetes da  
Academia Militar das Agulhas Negras  
- AMAN**

**Elen Nunes Franklim**

**2018**



**UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE  
JANEIRO**  
**INSTITUTO DE EDUCAÇÃO**  
**CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA**

**Estresse e Síndrome de *Burnout* em Cadetes da  
Academia Militar das Agulhas Negras  
- AMAN**

**Elen Nunes Franklim**

*Sob a Orientação do Professor*  
**Wanderson Fernandes de Souza**

Dissertação submetida como requisito parcial para obtenção do grau de **Mestre em Psicologia**, no Curso de Pós-Graduação em Psicologia.

Seropédica, RJ  
Janeiro, 2018

Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Biblioteca Central / Seção de Processamento Técnico

Ficha catalográfica elaborada  
com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

F831e Franklin, Elen Nunes , 1983-  
Estresse e síndrome de burnout em cadetes da  
Academia Militar das Agulhas Negras - AMAN / Elen  
Nunes Franklin. - 2018.  
72 f.

Orientador: Wanderson Fernandes de Souza.  
Dissertação (Mestrado). -- Universidade Federal Rural  
do Rio de Janeiro, Pós-Graduação em Psicologia, 2018.

1. Estresse. 2. Síndrome de Burnout. 3. Cadete. I.  
Souza, Wanderson Fernandes de, 1980-, orient. II  
Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro. Pós-  
Graduação em Psicologia III. Título.



UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

**ELEN NUNES FRANKLIM**

Dissertação submetida como requisito parcial para obtenção do grau de Mestre em Psicologia, no Programa de Pós-Graduação em Psicologia.

DISSERTAÇÃO APROVADO EM \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

---

Prof. Dr. Wanderson Fernandes de Souza  
Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
(Orientador)

---

Prof. Dr. Marcos Aguiar de Souza  
Universidade Federal do Rio de Janeiro

---

Prof. Dr. Pedro Paulo Pires dos Santos  
Universidade Federal Fluminense

*“Quando alimentamos mais a nossa coragem do que os nossos medos...  
passamos a derrubar muros e a construir pontes.”*

Autor desconhecido

## **Dedicatória**

*A todos que fazem dos seus dias os melhores de suas vidas.*

## **Agradecimentos**

Ao Deus Eterno que se faz presente em minha caminhada desde sempre.

Aos meus pais Wilson e Vera que sempre me incentivaram aos estudos com garra e coragem.

Ao meu irmão Wilson Filho por ser exemplo de determinação acadêmica e profissional.

Aos meus amados e queridíssimos filhos: Maria Clara, Matheus e Maria Alice. Obrigada por me ensinarem através da vida cotidiana, que é preciso, antes de tudo, amar, tolerar e esperar para que aquilo que existe de melhor aconteça. Que mesmo presente fisicamente, estive ausente em muitos momentos por me dedicar a este estudo, porém, sempre tendo a compreensão de todos da necessidade desse tempo investido.

Ao meu esposo Igor Mathias que me cerca de total compreensão e entusiasmo para prosseguir.

A minha amiga Bianca Janssens pelo seu companheirismo durante toda nossa formação acadêmica e minhas amigas Cristiane Martins e Clarissa da Silva pela força de sempre.

Aos meus amigos e intercessores que de maneira direta ou indireta contribuíram para a realização deste trabalho.

Ao meu orientador Wanderson Souza por acreditar e confiar em meu potencial na realização deste trabalho.

Muito obrigada a todos vocês!

## RESUMO

FRANKLIM, Elen Nunes. **Estresse e Síndrome de *Burnout* em Cadetes da Academia Militar das Agulhas Negras**. 2018. 72p Dissertação (Mestrado em Psicologia). Instituto de Educação, Departamento de Pós-Graduação, Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Seropédica, RJ, 2018.

O Cadete busca seu título durante os quatro anos de formação na Academia Militar, até tornar-se um oficial combatente de carreira do Exército Brasileiro. Sua rotina é marcada por atividade de caráter progressiva e intensa, onde o cadete (trabalhador militar) é submetido a estímulos que o expõe a situações de tamanha resistência física, intelectual e emocional, que nem sempre são favoráveis às suas condições humanas, podendo de fato, o tornar vulnerável para o desencadeamento de sintomas da ordem do estresse. O presente estudo visa contribuir com as pesquisas sobre estresse e Síndrome de *Burnout* nos cadetes do Exército Brasileiro, uma vez que são poucos os estudos científicos desenvolvidos sobre este tema e com este grupo. Foi utilizada a Escala de Estresse Percebido em sua versão de 10 itens (PSS-10) e o Inventário de *Burnout* de Maslach para Estudantes (MBI-SS), em uma amostra de cadetes ( $n = 1061$ ), respondidos voluntariamente pelos cadetes do 2º, 3º e 4º ano, no ano de 2015. Os resultados indicaram uma variação dos sintomas de estresse e de *burnout* entre os anos de formação dos cadetes. Em geral, os níveis tanto de estresse quanto de *burnout* parecem aumentar do segundo para o terceiro ano, havendo redução destes sintomas no quarto ano. Particular atenção precisa ser despendida quanto aos alunos do terceiro ano sendo este um período de risco para a evasão do cadete.

**Palavra-chave:** Estresse. Síndrome de *Burnout*. Cadete.

## ABSTRACT

FRANKLIM, Elen Nunes. **Stress and *Burnout Syndrome* in Cadets of the Military Academy of Agulhas Negras**. 2018. 72p Dissertation (Master in Psychology). Institute of Education, Department of Graduate Studies, Federal Rural University of Rio de Janeiro, Seropédica, RJ, 2018.

Cadet pursues his title during his four years of training at the Military Academy, until he becomes a career combat officer in the Brazilian Army. Its routine is marked by activity of a progressive and intense character, where the cadet (military worker) is subjected to stimuli that exposes him to situations of such physical, intellectual and emotional resistance that are not always favorable to his human conditions, , making it vulnerable to the triggering of stress-order symptoms. The present study aims to contribute to research on stress and Burnout Syndrome in Brazilian Army cadets, since few scientific studies have been done on this topic and with this group. The 10-item Perceptual Stress Scale (PSS-10) and the Maslach Burnout Inventory for Students (MBI-SS) were used in a sample of cadets (N = 1061), voluntarily answered by the cadets of the 2nd , 3rd and 4th year, in the year 2015. The results indicated a variation of the symptoms of stress and burnout between the years of cadet training. In general, levels of both stress and burnout seem to increase from the second to the third year, with the reduction of these symptoms in the fourth year. Particular attention must be paid to the students of the third year and this is a period of risk for the cadet to be evaded.

Keyword: Stress. Burnout Syndrome. Cadet.

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO</b> .....	12
<b>1. OBJETIVO GERAL</b> .....	13
<b>2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b> .....	13
<b>3. REFERENCIAL TEÓRICO</b> .....	13
3.1 Vida Militar.....	13
3.2 Estresse .....	16
3.3 Estresse Percebido .....	17
3.4 Síndrome de <i>Burnout</i> .....	18
<b>4. MÉTODO</b> .....	20
4.1 Participantes.....	20
4.2 Procedimentos.....	20
4.3 Instrumentos.....	20
4.4 Análise Estatística.....	22
<b>Estudo 1: Estresse Percebido em Cadetes da Academia Militar das Agulhas Negras</b> .....	23
<b>INTRODUÇÃO</b> .....	26
<b>1. ESTRESSE</b> .....	27
<b>2. ESTRESSE OCUPACIONAL</b> .....	29
<b>3. ESTRESSE PERCEBIDO</b> .....	31
<b>4. MÉTODO</b> .....	33
4.1 Participantes.....	33
4.2 Procedimentos.....	33
4.3 Instrumentos .....	33
4.4 Ética na Pesquisa .....	35
4.5 Análise Estatística.....	35
<b>5. RESULTADO/DISCUSSÃO</b> .....	36
5.1 Comparação entre os anos na Academia Militar .....	36
5.2 Análise Fatorial Confirmatória do PSS-10 .....	37
<b>CONCLUSÃO</b> .....	40
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	41
<b>ANEXOS</b> .....	45

<b>Estudo 2: Síndrome de <i>Burnout</i> em Cadetes da Academia Militar das Agulhas Negras.....</b>	<b>46</b>
<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>49</b>
<b>1. SÍNDROME DE <i>BURNOUT</i>.....</b>	<b>50</b>
<b>2. MÉTODO .....</b>	<b>54</b>
2.1 Participantes.....	54
2.2 Procedimentos.....	55
2.3 Instrumentos .....	55
2.4 Ética na Pesquisa .....	56
2.5 Análise Estatística.....	56
<b>3. RESULTADO/DISSCUSSÃO.....</b>	<b>57</b>
3.1 Comparação entre os anos na Academia Militar .....	57
3.2 Análise Fatorial Confirmatória do Inventário de <i>Burnout</i> de Maslach .....	61
<b>CONCLUSÃO .....</b>	<b>64</b>
<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>66</b>
<b>CONCLUSÃO GERAL.....</b>	<b>69</b>
<b>REFERÊNCIAS GERAIS.....</b>	<b>70</b>

## INTRODUÇÃO

Para Rosinha e Abreu (2005), o ensino militar possui sua singularidade quanto à formação do militar, período que se inicia o ensino Superior e paralelamente o jovem se depara a uma sequência de fatores de caráter problemático. Tal situação provoca o confronto no militar para o processo de adaptação à nova instituição de ensino, a qual promove o distanciamento familiar e do cônjuge.

Além de enfrentarem as dificuldades com o ingresso no ensino superior, os cadetes, também se vêem diante da realidade do regime militar com novas práticas de regras e normas. Um sistema com regime de internato, o cumprimento de horários rígidos, o afastamento da vida civil, a difícil gestão de tempo, são fatores que favorecem para o surgimento de um quadro de estresse e desenvolvimento da Síndrome de *Burnout* com características de sobrecarga de trabalho, desgaste físico, emocional e desgastes no contato direto com pessoas.

Este estudo destina-se ao enquadramento teórico das variáveis estresse e Síndrome de *Burnout*, com o intuito de avaliar a presença de estresse e os sintomas de *burnout* na população de cadetes do 2º, 3º e 4º ano (N=1061) da Academia Militar das Agulhas Negras - AMAN, localizada na cidade de Resende no Estado do Rio de Janeiro. Os mesmos se submeteram voluntariamente a pesquisa. A comparação dos dados entre os anos e a Análise Fatorial Confirmatória dos instrumentos utilizados, PSS-10 e MBI-SS foram realizados. Seguem-se as apresentações dos resultados obtidos, a discussão e considerações finais sobre a presente pesquisa.

## 1. OBJETIVO GERAL

Avaliar os sintomas de estresse percebido e Síndrome de *Burnout*, na população de cadetes militares da Academia Militar das Agulhas Negras/RJ.

## 2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Avaliar a presença de estresse percebido e os sintomas de *burnout* na população.
- ✓ Comparar os dados encontrados entre os diferentes níveis de formação dos cadetes, aqueles que fazem parte da amostragem: 2º, 3º e 4º ano.
- ✓ Realizar análise fatorial confirmatória da Escala de Estresse Percebido (PSS-10) e do Inventário de *Burnout* de Maslach para Estudantes (MBI-SS) na população militar.

## 3. REFERENCIAL TEÓRICO

### 3.1 Vida Militar

Segundo informações da página oficial<sup>1</sup> da AMAN, o aluno quando entra na Academia Militar das Agulhas Negras é nomeado como cadete. A expressão cadete tem como significado “irmão mais novo” com suas origens nos hábitos da nobreza monárquica, motivo pelo qual deixou de ser utilizado pós a proclamação da república.

Para se tornar um Oficial combatente do Exército, o cadete passa por inúmeras dificuldades e perseveranças por um período de quatro anos para obter o título tão almejado. Por todo esse período, o cadete permanece no sistema de internato, o qual é

---

<sup>1</sup> [www.aman.ensino.eb.br/index.php/informacoes/o-cadete](http://www.aman.ensino.eb.br/index.php/informacoes/o-cadete)

preparado por instrutores e professores capacitados e de caráter exigente, que trabalharão suas condições físicas, emocionais e intelectuais.

Ao longo dos anos, os cadetes são preparados a executarem aquilo que lhe é proposto desde o início, o servir à Nação brasileira, seja na paz ou na guerra. Além disso, a desempenharem suas obrigações civil e militar conforme escrito na Constituição Federal. Logo, é desencadeado o processo de formação para se tornar o futuro Oficial do Exército Brasileiro.

Durante todo o período de preparação, o cadete tem como garantia o alojamento, alimentação e farda enquanto se encontram na academia. São remunerados conforme estabelecido em lei e submetidos a atuar em grandes operações militares.

O cadete recebe este título no primeiro ano de formação, aproximadamente em agosto quando lhe é entregue, o Espadim, que corresponde uma reprodução em escala menor da arma original, com significado de conquista, honra e dignidade e passa a fazer parte de sua roupa de gala em todos os eventos, selando o compromisso com o Exército e com o país.

Ao terminar sua formação, o Espadim volta em solenidade em que o cadete é proferido Aspirante-a-Oficial, momento marcados pelo cerimonial em que a espada e as estrelas definitivas de Oficial do Exército Brasileiro lhe são entregues. Por fim, o recente Oficial é conduzido para uma das unidades da nação brasileira para exercer sua função, no que diz respeito a suas tarefas de caráter determinado e acompanhado de sua respectiva gratificação.

O corpo de cadetes<sup>2</sup> da AMAN possui a seguinte estrutura: no 1º ano da Academia, conhecido como Curso Básico, acontece a Formação Básica do futuro Oficial. Têm-se como objetivos, segundo a AMAN, ajustar a personalidade do cadete

---

<sup>2</sup>[www.aman.ensino.eb.br/index.php/corpo-de-cadetes](http://www.aman.ensino.eb.br/index.php/corpo-de-cadetes)

aos princípios que regem a vida militar, assegurar os conhecimentos que o habilitem ao prosseguimento de sua formação de oficial, fortalecer o caráter militar, preparar o combatente básico, obtendo reflexos na execução de técnicas e táticas individuais de combate, obter capacitação física e desenvolver habilidades técnicas.

Quanto aos 2º, 3º e 4º anos, a formação dos Oficiais é direcionada para as sete especialidades do Exército Brasileiro, que constituem a linha de Ensino Militar Bélico: Armas (Infantaria, Cavalaria, Artilharia, Engenharia e Comunicações), Serviço de Intendência e Quadro de Material Bélico.

Todo o processo de formação tem a pretensão à qualificação do futuro Oficial onde o objetivo principal é a capacitação ao exercício do comando de pequenas frações, pelotão e de subunidades de sua respectiva Arma, Quadro ou Serviço. Por conseguinte, consolidam-se o aperfeiçoamento das técnicas individuais do combatente, o elevado padrão de ordem unida e o contínuo desenvolvimento da capacidade física.

A Academia Militar propõe a qualificação e a intensificação das atividades militares como objetivo principal a habilitação ao exercício de cargos e funções inerentes ao Oficial subalterno e ao capitão não aperfeiçoado, em condições de combate e em tempo de paz.

Quanto às atividades<sup>3</sup>, são desempenhadas pela população da academia, enquanto estiverem no processo de formação militar, exigências de ordem física, intelectual e emocional. . Segundo o *site* oficial da AMAN, correspondem as seguintes atividades dos cadetes: Estágio Básico de Combatente de Montanha, Estágio de Vida na Selva e Técnicas Especiais, Estágio de Patrulhas de Longo Alcance com Características Especiais e Estágios de Operações Contra Forças Irregulares.

---

<sup>3</sup>[www.aman.ensino.eb.br/index.php/cc/siesp](http://www.aman.ensino.eb.br/index.php/cc/siesp)

É plausível observar que o dia-a-dia do cadete é sinalizado por tarefas com características gradativas e rigorosas, em que o cadete se percebe diante de situações que o expõe a tamanha resistência física, intelectual e emocional que nem sempre são favoráveis as suas condições humanas, podendo de fato, o tornar vulnerável para o desencadeamento de sintomas da ordem do estresse e da síndrome de *burnout*.

O presente estudo tem como objetivo avaliar os sintomas de estresse percebido e sintomas de *burnout* na população de cadetes militares da Academia Militar das Agulhas Negras/RJ e comparar os dados encontrados entre os diferentes anos de formação dos cadetes do 2º ao 4º ano.

### 3.2 Estresse

O primeiro a conjecturar sobre o estresse foi Hans Selye no início do século XX, médico e biólogo canadense, teve a iniciativa de investigar os efeitos do estresse na saúde física e mental das pessoas. Selye (1936) define o estresse como uma reação do organismo que ocorre frente à situação que exija dele adaptações além do seu limite, elabora, no entanto, o conceito de *Síndrome Geral da Adaptação (SGA)* que consiste em três fases sucessivas: **fase de alarme** – estado de prontidão ou alerta geral. Todo o organismo é mobilizado sem envolvimento específico ou exclusivo de algum órgão em particular; **fase de resistência** – caso o estresse continue por um período mais longo o organismo começa a adaptar suas reações e seu metabolismo. A reação de estresse pode ser canalizada para um órgão específico ou para um determinado sistema, seja o sistema cardiológico, por exemplo, a pele, sistema muscular, aparelho digestivo; **fase de exaustão** – atingida apenas nas situações mais graves e, normalmente persistentes. O estado de esgotamento, onde haverá queda acentuada da capacidade adaptativa.

Para Lipp (1996), o estresse é uma reação do organismo, possui componentes físicos e/ou psicológicos, e é causado por alterações psicofisiológicas que ocorrem quando a pessoa se encontra em um determinado estímulo que a amedronta, irrita, excita ou confunde.

Complementando as três fases conceituadas por Selye (1965), Lipp (2000) sugere um modelo *quadrifásico* do estresse, onde acrescenta entre as duas últimas fases de Selye, a chamada **fase de quase-exaustão**. Caracteriza-se pelo quadro de enfraquecimento do indivíduo, o qual se percebe não mais atingir a uma adaptação e até mesmo a uma não resistência ao estressor. É o momento em que se torna propício o aparecimento de doenças, porém não tão grave quanto na fase de exaustão.

### 3.3 Estresse Percebido

O estresse apresenta alguns conceitos distintos quanto ao seu surgimento, podendo ser avaliado diante de duas concepções: biológica, segundo Selye e psicológica, conforme aponta Lazarus a seguir.

A primeira concepção do estresse, estado biológico, Selye (1979) afirma que está diretamente relacionado às alterações fisiológicas que acontecem no sistema biológico do homem uma vez que é abalado por um estímulo, ou por carga excessiva ou nociva. Reputado como o modelo clássico de Selye que classifica o estresse como resposta não específica do corpo a qualquer exigência.

A segunda teoria consiste na perspectiva psicológica. Para Lazarus e Folkman (1984) é a relação entre o homem e o meio que se conceitua o estresse. Segundo os autores, o indivíduo percebe os sintomas do estresse quando o meio se manifesta de maneira exigente, excedendo assim, as habilidades que a pessoa dispõe: o processo cognitivo que medeia a avaliação e o *coping* são centrais na experiência do estresse

(Cohen, Kessler & Gordon, 1995; Cox, Griffiths & Rial-González, 2000; Lazarus & Folkman, 1984; Maes & Elderen, 1998).

O estresse percebido pode ser considerado como o grau em que determinada situação na vida de uma pessoa é avaliada como *estressante* (Cohen, Kamark & Mermelstein, 1983) tratando-se, portanto, do resultado das avaliações primárias – refere-se à avaliação de um indivíduo sobre o significado de um evento, isto é, se ele é *estressante*, positivo, controlável, desafiador ou irrelevante, e secundárias – quando o indivíduo faz uma avaliação sobre os seus próprios recursos e estratégias de *coping*, em situações estressantes (Lazarus & Folkman, 1984).

### **3.4 Síndrome de *Burnout***

O termo *Burnout*, segundo Maslach, Schaufeli e Leiter (2001), possibilita adquirir significados de “queima” ou “combustão total”. Sua origem provém de países de língua inglesa e muito manuseado para explicitar uma fadiga intensa quanto ao quadro de energia individual, paralelamente interligado a uma grande frustração com a atividade laboral.

No português, numa tradução mais direta, *burnout* se refere a algo como “perder fogo”, “perder a energia” ou “queimar para fora”, para caracterizar a síndrome onde o trabalhador não percebe mais sentindo na sua relação com o trabalho, de forma que já não importa mais fazer qualquer esforço, pois tudo já lhe parece ser inútil (Codo & Vasques, 1999).

No que se refere a publicações no Brasil, para Vieira (2009), mesmo havendo um grande interesse científico sobre o tema, infelizmente são raras as obras publicadas sobre *burnout*, por conseguinte, sua maioria está vinculada para a averiguação de taxas de prevalência, onde a área educacional e da saúde são as mais evidentes. A maioria dos

exemplares científicos faz uso da definição de Maslach sobre *burnout* (Carlotto; Palazzo, 2006; Silveira et al., 2005; Tucunduva et al., 2006).

Em 1970, Herbert Freudenberger, profissional da área da psicanálise, de origem norte-americana, teve o seu primeiro ensaio científico com o quadro de *burnout*, o qual foi identificado em um grupo de pessoas que exerciam suas atividades laborais na área de dependência química. Foi observado um quadro de esgotamento físico e mental com forte teor de irritabilidade correlacionado as situações adversas desses profissionais envolvidos na área de dependência química. Relatou o quadro de *burnout* sendo um “incêndio interno”, um “esgotamento dos recursos físicos e mentais” determinado pelo indivíduo ou pelo meio social. Consequência de todo um quadro de pressão que tem como a vida moderna a sua maior responsável para o seu surgimento, prejudicando diretamente o envolvimento com a atividade laboral. (Freudenberger & Richelson, 1987).

É importante citar que, *burnout* nos anos 90 passa por nova definição a partir das pesquisas realizadas por Christina Maslach (e colaboradores), os quais pesquisando sobre profissionais da área de serviços/cuidados (conhecidos como *human service*), também nomeia como *burnout* um episódio parecido, delimitando como “síndrome psicológica em reação a estressores interpessoais crônicos no trabalho” caracterizando-se por três elementos fundamentais, são eles: exaustão emocional, despersonalização (ou ceticismo) e perda da realização pessoal (ou eficácia profissional). A **exaustão emocional** caracteriza-se por esgotamento intenso, desânimo quanto ao trabalho e leva à percepção de excesso de exigências que vão além de sua capacidade emocional. A **despersonalização** envolve comportamento de indiferença ou até mesmo de antipatia quanto ao trabalho ou aos usuários do serviço. A **perda da realização profissional** consiste no aparecimento de emoções de caráter pessoal e profissional como: frustração,

incompetência e fracasso devido à falta de expectativas para o futuro. Foram verificados outros sintomas comuns ao caso, como: insônia, ansiedade, dificuldade de concentração, alterações de apetite, irritabilidade e desânimo (Maslach; Schaufeli & Leiter, 2001).

## **4. MÉTODO**

### **4.1 Participantes**

Trata-se de um estudo transversal, isto é, com característica epidemiológica em que num mesmo momento histórico, são observados fator e efeito dos dados encontrados. A amostra da pesquisa foi constituída por 1061 cadetes da Academia Militar das Agulhas Negras – AMAN, da cidade de Resende do Estado do Rio de Janeiro, que fazem parte do processo de formação militar e distribuídos da seguinte forma: 369 cadetes do 2º ano, 371 cadetes do 3º ano e 321 cadetes do 4º ano. Respectivamente, correspondem a um percentual de 34,8%, 35% e 30,2% do total dos participantes em questão.

### **4.2 Procedimentos**

Para realizar o preenchimento dos instrumentos, os participantes tiveram acesso aos mesmos em forma digital, os quais se encontraram disponibilizados na plataforma de acesso por um período de duas semanas no ano de 2015. A participação teve como procedimento o caráter voluntário garantindo aos participantes o sigilo da não divulgação das informações mencionadas.

### **4.3 Instrumentos**

Escala de Estresse Percebido (PSS-10): A respectiva escala foi desenvolvida por Cohen, Karmack e Mermelsteinm (1983) para avaliar situações da vida do indivíduo consideradas como *estressantes* e validada para amostras brasileiras por Reis, Hino e Añez (2010). É composta por 10 itens, sendo quatro positivos e seis negativos,

respondidos tipo Likert de frequência, variando de *Nunca* (1) a *Muito Freqüente* (5). Mede o grau das situações de vida nas quais os indivíduos avaliariam como estressantes (de pressão/tensas). Respostas com base na frequência em que vivenciaram sentimentos específicos durante o último mês. No quesito pontuação, sugere que os escores sejam alcançados por inversão de Resposta (ex: 1=5, 2=4, 3=3, 4=2, 5=1) para os quatro itens positivos declarados (itens 4, 5, 7 e 8) e posteriormente, somando todos os itens da escala.

*Inventário de Burnout de Maslach – MBI*: O Inventário de *Burnout* de Maslach , Maslach Burnout Inventory ou (MBI), foi criado por Christina Maslach (Maslach, Jackson & Leiter, 1996). Acredita-se que seja o instrumento utilizado em pelo menos 90% dos trabalhos empíricos publicados sobre a síndrome (Schaufeli, Baker, Hoogdoin, Schaap & Kadler, 2001; Tecedero, 2005).

Atualmente existem três versões distintas de acordo com a área profissional do participante, são elas: com 22 itens para profissionais da área de saúde (MBI-HSS, de *Human Services Survey*), outra versão com o mesmo número de itens voltado para área educacional (MBI-SS) e a terceira versão com 16 itens adaptada para a população trabalhadora em geral (MBI-GS). Todas as versões apresentam um modelo tri-fatorial (Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Profissional) segundo apresentado por Maslach (Maslach, Jackson & Leiter, 1996).

Para o presente estudo foi utilizada a versão com 15 itens da MBI-SS para estudantes adaptada por Schaufeli e colaboradores (2002), validado para amostras brasileiras por Carlotto e Câmara (2006). Em sua versão americana, a frequência das respostas é avaliada através de uma escala de pontuação que varia de 0 a 6. Utilizamos, nesta pesquisa, o sistema de pontuação de 1 a 5, também usado por Tamayo (1997) na adaptação brasileira do instrumento, o qual observou que a população submetida ao

instrumento apresentava dificuldade em responder muitos dos itens, devido à especificidade dos critérios da escala original. Mesmo sendo utilizado na pesquisa a escala de 5 itens, o critério quanto a categoria de frequência mantivemos a versão americana. (Maslach & Jackson, 1986). Isto é, 1 para nunca, 2 para algumas vezes ao ano, 3 para algumas vezes ao mês, 4 para indicar algumas vezes na semana e 5 para diariamente.

#### **4.4 Análise Estatística**

Os dados do presente estudo foram analisados utilizando-se os programas SPSS versão 20 e o programa AMOS versão 21. Foram sintetizados e apresentados inicialmente através de uma análise descritiva. Os resultados são apresentados através de valores médios e desvio-padrão. A comparação da variação de estresse e os sintomas de *burnout* entre os anos na academia foram feitas através de uma Análise de Variância (ANOVA) e o teste *post hoc* de Tukey.

A análise fatorial confirmatória foi realizada na amostra de cadetes brasileiros (n=1061) com o programa AMOS versão 21, testando-se o modelo original de 2 fatores para a PSS-10 e três fatores para o MBI-SS. A qualidade do ajuste foi avaliada através de diferentes índices. O *Root Mean Square Error of Approximation* (RMSEA) é um índice onde valores próximos ou abaixo de 0,08 são considerados como indicativos de bom ajuste. O *Root Mean Square Residual* (RMR) é utilizado para avaliar o ajustamento do modelo teórico aos dados. Para um modelo bem ajustado, o valor ideal é menor que 0,05. Os índices *Comparative Fit Index* (CFI) e *Tucker-Lewis Index* (TLI) acima de 0,95 também indicam boa qualidade de ajuste. Os índices de modificação também foram avaliados em busca de propostas para a melhora do ajuste do modelo.

**ESTUDO 1**

**Estresse Percebido em cadetes da Academia Militar Das Agulhas  
Negras - AMAN**

## **RESUMO**

O estresse é um importante aspecto a ser considerado na avaliação da saúde física e emocional dos cadetes militares que são expostos a um novo sistema de conduta e de metas a serem alcançadas. Os participantes em questão correspondem aos alunos da Escola de Cadetes da Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN) localizada na cidade de Resende no Estado do Rio de Janeiro. A pesquisa tem por objetivo avaliar sintomas de estresse percebido através da Escala de Estresse Percebido em sua versão de 10 itens (PSS-10), em uma amostra de cadetes (N = 1061), os quais foram submetidos, voluntariamente, ao instrumento no período de 2015. Foi realizada uma Análise Fatorial Confirmatória (AFC) do instrumento utilizado nesta população e uma análise comparativa dos níveis de estresse entre os anos de formação. A AFC confirmou o modelo bi-fatorial proposta, apresentando boa carga fatorial e baixa correlação entre os fatores. Não foi encontrada diferença estatisticamente significativa dos níveis de estresse entre os anos de formação no Fator 1, que envolve itens sobre os sintomas de estresse percebido. Entretanto, foi encontrada diferença estatisticamente significativa entre os anos 2 e 3 no Fator 2, que envolve estratégias de enfrentamento do estresse. O estudo revela que cadetes do 3º ano se perceberam com níveis mais baixos de estratégias de enfrentamento que no 2º ano. Retornando aos níveis iniciais no último ano. Quanto ao instrumento utilizado, a PSS-10 demonstrou que agrega excelentes indicadores de qualidade na Análise Fatorial Confirmatória.

**Palavras-chave:** Cadetes. Estresse. Escala de Estresse Percebido (PSS-10).

**ABSTRACT**

Stress is an important aspect to be considered in evaluating the physical and emotional health of military cadets who are exposed to a new system of conduct and goals to be achieved. The participants in question correspond to the students of the School of Cadets of the Military Academy of Agulhas Negras (AMAN) located in the city of Resende in the State of Rio de Janeiro. The objective of the research is to evaluate symptoms of perceived stress through the Perceived Stress Scale in its version of 10 items (PSS-10), in a sample of cadets (N = 1061), who were voluntarily submitted to the instrument in the period of 2015. A Factorial Confirmatory Analysis (AFC) of the instrument used in this population was performed a comparative analysis of stress levels between years of training. The AFC confirmed the proposed two-factorial model, presenting a good factorial load and a low correlation between the factors. No statistically significant difference in stress levels was found between the years of training in Factor 1, which involves items on perceived stress symptoms. However, a statistically significant difference was found between years 2 and 3 in Factor 2, which involves strategies for coping with stress. The study reveals that 3rd year cadets were perceived with lower levels of coping strategies than in the 2nd year. Returning to the initial levels in the last year. Regarding the instrument used, the PSS-10 demonstrated that it aggregates excellent quality indicators in the Confirmatory Factor Analysis.

**Key words:** Cadet. Stress. Perceived Stress Scale (PSS-10).

## INTRODUÇÃO

É notório observar na atualidade a enorme contenda do ser humano quanto às exigências persistentes e ascendentes, que caminham de maneira avassaladora e incontroláveis, no que se refere aos parâmetros de melhoria quanto a velocidade para se concretizar as atividades laborais, maior especialização profissional e ascendência na produtividade, sem que lhe tragam problemas para a saúde. Em contrapartida, observa-se a necessidade de desenvolver estratégias para lidar com esses excessos de compromissos e tarefas provenientes do trabalho, a ausência de tempo e conseqüentemente favorecendo em sua maioria, em alterações na maneira de viver a vida. Tais mudanças têm sua origem, em sua maioria, nos desafios em que é exposta em condições ambientais e psicológicas, muita das vezes, adversas. As mesmas passam a estar mais debilitadas e vulneráveis a desenvolverem doenças da ordem do estresse.

Importante reflexão se pretende quanto à população militar. A mesma apresenta algumas singularidades que chamam atenção para uma possível meditação, as quais nos despertam a curiosidade quanto a melhor compreensão sobre sua atividade profissional. Algumas tarefas que exercem durante todo o período em que se encontram no processo de internato e de formação à um futuro Oficial do exército brasileiro, destacam-se algumas ocupações que possivelmente podem estar vinculadas para o desencadeamento do quadro de estresse: a rotina dos exercícios, estudos aprofundados, o distanciamento dos ente queridos e poucas horas de repouso.

Em uma determinada pesquisa realizada e divulgada pelo *CarrerCast.com*, site norte-americano qualificado em empregos, relacionou as atividades consideradas mais estressantes para o ano de 2016 nos Estados Unidos, o qual aponta a carreira militar das Forças Armadas a primeira mais estressante com 84,78%, em seguida, pelos Bombeiros com 60,59%.

## 1. ESTRESSE

Hans Selye, médico e biólogo canadense, foi no começo do século XX, o primeiro a explicar cientificamente os efeitos do estresse na saúde das pessoas, tanto fisicamente quanto na mente. Selye (1936) conceitua o estresse como uma reação do organismo que ocorre frente a situação que necessita dele adaptações além do seu limite, cria-se então o conceito de *Síndrome Geral da Adaptação (SGA)* que consiste em três fases sucessivas: **fase de alarme** – estado de prontidão ou alerta geral. Todo o organismo é mobilizado sem envolvimento específico ou exclusivo de algum órgão em particular; **fase de resistência** – caso o estresse continue por um período mais longo o organismo começa a adaptar suas reações e seu metabolismo. A reação de estresse pode ser canalizada para um órgão específico ou para um determinado sistema, seja o sistema cardiológico, por exemplo, a pele, sistema muscular, aparelho digestivo, etc; **fase de exaustão** – atingida apenas nas situações mais graves e, normalmente persistentes. O estado de esgotamento, onde haverá queda acentuada da capacidade adaptativa.

Para Lipp (1996), o estresse é uma reação do organismo, possui componentes físicos e/ou psicológicos, e é causado por alterações psicofisiológicas que ocorrem quando a pessoa se encontra em um determinado estímulo que a amedronta, irrita, excita ou confunde.

Com intuito de integralizar as três fases conceituadas por Selye (1965), Lipp (2000) sugere um modelo *quadrifásico* do estresse, onde adiciona entre as duas últimas fases, a chamada **fase de quase-exaustão**. Caracteriza-se pelo quadro de enfraquecimento do indivíduo, o qual se percebe não mais atingir a uma adaptação e até mesmo a uma não resistência ao estressor. É o momento em que se torna propício o aparecimento de doenças, porém não tão grave quanto na fase de exaustão.

No Brasil, segundo Lipp (2007), a população vem se apresentando cada vez mais no quadro de estresse, isto, devido ao fato da ausência de habilidades para lidar com as fontes de tensão. Podendo afetar a saúde, a qualidade de vida e a sensação de bem-estar como um todo (Lipp, 2001).

Segundo a pesquisa do *International Stress Management Association* (Isma - Brasil), os brasileiros dominam o segundo lugar no *rank* em relação às pessoas com alto nível de estresse. Ficando atrás apenas do Japão. Segundo a presidente da Isma no Brasil, a doutora em psicologia clínica e comunicação verbal, Ana Maria Rossi, executou uma pesquisa com uma amostra de mil pessoas entrevistadas nas cidades de Porto Alegre e São Paulo no ano de 2015 e constatou em sua pesquisa o resultado de que 70% dos brasileiros sofrem com o quadro de estresse. Sinaliza que, o fator que mais contribui para este resultado, se encontra no âmbito profissional, onde 69% dos entrevistados afirmaram que o estresse está relacionado ao trabalho, segundo publicação do jornal “A TRIBUNA” do Estado do Espírito Santo, em abril de 2015.

Quanto aos estímulos estressores dos trabalhadores brasileiros, estudos na área do estresse vêm revelando que algumas circunstâncias têm-se demonstrado muito favoráveis para o surgimento do mesmo, tais como: sobrecarga de trabalho e na família, lidar com a chefia, auto-cobrança, falta de união e cooperação na equipe, salário insuficiente, falta de expectativa de melhoria profissional e o próprio cargo exercido pelo profissional. Pesquisas mostram, segundo Lipp (2005), que as consequências de altos níveis de estresse crônico são apresentadas devido às licenças médicas e absenteísmo, queda de produtividade, desmotivação, irritação, impaciência, dificuldades interpessoais, relações afetivas conturbadas, divórcios, doenças físicas variadas, depressão, ansiedade e infelicidade na esfera pessoal.

Como outra forma de avaliar o estresse emocional, ele pode se desenvolver mediante a duas situações distintas. Seja de ordem externa, provocada por uma situação estressora, ou desencadeada por questões internas como a ansiedade, o pessimismo, os pensamentos disfuncionais, o padrão de comportamento de pressa, a competição, a falta de assertividade, entre outros, capazes de gerar um estado de tensão com conseqüências físicas e psicológicas (Lazarus, 1995).

Para uma compreensão mais ampla sobre o estresse, a literatura disponibiliza outro conceito bastante relevante para o nosso entendimento. O conceito de estresse ocupacional.

## **2. ESTRESSE OCUPACIONAL**

O trabalho, como meio de subsistência, hoje, chega a ser considerado pela contemporaneidade a atividade mais importante do indivíduo. Passa-se a maior parte de seu dia nele, numa carga horária semanal aproximada de 40 a 60 horas, uma média dos trabalhadores brasileiros. Por conta disso, observa-se a indispensabilidade que se atribua funções, objetivos pessoais e profissionais bem resolvidos e delineados. (Carvalho & Serafim, 1995).

Segundo Murta e Tróccoli, (2004), a pessoa possui a oportunidade, por meio de seu exercício profissional, o desenvolvimento de sua criatividade e fortalecimento de vínculos saudáveis no seio profissional, o que a leva a um quadro de satisfação pessoal. Em contrapartida, este mesmo ambiente também poderá promover o desconforto físico e emocional, contribuindo para o adoecimento do corpo, a partir do momento que se torna vulnerável aos estímulos negativos, que surgem no meio profissional, e o mesmo não se percebe capaz de reagir no intuito de promover sua própria defesa sobre os riscos que lhe cercam.

No entanto, para Grandjean (1998), muito contribui para o surgimento do estresse ocupacional, na medida em que se instaura a falta de equilíbrio entre as exigências e os recursos disponíveis para o gerenciamento no trabalho.

Perkins (1995), afirma ainda que o estresse ocupacional está diretamente ligado ao resultado entre o indivíduo e o seu meio ambiente, onde o desgaste deste organismo se deve as exigências sobre o mesmo, o qual se percebe não mais suportar, proporcionando inclusive a não eficiência da produção do mesmo.

Em contrapartida, Lazarus (1995) propõe a definição de estresse ocupacional quando o indivíduo percebe as demandas de seu trabalho sendo superiores as suas condições de enfrentamento. Ressalta ainda que nem todas as pessoas se desgastam com os mesmos estressores e o que determinará a instauração do estresse é a conjunção do ambiente com as características do indivíduo. Afirma ainda que pessoas com tendência à depressão reagiriam mais evidentemente aos estressores organizacionais, o que levaria em problemas de absenteísmo, baixo desempenho e disfunções emocionais.

Como possíveis fatores responsáveis para o surgimento do estresse no trabalho, Chiavenato (1999) dirá que o autoritarismo do chefe, a desconfiança, as pressões e cobranças, o cumprimento do horário de trabalho, a monotonia e a rotina de certas tarefas, o ambiente barulhento, a falta de segurança, perspectiva e progresso profissional e a insatisfação pessoal são alguns dos responsáveis que favorecem para o desencadeamento do estresse ocupacional. Outro estressor ocupacional pode estar vinculado à sobrecarga de papéis, tanto por excesso ou por ausência de habilidades em promover suas funções, segundo Stoner e Freeman (1999).

### 3. ESTRESSE PERCEBIDO

O estresse percebido pode ser considerado como o grau em que determinada situação na vida de uma pessoa é avaliada como *estressante* (Cohen, Kamark & Mermelstein, 1983) tratando-se, portanto, do resultado das avaliações primárias – refere-se à avaliação de um indivíduo sobre o significado de um evento, isto é, se ele é estressante, positivo, controlável, desafiador ou irrelevante, e secundárias – quando o indivíduo faz uma avaliação sobre os seus próprios recursos e estratégias de *coping*, em situações estressantes. Para Lazarus e Folkman (1984), o *coping* está diretamente relacionado às estratégias cognitivas e comportamentais como forma de metabolizar os momentos problemáticos na relação pessoa-ambiente.

Segundo Grace *et al* (2005), pesquisas têm demonstrado que tanto a ansiedade, quanto a depressão e os estados de humor são responsáveis no surgimento de doenças cardiovasculares e, segundo Van Winkle (2000), pode favorecer para o surgimento de problemas cognitivos. No entanto, assim como considerado por Reiche, Nunes e Morimoto (2004), o estresse enquanto responsável pelo aparecimento de diversas patologias, não tem recebido atenção nos estudos com cadetes no Brasil.

Para os cadetes, os agentes estressores podem ser os mais variados, como a rotina dos estudos, as tarefas que desenvolvem, inclusive as que são direcionadas a campo, a distância dos familiares, entre outros. Com isso, a maneira como o cadete percebe estes estressores é determinante de como ele é afetado pelo estresse. De acordo com Cohen e Williamson (1988), existem três possibilidades para se medir o estresse. A primeira está voltada para a presença de agentes estressores específicos; a segunda, aos sintomas físicos e psicológicos do estresse e a terceira, busca-se mensurar a percepção de estresse individual de forma global, independente dos agentes estressores. Por outro lado, existem outras escalas que verificam o nível de estresse através de outras medidas

que mensuram a importância de eventos estressores específicos (*life-event impact*). Contudo, por saber que os eventos sobre o estresse podem variar entre os indivíduos, esses instrumentos, por outro lado, podem evidenciar limitações.

Segundo Lazarus e Folkman (1984), estes três fatores têm sido considerados como componentes centrais na experiência de estresse. Além disso, a PSS-10 é uma escala geral que por não apresentar peculiaridades quanto a variedade de idades de seus usuários, pode ser manuseada a partir dos adolescentes até idosos. Por apresentar este aspecto, torna-a uma escala de grande importância e, possivelmente, o motivo pelo qual tenha sido validada em diferentes culturas (Cohen, Karmack & Mermelsteinm 1983; Mimura & Griffiths 2004; Remor, 2006).

Cohen, Karmack e Mermelsteinm (1983) criaram a Escala de Estresse Percebido, denominada *Perceived Stress Scale* (PSS) no intuito de mensurar o estresse percebido, isto é, medir o grau no qual os indivíduos percebem as situações como estressantes. Esta escala foi traduzida para o português por Moreira (2002) e utilizada nesta pesquisa. Inicialmente, foi apresentada com 14 itens (PSS-14), sendo também validada uma versão com dez (PSS-10) e outra com quatro questões (PSS-4). Os itens foram designados para verificar o quanto imprevisível, incontrolável e sobrecarregada os respondentes avaliam suas vidas, segundo os autores acima citados.

Para Goldman *et al* (2005), o alto nível de estresse percebido, verificado através da PSS, está diretamente vinculado aos desequilíbrios fisiológicos, como altos níveis de cortisol, triglicérides, interleucina-6 (IL-6), entre outros.

Tem-se observado uma ascendência quanto ao investimento deste assunto por pesquisas na contemporaneidade. Em se tratando de estudos epidemiológicos, busca-se por instrumentos que contribuam quanto ao tempo de preenchimento, sem comprometer suas características psicométricas para a concretização da pesquisa. Por fim, para que se

possam analisar de maneira comparativa os dados do estudo, são imprescindíveis que o instrumento utilizado avalie o estresse numa amplitude internacional.

## **4. MÉTODO**

### **4.1 Participantes**

Trata-se de um estudo transversal, marcado por característica epidemiológica em que num mesmo momento histórico, fator e efeito dos dados encontrados são observados. A amostra da pesquisa foi constituída por 1061 cadetes da Academia Militar das Agulhas Negras – AMAN, da cidade de Resende do Estado do Rio de Janeiro, que fazem parte do processo de formação militar e distribuídos da seguinte forma: 369 alunos do 2º ano, 371 alunos do 3º ano e 321 alunos do 4º ano. Respectivamente, correspondem a um percentual de 34,8%, 35% e 30,2% do total dos participantes em questão.

### **4.2 Procedimento**

Para realizar o preenchimento do instrumento, os participantes tiveram acesso na forma digital, disponibilizado na plataforma de acesso por um período de duas semanas no ano de 2015. A participação teve como procedimento o caráter voluntário garantindo aos participantes o sigilo da não divulgação das informações mencionadas.

### **4.3 Instrumento**

Desenvolvida por Cohen, Karmack e Mermelsteinm (1983), a *Escala de Estresse Percebido* (PSS-10) foi criada para mensurar momentos específicos da vida do indivíduo, os quais são julgados como *estressantes*. O instrumento foi validado para amostras brasileiras por Reis, Hino e Añez (2010). Devido à especificidade dos participantes desta pesquisa, o instrumento passou por análise fatorial confirmatória,

sendo avaliada a estrutura original sugerida na versão validada por Reis, Hino e Añez (2010). O mesmo dispõe de 10 itens, sendo quatro deles positivos e seis negativos, respondidos no critério Likert de frequência. Suas respostas são avaliadas dentro do critério *Nunca* (1) a *Muito Freqüente* (5). Tem como proposta mensurar a intensidade dos eventos da vida do indivíduo, nas quais o mesmo avalia como estressantes. Suas respostas são direcionadas por meio de sua auto-avaliação quanto a frequência em que vivenciou sentimentos peculiares no último mês. De acordo com o Laboratório para estudos de Estresse, Imunidade e Doença de Cohen (2007, cit. por Lee, 2012), a Escala de Estresse Percebido apresenta, hoje, vinte e cinco traduções.

Para o presente trabalho foi realizada uma análise fatorial confirmatória da escala de estresse testando o modelo bi-fatorial proposto na versão original: o primeiro representa a percepção do estresse e o segundo fator aos itens que dizem respeito ao controle de estresse. Em ambos os fatores, os participantes responderam em uma escala tipo Likert. Após, foi calculada a média dos participantes no fator. Quanto maior a média, maior a presença de estresse ou de falta de controle de estresse. O instrumento sugere que os escores sejam obtidos por inversão de Resposta (ex: 1=5, 2=4, 3=3, 4=2, 5=1) para os quatro itens positivos (itens 4, 5, 7 e 8) e , em seguida , somando todos os itens da escala. A versão da Escala aplicada nesta pesquisa trata-se da versão de dez itens (PSS-10), adaptada para português por Moreira (2002).

A escala PSS-10 originalmente propõe dois fatores conforme apresentado por Cohen *et al.* (1983). No Fator 1 – “Sintomas de Estresse Percebido”, ligado ao conceito de *distress*, momento em que o indivíduo se percebe em situação de sofrimento ou desgaste e não se sente capaz de enfrentar o estímulo estressor (Cohen *et al.*, 2007; Faro & Pereira, 2013; Goldstein & Kopin, 2007). No Fator 2 – “Estratégia de Enfrentamento”, está diretamente relacionada a teoria de *coping* (Lazarus & Folkman,

1984), onde o indivíduo se reconhece em condições de enfrentamento quanto aos estímulos estressores, favorecendo-lhe o equilíbrio na saúde e sentimentos de bem-estar.

A PSS-10 já foi submetida à Análise Fatorial Confirmatória (AFC) em diferentes países, tais como China (as três versões da PSS, Leung, Lam, & Chan, 2010), Portugal (as três versões da PSS, Ribeiro & Marques, 2009), dentre outros.

#### **4.4 Ética na Pesquisa**

O projeto de pesquisa foi apresentado para Comissão de Ética em Pesquisa da UFRRJ e gerou o protocolo de aprovação nº 557/2015 mediante o processo 23083000375/2015-97. De acordo com a deliberação, o projeto atende aos princípios éticos e está de acordo com a resolução 466/12 que regulamenta os procedimentos de pesquisa envolvendo seres humanos.

#### **4.5 Análise Estatística**

Os dados da presente pesquisa foram analisados utilizando-se os programas SPSS versão 20 e AMOS versão 21. Os dados foram sintetizados e apresentados inicialmente através de uma análise descritiva. Os resultados serão apresentados através de valores médios e desvio-padrão. A comparação da variação de estresse entre os anos na academia foi feita através de uma Análise de Variância (ANOVA) e o teste *post hoc* de Tukey.

A análise fatorial confirmatória foi realizada na amostra de cadetes brasileiros (n=1061), testando o modelo original de 2 fatores. A qualidade do ajuste foi avaliada através de diferentes índices. O *Root Mean Square Error of Approximation* (RMSEA) é um índice onde valores próximos ou abaixo de 0,08 são considerados como indicativos de bom ajuste. O *Root Mean Square Residual* (RMR) é utilizado para avaliar o ajustamento do modelo teórico aos dados. Para um modelo bem ajustado, o valor ideal é

menor que 0,05. Os índices *Comparative Fit Index* (CFI) e *Tucker-Lewis Index* (TLI) acima de 0,95 também indicam boa qualidade de ajuste. Os índices de modificação também foram avaliados em busca de propostas para a melhora do ajuste do modelo.

## 5. RESULTADO / DISCUSSÃO

### 5.1 Comparação entre os anos da Academia Militar

Verificou-se que a média do Fator 1 - “Estresse Percebido” comparada entre os três anos de formação dos cadetes (2º, 3º e 4º ano) não apresentou diferença significativa. Entretanto, quanto ao fator 2- “Estratégias de Enfrentamento”, foi encontrada diferença estatisticamente significativa entre os anos 2 e 3, o que revela que alunos do 3º ano se percebem com menos capacidade de enfrentamento que os do 2º ano conforme a Tabela 2. Maiores valores no Fator 2 indicam menor capacidade de enfrentamento, portanto, maior impacto do estresse.

**Tabela 2: Comparação do Estresse entre os anos na Academia Militar (N=1061)**

Ano	Fator 1 - Estresse Percebido	Fator 2 - Capacidade de Enfrentamento
2º Ano	1,98 (0,74)	1,52 (0,68)**
3º Ano	1,95 (0,63)	1,69 (0,67)**
4º Ano	2,04 (0,75)	1,58 (0,74)
Total	1,99 (0,71)	1,59 (0,70)

\* Média (Desvio-Padrão) \*\*  $p < 0,05$

Sugere-se que o apresentado acima esteja diretamente relacionado a todo processo que o cadete percorre durante sua formação, isto é, no 1º ano há a entrega do espadim, em que o aluno, melhor classificado, recebe condecorações e status entre os Oficiais; no 2º ano há a escolha da Arma, também condicionada a nota geral pelo

sistema de classificação; e no 3º ano há a espera pela chegada do 4º ano, possivelmente em decorrência da escolha da cidade em que irá servir quando formado a Oficial e, esta escolha, mais uma vez, ligada a classificação geral.

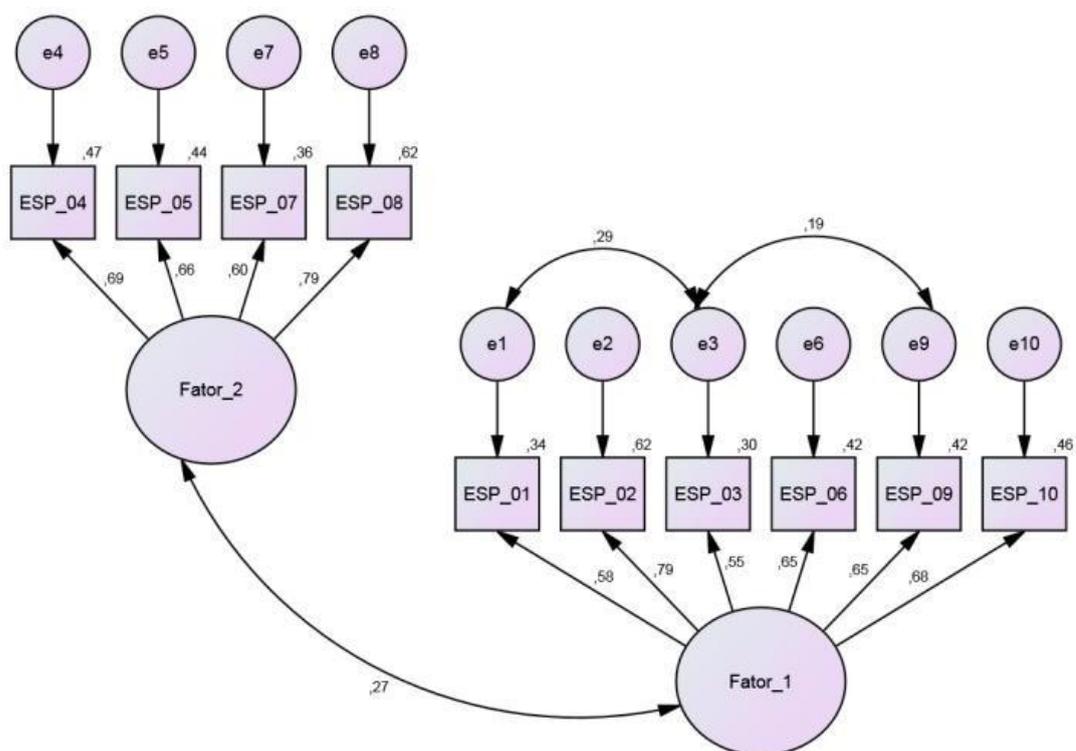
Nota-se, segundo dados bibliográficos, que os cadetes sentem-se mais motivados no 2º e 4º ano por celebrarem a recompensa de seu exercício profissional, como ainda a resposta esperada de seus esforços intelectuais, físicos e sociais. No demais, o 3º ano é marcado pela espera da chegada do 4º ano, período considerado por ausência de meta apreciável.

No entanto, a hipótese para uma maior dificuldade no controle do estresse no 3º ano está possivelmente ligada à ausência de um estímulo motivacional específico para os cadetes, comparado com os demais.

## **5.2 Análise Fatorial Confirmatória da PSS-10**

A Figura 1 apresenta o resultado da análise fatorial confirmatória, após as sugestões apresentadas de correlações entre erros através da análise dos índices de modificação. Foi encontrada uma correlação baixa entre os 2 fatores com cargas fatoriais satisfatórias dos itens em cada um dos fatores. Na variável latente Fator 1 (Sintomas de Estresse), responsável pelos 6 itens negativos do instrumento, foram verificadas algumas covariâncias entre os itens 1-3 (1. No último mês, com que frequência esteve preocupado(a) por causa de alguma coisa que aconteceu inesperadamente? 3. No último mês, com que frequência se sentiu nervoso (a) e em estresse?) e 3-9 (3. No último mês, com que frequência se sentiu nervoso (a) e em estresse? 9. No último mês, com que frequência se sentiu furioso (a) por coisas que ultrapassaram o seu controle?).

Quanto a variável latente Fator 2, responsável pelos 4 itens positivos do instrumento (Habilidades de Controle do Estresse), apresentou cargas fatoriais satisfatórias e ausência de covariância entre os itens.



**Figura 1: Análise Fatorial Confirmatória da Escala de Estresse Percebido**

A avaliação da qualidade do ajuste encontra-se resumida na Tabela 1. O modelo apresentou bom ajuste em dois dos índices propostos e apresentou valores aceitáveis nos outros indicadores. Portanto, apresentando bons resultados na qualidade do ajuste.

**Tabela 1 - Índices de ajuste da AFC de 2 fatores da Escala de Estresse Percebido**

Indicadores	Valor obtido	Valor ideal
RMR	0,043	Menor que 0,05
TLI	0,926	Acima de 0,95
CFI	0,947	Acima de 0,95
RMSEA	0,072	Menor que 0,08

A PSS-10 demonstrou que agrega excelentes indicadores de qualidade na Análise Fatorial Confirmatória com o respectivo grupo em estudo. Os resultados corroboram estudos anteriores em outras populações (Cohen & Janicki-Deverts, 2012) e no Brasil por Reis, Hino e Añez (2010) com um grupo de professores universitários, os tendo em vista a quantidade de itens indicadores de validade.

Dando continuidade com os dados encontrados neste estudo, com demais publicações recentes, podemos verificar que o PSS-10 apresenta informações compatíveis, mesmo sendo utilizado em países diferentes com amostras distintas.

Em estudo recente feito no Vietnã (Dao-Tran, Anderson & Seib, 2017) avaliou o PSS-10 e teve como um dos objetivos a avaliação das propriedades psicométricas da escala com uma população de mulheres. Segundo o estudo, os resultados apresentados afirmaram que todos os itens apresentaram cargas  $> 0,5$  em um dos dois fatores, concluindo que todos os itens favoreceram para medir o conceito de Estresse Percebido. Apresentou consistência interna satisfatória (coeficiente alfa = 0,8), conforme estudos anteriores, indicando correlação entre os itens 5 e 6. No entanto, o estudo conclui que o instrumento apresentou níveis aceitáveis de validade e confiabilidade para a população estudada.

Outro estudo publicado por Chiu e colaboradores (2016), com o objetivo de avaliar a invariância de medição do PSS-10 entre atletas e não atletas de Taiwan, e examinar a validade e confiabilidade do constructo no contexto esportivo, descobriram que o instrumento de 2 fatores ajustou melhor e teve confiabilidade adequada. Outro dado observado foi que correlacionou negativamente com a eficácia de enfrentamento, o que evidenciou a validade discriminante e convergente. Concluiu que o PSS-10 de 2 fatores tem melhor qualidade de medição que o PSS-10 unidimensional, apresentando bom ajuste do instrumento de acordo com os índices de ajuste.

### **CONCLUSÃO**

A partir dos dados encontrados, neste estudo, com a população de cadetes brasileiros, quanto ao instrumento PSS-10, sugere como proposta para demais pesquisas que outras populações sejam submetidas a análise das propriedades psicométricas. Isto permitirá um maior conhecimento e possibilidades de comparações entre estudos futuros, não somente quanto a maneira que se apresenta a amostra ao instrumento, mas também do mesmo se mostrar fidedigno ou não ao grupo em que é submetido para análise.

## REFERÊNCIAS

- A Tribuna Vitória, ES, Quinta-Feira, 30 de Abril de 2015, Recuperado em 28 de setembro, 2017, de <http://www.ismabrasil.com.br/img/estresse52.pdf>
- Chiu, Y.-H., Lu, FJ-H., Lin, J.-H., Nien, C.-L., Hsu, Y.W., & Liu, H.-Y. (2016). Propriedades psicométricas da Escala de Estresse Percebido (PSS): invariância de medição entre atletas e não atletas e validade de construção. *PeerJ* , 4 , e2790, Recuperado em outubro de 2017, <http://doi.org/10.7717/peerj.2790>
- Dao-Tran, T.-H., Anderson, D., & Seib, C. (2017). A versão vietnamita da Escala de Estresse Percebido (PSS-10): Equivalência de tradução e propriedades psicométricas entre mulheres mais velhas. *BMC Psychiatry* , 17 , 53, Recuperado em outubro de 2017, <http://doi.org/10.1186/s12888-017-1221-6>
- G1. Globo, (2016), Recuperado em 04 de junho, 2017, de <http://g1.globo.com/concursos-e-emprego/noticia/2016/01/veja-lista-com-10-profissoes-mais-e-menos-estressantes-para-2016.html>
- Carvalho, A. V., & Serafim, O. C. G (1995). *Administração de recursos humanos* (vol.2). São Paulo: Pioneira.
- Chiavenato, I. (1999). *Gestão de Pessoas: o novo papel dos recursos humanos nas organizações*. Rio de Janeiro: Campus
- Cohen, S., & Janicki-Deverts (2012), D. Who's stressed? Distributions of psychological stress in the United States in probability samples from 1983, 2006, and 2009. *Journal of Applied Social Psychology*, 42, 1320-1334. doi:10.1111/j.1559-1816.2012.00900.x
- \_\_\_\_\_, Janick-Deverts, D., & Miller, G. E. (2007). Psychological stress and disease. *JAMA*, 298, 1685-1687. doi: 10.1001/jama.298.14.1685
- \_\_\_\_\_, Karmack T, Mermelsteinm R. (1983). A global measure of perceived stress. *J Health SocBehav.*;24(4):385-96.
- \_\_\_\_\_, Kessler, R.C., & Gordon, L. U. (1995). *Measuring stress*. Oxford: Oxford University Press

\_\_\_\_\_, Williamsom GM. (1988) Perceived Stress in a Probability Sample of United States. In: Spacapan S, Oskamp S, editores. *The Social Psychology of Health: Claremont Symposium on applied social psychology*. Newbury Park, CA: Sage.

Faro, A., & Pereira, M. E. (2013). Estresse: Revisão narrativa da evolução conceitual perspectivas teóricas e metodológicas. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 14, 78-100.

Goldman N, Gleib DA, Seplaki C, Liu IW, Weinstein M.(2005).Perceived stress and physiological dysregulation in older adults. *Stress*.;8(2):95-105.

Goldstein, D. S., &Kopin, I. J. (2007). Evolution of concepts of stress. *Stress*, 10, 10-120.

Grace S. L., Krepostman S, Brooks D, Arthur H, Scholey P, Suskin N, et al. (2005) Illness perceptions among cardiac patients: relation to depressive symptomatology and sex. *J Psychosom Res*.59(3):153–60.

Grandjean, E. (1998). *Manual de Ergonomia: Adaptando o trabalho ao homem* (4a ed.). Porto Alegre: Bookman.

Lazarus R.S., Folkman L. (1984). *Stress, coping and adaptation*. New York: Springer.

\_\_\_\_\_. (1995);*Psychological stress in the workplace*. In R. Crandall & P. L. Perrewé (Orgs.), *Occupational stress: A handbook* (pp. 3-14). Washington, USA: Taylor & Francis.

Lee, E. H. (2012). Review of the psychometric evidence of the Perceived Stress Scale. *Asian Nursing Research*, 6, 121-127. doi: 10.1016/j.anr.2012.08.004

Leung, D. Y. P., Lam, T. H., & Chan, S. S. C. (2010). Three versions of Perceived Stress Scale: Validation in a sample of Chinese cardiac patients who smoke. *BMC Public Health*, 10, 513-520. doi: 10.1186/1471-2458-10-513.

Lipp, M. E. N. (1996). *Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco*. São Paulo: Papyrus.

\_\_\_\_\_. (2000). *Manual do inventário de sintomas de stress para adultos*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

\_\_\_\_\_,(org) (2001). *Pesquisas sobre stress no Brasil: Saúde, ocupações e grupos de risco*. Campinas: Papyrus.

\_\_\_\_\_.(2005). *Stress no trabalho: implicações para a pessoa e para a empresa*. In F. P. N. Sobrinho, & I. Nassaralla, *Pedagogia Institucional: fatores humanos nas organizações*.Rio de Janeiro: Zit.

\_\_\_\_\_. Globalização e mudanças: o stress do novo milênio. Recuperado em 10 de janeiro de 2007, de [http:// www.estresse.com.br](http://www.estresse.com.br)

Maes, S. & Van Elderen, T. (1998). Health Psychology and Stress. In: Eysenck, M. (Ed.) *Psychology: an integrated approach* (pp.590-623). New York: Addison Wesley Langmam

Mimura C, Griffiths P. (2004). A Japanese version of the perceived stress scale: translation and preliminary test. *Int J Nurs Stud*. 2004;41(4):379-85. 13. Reiche EM, Nunes SO, Morimoto HK. Stress, depression, the immune system, and cancer. *Lancet Oncol*. 5(10):617-25.

Moreira, J. M. (2002). *Altera pars auditur: The dual influence of the quality of relationships upon positive and negative aspects of coping with stress*. Unpublished doctoral dissertation, University of Lisbon, Portugal

Murta, S. G., &Tróccoli, B. T. (2004).*Avaliação de intervenção em estresse ocupacional*.Psicologia: teoria e pesquisa, 20, p. 39-47.

Perkins, V. (1995). *Stress: o ponto de ruptura*. São Paulo: JovensMédicos.

Reich, E.M., Nunes, S.O., Morimoto, H.K. (2004). *Stress, depression, the immune system, and cancer*.Lancet Oncologic, 5(19), 617-625. R

Reis, R. S. R., Hino, A. A. F., & Añez, C. R. R. (2010). Perceived Stress Scale: Reability and validity study in Brazil. *Journal of Health Psychology*, 15, 107-114. doi: 10.1177/1359105309346343.

Remor E. Psychometric properties of a European Spanish Version of the Perceived Stress Scale (PSS). *Span J Psychol.* 2006;9(1):86-93. 15. Rush AJ, Zimmerman M, Wisniewski SR, Fava M, Hollon SD, Warden D, et al. Comorbid psychiatric disorders in depressed outpatients: demographic and clinical features. *J Affect Disord.* 2005;87(1):43–55.

Ribeiro, J. P., & Marques, T. (2009). *A avaliação do stress: A propósito de um estudo de adaptação da Escala de Percepção de Stress.* *Psicologia, Saúde & Doenças*, 10, 237-248.

Selye, H. A. (1936). *Syndrome produced by diverce nervous agents.* *Nature.*

\_\_\_\_\_. (1965) *Stress – a tensão da vida* (2ª ed.) F. Bronco, trad. São Paulo: Ibrasa.

Stoner, J. A. F., & Freeman, R. E. (1999). *Administração* (5a ed.). Rio de Janeiro: LTC.

Strik JJMH, Denollet J, Lousberg R, Honig A.(2003).Comparing symptoms of depression and anxiety as predictors of cardiac events and increased health care consumption after myocardial infarction. *J Am CollCardiol.* 2003;42(10):1801–7.

Van Winkle E. (2000) The toxic mind: the biology of mental illness and violence. *Med Hypotheses*; 54(1):146-56.

**ANEXO****Escala de Estresse Percebido (PSS-10)**

Cohen, Karmack e Mermelsteinm (1983)

Validado para amostras brasileiras por Reis, Hinos e Añez (2010)

Adaptado por Moreira, (2002)

- 
1. No último mês, com que frequência se sentiu perturbado por causa de qualquer coisa que aconteceu inesperadamente?

---

  2. No último mês, com que frequência se sentiu incapaz de controlar as coisas importantes na sua vida?

---

  3. No último mês, com que frequência se sentiu nervoso e “estressado”?

---

  4. No último mês, com que frequência se sentiu confiante na sua capacidade para lidar com seus problemas pessoais?

---

  5. No último mês, com que frequência sentiu que as coisas corriam a seu favor?

---

  6. No último mês, com que frequência sentiu que não conseguia lidar com todas as coisas que tinha que fazer?

---

  7. No último mês, com que frequência se sentiu incapaz de controlar as irritações na sua vida?

---

  8. No último mês, com que frequência sentiu que dominava a situação?

---

  9. No último mês, com que frequência se sentiu irritado por causa de coisas que estavam fora do seu controle?

---

  10. No último mês, com que frequência sentiu que as dificuldades se acumulavam de tal modo que não conseguia ultrapassá-las?
-

## **ESTUDO 2**

**Síndrome de *Burnout* em cadetes da Academia Militar das Agulhas Negras -**

**AMAN**

## RESUMO

O cadete da Academia Militar das Agulhas Negras, localizada na cidade de Resende no Estado do Rio de Janeiro, tem como objetivo servir à Nação, na paz ou na guerra, cumprindo os deveres de cidadão e de militar prescritos na Constituição Federal, nas leis e nos regulamentos do Exército, ao mesmo tempo em que se prepara para a responsabilidade de ser um Oficial do Exército Brasileiro. Quanto às atividades, são executadas pelos militares durante todo o percurso de Formação na Academia Militar, as quais desempenham sobre o trabalhador (militar) exigências de ordem física, intelectual e emocional. A população pertencente a esta pesquisa (N=1061) respondeu ao Inventário de *Burnout* de Maslach (MBI-SS) de maneira voluntária, pelo sistema *online*, o qual permaneceu por quinze dias disponíveis. Tem-se por objetivo avaliar os sintomas de *burnout* no referido grupo com a comparação dos dados entre o 2º, 3º e 4º ano de formação dos mesmos. Além disso, realizar a Análise Fatorial Confirmatória do instrumento utilizado (MBI-SS). Foi encontrada diferença estatisticamente significativa do nível de *burnout* entre os anos de formação, onde o 3º ano comparado com os demais, 2º e 4º ano, apresenta maiores níveis de Exaustão Emocional e Despersonalização e menor nível de Realização Profissional. A Análise Fatorial Confirmatória confirmou o modelo tri-fatorial proposto, apresentando boa carga fatorial e baixa correlação entre os fatores.

**Palavras-chave:** Cadete. Síndrome de *Burnout*. Inventário de *Burnout* de Maslach (MBI-SS).

**ABSTRACT**

The Cadet of the Military Academy of the Agulhas Negras, located in the city of Resende in the State of Rio de Janeiro, aims to serve the Nation, in peace or war, fulfilling the duties of citizen and military prescribed in the Federal Constitution, laws and in the Army's regulations, while preparing for the responsibility of being an Officer of the Brazilian Army. As for the activities, they are carried out by the military throughout the training course at the Military Academy, which carry out physical, intellectual and emotional demands on the worker. The population belonging to this research (N = 1061) responded to the Maslach Burnout Inventory (MBI-SS) voluntarily, through the online system, which remained available for fifteen days. The objective of this study was to evaluate the symptoms of burnout in the referred group with the comparison of the data between the 2nd, 3rd and 4th year of training. In addition, perform the Factorial Confirmatory Analysis of the instrument used (MBI-SS). There was a statistically significant difference in the level of burnout between the years of training, where the 3rd year, compared to the others, 2nd and 4th year, presented higher levels of Emotional Exhaustion and Depersonalization and lower levels of Professional Achievement. The Confirmatory Factor Analysis confirmed the proposed three-factorial model, presenting a good factorial load and a low correlation between the factors.

**Key words:** Cadet. Burnout Syndrome. Maslach Burnout Inventory (MBI-SS).

## INTRODUÇÃO

As atividades que são executadas pelos militares durante todo o percurso de Formação na Academia Militar, desempenham sobre o mesmo exigências de ordem física, intelectual e emocional. Segundo o *site* oficial da AMAN, correspondem as seguintes atividades dos cadetes: Estágio Básico de Combatente de Montanha, Estágio de Vida na Selva e Técnicas Especiais, Estágio de Patrulhas de Longo Alcance com Características Especiais e Estágios de Operações Contra Forças Irregulares. No decorrer do estudo serão explanadas as características peculiares das atividades exercidas pelos militares segundo a página oficial.

O primeiro momento do treinamento é marcado pelo Estágio Básico de Combatente de Montanha que acontece no 1º ano de formação, os cadetes são direcionados à atividade que os levam para uma altitude de 2400 metros e com temperaturas que chegam até 10 graus negativos. A resistência física e emocional testadas de maneira rígida por meio de atividades como escalada de rotas, equipagem de vias, ancoragem e execução de diversos tipos de rapel, evacuação de feridos, transposição de vias equipadas, tracionamento de cordas e montagem de comando crawl. Os cadetes que alcançaram as metas propostas durante todo o percurso da semana serão nomeados com o distintivo cinza e verde de “MONTANHA” que os distinguirá dos demais cadetes por terem apresentado grande rendimento e habilidades nas técnicas de montanhismo militar.

Quanto ao Estágio de Vida na Selva e Técnicas Especiais, fazem parte do processo de formação do 2º ano e são instruídos a arrecadar alimentos de origem animal e vegetal, água e fogo, construção de abrigos improvisados e semi-permanentes, armadilhas para caça, pesca, animais peçonhentos e venenosos, sobrevivência, tiro rápido diurno e noturno dentre outros.

Chegando no 3º ano, o Estágio de Patrulhas de Longo Alcance com Características Especiais tem como objetivo atividades peculiares e de enorme dificuldade, seja em seu planejamento quanto em sua realização de patrulhas de combate, em uma simulação de guerra regular, ocorrendo resgates, destruições e emboscadas, com amplo emprego de meios terrestres, fluviais e aéreos. Além disso, a atividade de tiro real e acionamento de cargas explosivas.

Por fim, o Estágio de Operações Contra Forças Irregulares que ocorre no 4º ano, vem com a prerrogativa atribuir ao cadete a apropriação de planejar e executar através de situações de combate e de estabilização e apoio. São tarefas de busca e apreensão, postos de bloqueio e controle de estradas, coberturas de ponto, emboscadas, vasculhamentos, e outras atividades como ações cívico sociais com médicos, veterinários e dentistas, nas áreas rurais e urbanas dentre outras tarefas.

De acordo com o que foi exposto, é notória que o dia-a-dia do cadete é sinalizado por tarefas com características gradativas e rigorosas, em que o cadete se percebe diante de situações que o expõe a tamanha resistência física, intelectual e emocional, que na maioria das vezes não contribuem para o equilíbrio de suas condições humanas, podendo de fato, o tornar vulnerável para o desencadeamento de sintomas da síndrome de *burnout* por conta do desempenho de suas atividades laborais.

### **1. SÍNDROME DE *BURNOUT***

Para que se possa compreender sobre a síndrome em questão, é válido mencionar que a expressão *burnout* sugere compreensão da terminologia como “queima” ou “combustão total”. O vocabulário, segundo Maslach, Schaufeli e Leiter, (2001), é de origem inglesa e muito aplicado para explicitar uma estafa completo quanto ao quadro de energia individual, paralelamente interligado a um grande desencantamento com a sua atividade laboral.

No português, numa tradução mais direta, *burnout* se refere a algo como “perder fogo”, “perder a energia” ou “queimar para fora”, para caracterizar a síndrome onde o trabalhador não percebe mais sentindo na sua relação com a atividade laboral, de forma que já não importam mais fazer qualquer esforço, pois tudo já lhe parece ser inútil (Codo & Vasques, 1999).

Em 1970, Herbert Freudenberger, profissional da área psicanalítica de origem norte-americana, teve o seu primeiro ensaio específico com o quadro de *burnout*, o qual foi identificado em um grupo de pessoas que exerciam suas atividades laborais na área de dependência química. Foi observado um quadro de esgotamento físico e mental com forte teor de irritabilidade correlacionado às situações adversas desses profissionais envolvidos com pessoas com dependência química. Relatou o quadro de *burnout* comparando-o a um “incêndio interno”, um “esgotamento dos recursos físicos e mentais” determinado pelo indivíduo ou pelo meio social. Conseqüência de todo um quadro de pressão que tem como a vida moderna a sua maior responsável para o seu surgimento, prejudicando diretamente o envolvimento com a atividade laboral. (Freudenberger & Richelson, 1987).

É importante citar que, *burnout* nos anos 90 passa por nova definição a partir das pesquisas realizadas pela psicóloga Christina Maslach (e colaboradores), os quais pesquisando sobre profissionais da área de serviços/cuidados, também nomeia como *burnout* um episódio parecido, delimitando como “síndrome psicológica em reação a estressores interpessoais crônicos no trabalho” caracterizando-se por três elementos fundamentais, são eles: exaustão emocional, despersonalização (ou ceticismo) e perda da realização pessoal (ou eficácia profissional). A **exaustão emocional** caracteriza-se por esgotamento intenso, desânimo quanto ao trabalho e leva à percepção de excesso de exigências que vão além de sua capacidade emocional. A **despersonalização** envolve

comportamento de indiferença ou até mesmo de antipatia quanto ao trabalho ou aos usuários do serviço. A **perda da realização profissional** consiste no aparecimento de emoções de caráter pessoal e profissional como: frustração, incompetência e fracasso devido à falta de expectativas para o futuro. Foram verificados outros sintomas comuns ao caso, como: insônia, ansiedade, dificuldade de concentração, alterações de apetite, irritabilidade e desânimo (Maslach; Schaufeli & Leiter, 2001).

Uma ferramenta criada com o intuito de avaliação sobre o *burnout*, também conhecida como *Maslach Burnout Inventory* ou MBI, elaborado por Christina Maslach (Maslach, Jackson & Leiter, 1996) acredita-se que 90% dos trabalhos realizados sobre o assunto, utilizam o instrumento (Schaufeli, Bakker, Hoogdoin, Schaap & Kadler, 2001; Tecedreiro, 2005). O mesmo se observa, em quase sua totalidade de trabalhos publicados no Brasil, emprega-se a definição de Maslach (Carlotto & Palazzo, 2006; Silveira et al., 2005; Tucunduva et al., 2006).

Com o intuito de verificar a presença de *burnout* nas relações de trabalho, o MBI atua com profissionais que interagem de maneira direta com outras demais pessoas (as quais buscam por esse serviço), seus usuários. No entanto, cria-se o instrumento MBI-HSS – *Human Services Survey*, utilizado por outros pesquisadores em outras equipes especialistas e foi verificada distinção quanto às dimensões do MBI, analisando os dados com os resultados dos profissionais do *human services*. Contudo, observou-se a relevância em adequar a ferramenta de pesquisa de tal forma que não comprometesse seus parâmetros de validade. No entanto, surge o instrumento direcionado a classe dos educadores (MBI-ES – *Education Survey*) e em seguida, o MBI-GS (*General Survey*) (Maslach, Jackson & Leiter, 1996).

Para melhor eficácia nas pesquisas e fidedignidade nos resultados, o instrumento sofre adaptações quanto à renomeação das dimensões de exaustão emocional para

(exaustão), despersonalização para (cinismo/ceticismo) e baixa realização pessoal para (eficácia pessoal) e redução no número de sentenças.

Para Tecedor (2005), o *burnout* é o grande responsável pelo desencadeamento de inúmeros sintomas que provocam o sofrimento pessoal, por meio de sinais psicossociais diferenciados, como o consumo exagerado de medicamentos, álcool e outras substâncias psicotrópicas, quebra de produtividade, aumento de absenteísmo, baixas médicas prolongadas, episódios depressivos graves, perturbações psicossomáticas graves, dentre outros.

Segundo a matéria publicada, online, na revista “PROTEÇÃO”, em agosto de 2010, revela que cerca de 30% dos profissionais brasileiros sofrem de *burnout*, o estágio mais avançado do estresse, pesquisa realizada pelo Isma-BR (*International Stress Managemet Association* no Brasil). Segundo o levantamento, a doença causa um prejuízo de aproximadamente 4,5% no PIB (Produto Interno Bruto) nacional ao ano, sendo que, comparando-se o desempenho de portadores de *burnout* com os demais trabalhadores verificaram-se diferença de cinco horas a menos para os primeiros. Além disso, a pesquisa constatou que 94% dos doentes se sentiam incapacitados para trabalhar, e 89% apresentavam quadro de presenteísmo, ou seja, estão presentes no trabalho, mas não conseguem desenvolver as tarefas propostas. Entre os sintomas, 93% dos afetados alegaram sentir exaustão, 86% de irritabilidade, 82% de falta de atenção e 74% têm dificuldade de relacionamento no ambiente profissional. Outros 47% sofrem de depressão.

Para Maslach e Leiter (1999), o ponto crucial para o surgimento do *burnout*, caracterizado pelo quadro de desgaste físico e emocional, apresenta nas suas origens os seis pontos de desequilíbrio entre as pessoas e suas atividades profissionais, são eles:

atividade profissional em excesso, ausência de controle, baixa remuneração, colapso da união, ausência de equidade e valores conflitantes.

Para que possamos compreender melhor o desenvolvimento deste fenômeno é de fundamental importância que se saiba que, o mesmo apresenta sintomas que se subdividem em quatro categorias: sintomas físicos, psíquicos, comportamentais e defensivos. Contudo, Benevides-Pereira (2002) afirma que não é regra a presença de todos os sintomas acima citados, pois pode variar com a etapa em que cada um se apresenta na síndrome, na ordem individual e ambiental. Lembra ainda que, os sintomas defensivos são provenientes do *burnout*, enquanto os demais em sua ausência são provenientes do estresse.

Diante de inúmeras definições existentes sobre *burnout*, pesquisadores como Maslach, Schaufeli e Leiter (2001) ratificam que mesmo que haja algumas divergências nas definições da síndrome, há no mínimo cinco elementos comuns: a) predominância de sintomas relacionados à exaustão mental e emocional, fadiga e depressão; b) ênfase nos sintomas comportamentais e mentais e não nos sintomas físicos; c) os sintomas são provenientes da atividade laboral; d) o aparecimento dos sintomas ocorre em pessoas “normais” que não sofriam de distúrbios psicopatológicos antes do surgimento da síndrome; e) baixa eficácia e produtividade no trabalho devido a atitudes e comportamentos negativos.

## **2. MÉTODO**

### **2.1 Participantes**

Trata-se de um estudo transversal. A amostra da pesquisa foi constituída por 1061 Cadetes da Academia Militar das Agulhas Negras – AMAN, da cidade de Resende do Estado do Rio de Janeiro, que fazem parte do processo de formação militar e

distribuídos da seguinte forma: 369 alunos do 2º ano, 371 alunos do 3º ano e 321 alunos do 4º ano. Respectivamente, correspondem a um percentual de 34,8%, 35% e 30,2% do total dos participantes.

## 2.2 Procedimento

Para realizar o preenchimento do instrumento, os participantes tiveram acesso ao mesmo em forma digital, disponibilizados na plataforma de acesso por um período de duas semanas no ano de 2015. A participação teve como procedimento o caráter voluntário garantindo aos participantes o sigilo da não divulgação das informações mencionadas.

## 2.3 Instrumento

O Inventário de *Burnout* de Maslach - MBI, foi elaborado por Christina Maslach (Maslach, Jackson & Leiter, 1996). Trata-se de uma escala de auto-avaliação do tipo Likert, variando de *Nunca* (1) a *Sempre* (5).

Atualmente existem três versões distintas de acordo com a área profissional do participante: 22 itens para profissionais da área de saúde (MBI-HSS, de *Human Services Survey*), outra versão com o mesmo número de itens para área educacional (MBI-SS) e uma terceira com 16 itens adaptada para a população trabalhadora em geral (MBI-GS). O modelo tri-fatorial se faz presente nas três versões do instrumento (Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Profissional) segundo apresentado por Maslach (Maslach, Jackson & Leiter, 1996).

Nesta pesquisa foi utilizada a versão com 15 itens da MBI-SS para estudantes adaptada por Schaufeli e colaboradores (2002), validado para amostras brasileiras por Carlotto e Câmara (2006). Ele avalia índices de *burnout* de acordo com os escores de cada dimensão, onde altos escores em exaustão emocional e despersonalização e baixos

escores em realização profissional (esta subescala é inversa) indicam grande índice de *burnout* (Maslach & Jackson, 1986).

A frequência das respostas, na versão americana, é trabalhada dentro da variação de pontuação de 0 a 6. Utilizamos, nesta pesquisa, o sistema de pontuação de 1 a 5, também usado por Tamayo (1997) na adaptação brasileira do instrumento. Isto se deve a observação, quanto a dificuldade dos participantes em responderem a maioria dos itens do instrumento, por conta da especificidade das exigências da escala original (Maslach & Jackson, 1986). Mesmo tendo escolhido para nossa pesquisa a escala de 5 itens, utilizamos o mesmo tipo de categorias de frequência utilizadas na versão americana. Isto é, 1 para nunca, 2 para algumas vezes ao ano, 3 para algumas vezes ao mês, 4 para indicar algumas vezes na semana e 5 para diariamente. Ao todo, o instrumento apresenta 15 questões que se subdividem em três subescalas: Exaustão Emocional (EE) (5 itens); Despersonalização (DE) (4 itens) e Realização Profissional (RP) (6 itens).

O inventário não está apresentado em anexo por se tratar de um instrumento protegido por direitos autorais.

#### **2.4 Ética na Pesquisa**

O projeto de pesquisa foi apresentado para Comissão de Ética em Pesquisa da UFRRJ e gerou o protocolo de aprovação nº 557/2015 mediante o processo 23083000375/2015-97. De acordo com a deliberação, o projeto atende aos princípios éticos e está de acordo com a resolução 466/12 que regulamenta os procedimentos de pesquisa envolvendo seres humanos.

#### **2.5 Análise Estatística**

Os dados da presente pesquisa foram analisados utilizando-se os programas SPSS versão 20 e o programa AMOS versão 21. Os dados foram sintetizados e

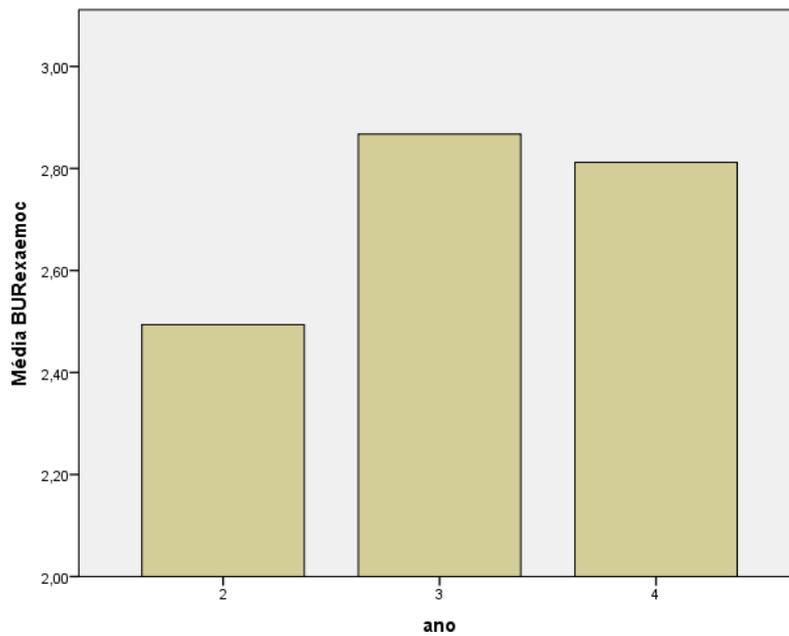
apresentados inicialmente através de uma análise descritiva. Os resultados serão apresentados através de valores médios e desvio-padrão. A comparação da variação de *burnout* entre os anos na academia foi feita através de uma Análise de Variância (ANOVA) e o teste *post hoc* de Tukey.

A análise fatorial confirmatória foi realizada na amostra de cadetes brasileiros (n=1061) com o programa AMOS versão 21, testando-se o modelo original de 3 fatores. A qualidade do ajuste foi avaliada através de diferentes índices. O *Root Mean Square Error of Approximation* (RMSEA) é um índice onde valores próximos ou abaixo de 0,08 são considerados como indicativos de bom ajuste. O *Root Mean Square Residual* (RMR) é utilizado para avaliar o ajustamento do modelo teórico aos dados. Para um modelo bem ajustado, o valor ideal é menor que 0,05. Os índices *Comparative Fit Index* (CFI) e *Tucker-Lewis Index* (TLI) acima de 0,95 também indicam boa qualidade de ajuste. Os índices de modificação também foram avaliados em busca de propostas para a melhora do ajuste do modelo.

### **3. RESULTADO / DISCUSSÃO**

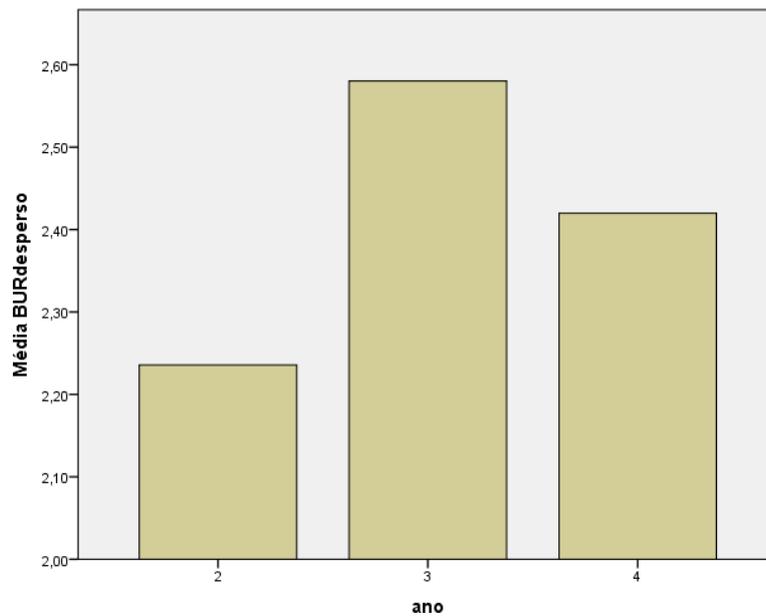
#### **3.1 Comparação entre os anos na Academia Militar**

Verificou-se que os níveis de exaustão emocional sobem do 2º para o 3º ano ( $p < 0,001$ ) e se mantêm altos no 4º ano quando comparado ao 2º ( $P < 0,001$ ). Não foi encontrada diferença estatisticamente significativa do 3º para o 4º conforme a Figura 1.



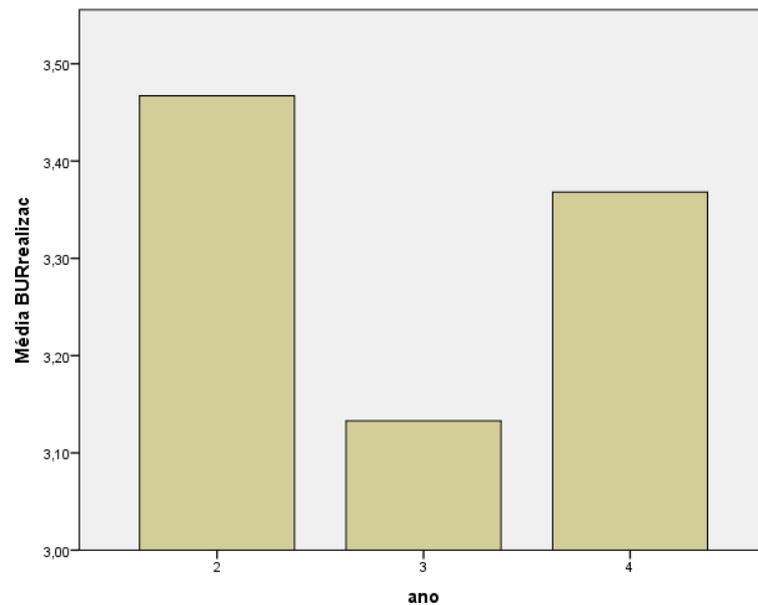
**Figura1: Comparação de Exaustão Emocional entre os anos na Academia Militar (n=1061)**

Quanto ao nível de Despersonalização, a análise mostrou que os níveis de despersonalização aumentam do 2º para o 3º ( $p < 0,001$ ) e o 4º ano ( $p < 0,05$ ). Entretanto, apesar de não voltar aos níveis do 2º ano, há uma redução significativa dos níveis de despersonalização do 3º para o 4º ano ( $p < 0,05$ ).



**Figura2: Comparação de Despersonalização entre os anos na Academia Militar (N=1061)**

No nível de Realização Profissional foi encontrada uma redução da realização profissional do 2º para o 3º ano ( $p < 0,001$ ) com um aumento significativo do 3º para o 4º ano ( $p < 0,001$ ) voltando ao níveis semelhantes ao 2º ano. Não foi encontrada diferença significativa do 2º para o 4º ano.



**Figura3: Comparação de Realização Profissional entre os anos na Academia Militar (N= 1061)**

Segundo Carneiro (2010), o desenvolvimento do *burnout* perpassa primeiramente pela dimensão de exaustão emocional, seguido da dimensão despersonalização e por último da baixa realização profissional. O diagnóstico de *burnout* se dá através dos altos escores na exaustão emocional e despersonalização e baixo escore na dimensão realização profissional. Os resultados mostraram que os cadetes do 3º ano apresentam maior sintomatologia de *burnout* que os demais. Seja por ascendência nos níveis de Exaustão Emocional (caracterizada pela falta ou carência de energia, entusiasmo e sentimento de esgotamento de recursos com possíveis sentimentos de frustração e tensão por não se perceber mais em condições de despender mais energia como antes) e Despersonalização (onde passa a tratar os colegas e profissionais da instituição como objeto, desenvolvendo possivelmente uma insensibilidade emocional) e regressão no nível de Realização Profissional (quando busca a se auto-avaliar tendenciosamente de maneira negativa, desenvolvendo sentimentos de infelicidade consigo mesmo e insatisfeito com seu desenvolvimento

profissional). Os dados nos evidenciam que o grupo demonstra alto nível de *burnout* conforme a Tabela 1.

**Tabela 1: Comparação do *burnout* entre os anos na Academia Militar (N=1061)**

Ano	Fator 1 -	Fator 2 –	Fator 3 -
	Exaustão Emocional	Despersonalização	Realização Profissional
2º Ano	2,4938 (0,697)	2,2358 (0,907)	3,4670 (0,633)
3º Ano	2,8674 (0,710)	2,5802 (0,857)	3,1330 (0,633)
4º Ano	2,8118 (0,750)	2,4198 (0,870)	3,3681 (0,679)
Total	2,7206 (0,736)	2,4119 (0,890)	3,3203 (0,662)

\* Média (Desvio-Padrão) \*\*

### 3.2 Análise Fatorial Confirmatória do Inventário de *Burnout* de Maslach

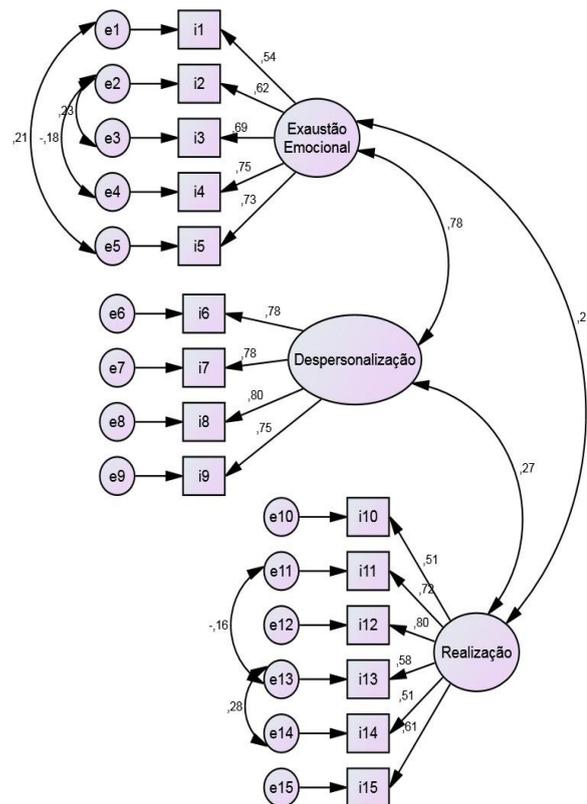
A MBI-SS apresentou três fatores conforme modelo original de Maslach (1996). Fator 1 – Exaustão Emocional (cansaço extremo, falta de forças para enfrentar o dia de trabalho e sensação de estar sendo exigido além de seus limites emocionais), Fator 2 – Despersonalização (atitude de insensibilidade ou até mesmo de hostilidade em relação ao trabalho ou aos usuários do serviço) e Fator 3 – Realização Profissional (frustração, incompetência e fracasso devido à falta de expectativas para o futuro).

A figura a seguir revela a Análise Fatorial Confirmatória após as sugestões apresentadas de correlações entre erros através da análise dos índices de modificação. Foi encontrada uma correlação baixa entre os Fatores 1 (Exaustão Emocional) e 3

(Realização Profissional) e entre os Fatores 2 (Despersonalização) e 3 (Realização Profissional) e alta correlação entre os Fatores 1 (Exaustão Emocional) e 2 (Despersonalização). Os três fatores apresentaram cargas fatoriais satisfatórias. No Fator 1 (Exaustão Emocional), enquanto variável latente e responsável por 5 itens negativos do instrumento, apresentou algumas covariâncias entre os itens 1-5 (1. Os meus estudos deixam-me emocionalmente exausto. 5. Os meus estudos deixam-me completamente esgotado.), 2-3 (2. Sinto-me de „rastos” no final de um dia na Academia Militar. 3. Sinto-me cansado quando me levanto de manhã e penso que tenho de enfrentar mais um dia na Academia Militar.) e 2-4 (2. Sinto-me de „rastos” no final de um dia na Academia Militar. 4. Estudar ou assistir a um aula deixam-me tenso.)

Na variável latente Fator 2 (Despersonalização), responsável também por 4 itens negativos no instrumento, não foi verificada covariância entre os itens.

Por último, na variável latente Fator 3 (Realização Profissional), responsável por 6 itens positivos, apresentou covariâncias entre os itens 11-13 (11. Acredito que participo, de forma positiva, nas aulas a que assisto. 13. Sinto-me estimulado quando alcanço os meus objetivos escolares.) e 11-14 (11. Acredito que participo, de forma positiva, nas aulas a que assisto. 14. Tenho aprendido muitas matérias interessantes durante o meu curso.)



**Figura1: Análise Fatorial Confirmatória da MBI em Cadetes da Academia Militar (N=1061)**

A avaliação da qualidade do ajuste encontra-se resumida na Tabela 2. O modelo apresentou bom ajuste em dois dos índices propostos e valores aceitáveis nos outros dois indicadores. Logo, apresentando bons resultados na qualidade de ajustes.

**Tabela 2: Índices de ajuste da AFC de 3 fatores da Escala de *Burnout* (MBI-SS)**

Indicadores	Valor obtido	Valor ideal
RMR	0,057	Menor que 0,05
TLI	0,913	Acima de 0,95
CFI	0,932	Acima de 0,95
RMSEA	0,070	Menor que 0,08

## CONCLUSÃO

A presente pesquisa foi realizada com um dos objetivos em investigar os sintomas de *burnout* em cadetes da Academia Militar das Agulhas Negras da cidade de Resende do Estado do Rio de Janeiro. Essa investigação foi feita através do MBI-SS, onde foram identificadas as três dimensões da síndrome (Exaustão Emocional, Despersonalização e Realização Profissional). Como considera Carlotto e Gobbi (1999), o *burnout* não é um problema do indivíduo, mas sim do seu contexto de trabalho.

Considerando a amostra de cadetes utilizada no presente estudo, podemos afirmar que a versão brasileira do MBI-SS apresenta os requisitos necessários em termos de consistência interna e validade fatorial para ser utilizada na avaliação da síndrome de *burnout* em nossa realidade.

Em relação à estrutura fatorial do *Maslach Burnout Inventory*, a partir da perspectiva empírica tem se demonstrado consensual o quesito da estrutura tri-fatorial, concordante com a sua versão original. No entanto, alguns autores apontam a necessidade de um desfecho de apenas dois fatores, por acharem que a dimensão realização pessoal apresenta uma fraca correlação com as demais dimensões (Halbesleben *et al*, 2005; Maroco *et al*, 2012; Qiao *et al*, 2011; Schaufeli *et al*, 2005). Outros relatam, por conseguinte, que a baixa realização pessoal esteja relacionada ao fator consequência e não uma particularidade do *burnout* (Demerouti *et al*. 2003; Kristensen *et al* 2005; Maroco *et al*, 2012).

Os resultados encontrados estão em concordância com o processo de formação dos cadetes, onde o 1º ano é marcado pela expectativa do cerimonial do espadim em que o melhor classificado entre os cadetes, recebe condecorações e status entre os Oficiais; no 2º ano é o período da escolha da Arma que também está vinculado a nota geral pelo sistema de classificação; no 3º ano, período marcado pela maior

sintomatologia encontrada neste estudo, é a fase em que o cadete aguarda a espera do 4º ano. Possivelmente, este fato se dê em decorrência da futura escolha quanto à cidade em que irá servir quando formado em Oficial e mais uma vez dependendo da classificação geral.

Foi observado que os alunos do 2º e 4º ano apresentam menor sintomatologia de *burnout*, que possivelmente esteja relacionado ao período em que estão mais voltados para a celebração da recompensa de suas atividades profissionais em virtude de seus empenhos de ordem intelectual, físico e social.

Todavia, a hipótese para o agravamento das dimensões de *burnout* no grupo de cadetes do 3º ano, está possivelmente ligada à ausência de estímulos específicos comparado com os demais anos.

Não foram encontrados estudos com o Inventário de *Burnout* de Maslach com a população de cadetes, no entanto, propõe-se que ocorram novas pesquisas na área com a devida população, para que possíveis resultados possam ser comparados no decorrer dos anos e concomitantemente com outras populações, dentro e fora do setor militar. Futuros estudos longitudinais que acompanhem as variações de estresse e *burnout* dos cadetes ano a ano também auxiliarão na compreensão do desenvolvimento dos sintomas.

## REFERÊNCIAS

Academia Militar das Agulhas Negras (2012), Recuperado em 16 de julho, 2016, de <http://www.aman.ensino.eb.br/index.php/corpo-de-cadetes>

\_\_\_\_\_, Recuperado em 16 de julho, 2016, de <http://www.aman.ensino.eb.br/index.php/informacoes/o-cadete>

\_\_\_\_\_, Recuperado em 16 de julho, 2016, de <http://www.aman.ensino.eb.br/index.php/cc/siesp>

Revista Proteção, Recuperado em 28 de setembro, 2017, de [http://www.protecao.com.br/noticias/estatisticas/burnout\\_afeta\\_30\\_dos\\_profissionais\\_brasileiros/Jyy4A5y4/1343](http://www.protecao.com.br/noticias/estatisticas/burnout_afeta_30_dos_profissionais_brasileiros/Jyy4A5y4/1343)

Benevides-Pereira, A.M.T. (2002). *O processo de adoecer pelo trabalho*. In: Benevides-Pereira, A.M.T. (org.). *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem-estar do trabalhador*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Carlotto, M. S.; Câmara, S. G. (2006). *Características psicométricas do Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários brasileiros*. In: *Psico-USF*, v. 11, n. 2, p. 167-173, jul./dez.

\_\_\_\_\_; Gobbi, M. D. (1999). *Síndrome de burnout: um problema do indivíduo ou do seu contexto de trabalho?* *Alethéia*, v. 10, p.103-104.

\_\_\_\_\_; Palazzo, L. S. (2006). *Síndrome de burnout e fatores associados : um estudo epidemiológico com professores*. *Cadernos de Saúde Pública*, v.22, n.5, p.1017-1026.

Codo, W., Vasques-Menezes, I. (1999) *O que é burnout?* Em: CODO, W. (Org), *Educação: Carinho e Trabalho*. Rio de Janeiro: Vozes, P.237-255.

Demerouti, E., Bakker, A. B., Vardakou, I., & Kantas, A. (2003). The convergent validity of two burnout instruments - A multitrait-multimethod analysis. *European Journal of Psychological Assessment*, 19, 12-23. doi: 10.1027//1015-5759.19.1.12 [ [Links](#) ]

Freudenberger, H. J. Richelson, G. (1987). *L'Épuisement professionnel: la brûlure interne*. Tradução Marc Pelletier. Ottawa, ON: Gaëtan Morin.

Halbesleben, J. R. B., & Demerouti, E. (2005) The construct validity of an alternative measure of burnout: Investigating the English translation of the Oldenburg Burnout Inventory. *Work & Stress*, 19, 208-220. doi: 10.1080/02678370500340728 [ [Links](#) ]

Kristensen, T. S., Borritz, M., Villadsen, E., & Christensen, K. B. (2005). The Copenhagen Burnout Inventory: A new tool for the assessment of burnout. *Work and Stress*, 19, 192-207. doi: 10.1080/02678370500297720 [ [Links](#) ]

Maroco, J., & Bonini Campos, J. A. D. (2012). Defining the Student Burnout Construct: A Structural Analysis from Three Burnout Inventories1. *Psychological Reports*, 111, 814-830. doi: 10.2466/14.10.20.pr0.111.6.814-830 [ [Links](#) ]

Maslach, C. (2006). *Promovendo o envolvimento e reduzindo o burnout*. Em Anais do VI Congresso de Stress da ISMA-BR e VIII Fórum Internacional de Qualidade de Vida no Trabalho. Porto Alegre: CD-ROM.

\_\_\_\_\_, & Jackson, S. E. (1986) (2° Ed.). *Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.

\_\_\_\_\_; Jackson, S. E; Leiter, M.P. (1996). *Maslach burnout inventory manual*. 3. Ed. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist's Press.

\_\_\_\_\_ & Leiter, P.M. (1999) *Fonte de Prazer ou Desgaste? Guia para vencer o estresse na empresa*. Campinas, SP: Papirus.

\_\_\_\_\_; Schaufeli, W.B; Leiter, M. P. (2001). *Job burnout*. Annual Review of Psychology, v.5, p. 397-422.

Qiao, H., & Schaufeli, W. B. (2011) The Convergent Validity of Four Burnout Measures in a Chinese Sample: A Confirmatory Factor-Analytic Approach. *Applied Psychology: An International Review*, 60, 87–111. doi: 10.1111/j.1464-0597.2010.00428.x [ [Links](#) ]

Reis R. S, Hino A. A, Añez C. R.(2010) *Perceived stress scale: reliability and validity study in Brazil*. J Health Psychol 2010

Schaufeli, W.B., Bakker, A. B., Hoogdoin, K., Schaap, C. & Kadler, A. (2001). On the clinical validity of the Maslach Burnout Inventory and the burnout Measure. [electronic version]. *Psychology & Health*, 16, 565-582.

\_\_\_\_\_, Martinez, I. M., Marques Pinto, A., Salanova, M., Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students: a cross national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33 (5), 464-481.

\_\_\_\_\_, & Taris, T. (2005) The conceptualization and measurement of Burnout: common ground and worlds apart. *Work & Stress*, 19, 256-262. doi: 10.1080/02678370500385913 [ [Links](#) ]

Silveira, N. M. (2005) et al. *Avaliação de burnout em uma amostra de policiais civis*. Revista Psiquiatra do Rio Grande do Sul, v.27, n.2, p. 159-163.

Tamayo, R. M. (1997). Relação entre a síndrome de burnout e os valores organizacionais no pessoal de enfermagem de dois hospitais públicos. Dissertação de Mestrado Não-Publicada. Instituto de Psicologia, Universidade de Brasília.

Tecedeiro, M. (2005). *Factores psicológicos na síndrome de burnout: o narcisismo como variável preditora da síndrome*. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e Psicopatologia, não publicada. Lisboa: Instituto Superior de Psicologia Aplicada.

Tucunduva, L. T. C. M. (2006). et al. *A síndrome da estafa profissional em médicos cancerologistas brasileiros*. Revista da Associação Brasileira, v. 52, n.2, p.108-112.

## CONCLUSÃO GERAL

Este estudo permitiu verificar que a estrutura fatorial dos dois instrumentos utilizados na pesquisa, PSS-10 e MBI-SS, apresentaram uma boa qualidade de ajuste nesta população específica, assegurando utilização da estrutura fatorial originalmente proposta na população militar.

A avaliação dos dados estresse dos cadetes mostrou que a percepção das estratégias de enfrentamento varia ao longo dos anos na academia militar, sendo o 3º ano aquele com relato de menor capacidade de enfrentamento, portanto, sendo potencialmente aqueles em que podem sofrer com o maior impacto do estresse.

Na avaliação quantitativa dos sintomas de *burnout*, mais uma vez os cadetes do 3º ano apresentaram características peculiares quanto aos demais anos (2º e 4º). Estes demonstraram altos índices de Exaustão Emocional e Despersonalização comparado com os demais anos de formação. Além disso, foram encontrados nesta população, valores significativos de Baixa Realização Profissional equiparado com as duas outras turmas.

Pesquisas não foram encontradas com esta população, demonstrando a necessidade em se desenvolver novos estudos, para que esses fatores possam ser investigados e comparados nesta em amostras militares e com a população em geral.

Em contrapartida, conclui-se que à medida que o estresse e os sintomas de *burnout* têm a sua relevância e reconhecimento socialmente, conseqüentemente aumenta o interesse dos pesquisadores sobre os assuntos, favorecendo para a importância quanto à saúde, o bem-estar e especialmente para as atividades profissionais.

## REFERÊNCIAS GERAIS

Academia Militar das Agulhas Negras (2012), Recuperado em 16 julho, 2016, de

<http://www.aman.ensino.eb.br/index.php/corpo-de-cadetes>

\_\_\_\_\_, Recuperado em 16 de julho, 2016, de <http://www.aman.ensino.eb.br/index.php/informacoes/o-cadete>

\_\_\_\_\_, Recuperado em 16 de julho, 2016, de <http://www.aman.ensino.eb.br/index.php/cc/siesp>

Cohen S, Karmack T, Mermelsteinm R. (1983). A global measure of perceived stress. *J Health SocBehav.*;24(4):385-96.

\_\_\_\_\_, S., Kessler, R.C., & Gordon, L. U. (1995). *Measuring stress*. Oxford: Oxford University Press.

Cox, T., Griffiths, A., & Rial González, E. (2000) *Research on work-related stress*. Luxembourg, Office for Official Publications of the European Communities, European Agency for Safety and Health at Work.

Lazarus RS, Folkman L. (1984). *Stress, coping and adaptation*. New York: Springer.

Lipp, M. E. N. (1996). *Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco*. São Paulo: Papyrus.

\_\_\_\_\_. (2000). *Manual do inventário de sintomas de stress para adultos*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Maes, S. & Van Elderen, T. (1998). Health Psychology and Stress. In: Eysenck, M. (Ed.) *Psychology: an integrated approach* (pp.590-623). New York: Addison Wesley Langmam.

Rosinha, A. J., Abreu, R. S., & Campos, M. (2005) Bem-estar e adaptação psicológica em cadetes da Academia Militar. *Proelium: Revista da Academia Militar*, 9, 205-228.

Selye, H. A. (1936). *Syndrome produced by diverce nervous agents*. Nature.

\_\_\_\_\_. (1965) *Stress – a tensão da vida* (2ª ed.) F. Bronco, trad. São Paulo: Ibrasa.

Carlotto, M. S.; Câmara, S. G. (2006). *Características psicométricas do Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI-SS) em estudantes universitários brasileiros*. In: Psico-USF, v. 11, n. 2, p. 167-173, jul./dez.

\_\_\_\_\_; Palazzo, L. S. (2006). *Síndrome de burnout e fatores associados : um estudo epidemiológico com professores*. Cadernos de Saúde Pública, v.22, n.5, p.1017-1026.

Codo, W., Vasques-Menezes, I. (1999) O que é burnout? Em: CODO, W. (Org), *Educação: Carinho e Trabalho*. Rio de Janeiro: Vozes, P.237-255.

Freudenberger, H. J. Richelson, G. (1987). *L'Épuisement professionnel: la brûlure interne*. Tradução Marc Pelletier. Ottawa, ON: Gaëtan Morin.

Maslach, C., & Jackson, S. E. (1986) (2° Ed.). *Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.

\_\_\_\_\_; Jackson, S. E; Leiter, M.P. (1996). *Maslach burnout inventory manual*. 3. Ed. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist's Press.

\_\_\_\_\_ & Leiter, P.M. (1999) *Fonte de Prazer ou Desgaste? Guia para vencer o estresse na empresa*. Campinas, SP: Papirus.

\_\_\_\_\_; Schaufeli, W.B; Leiter, M. P. (2001). *Job burnout*. Annual Review of Psychology, v.5, p. 397-422.

Reis R. S, Hino A.A, Añez C.R. (2010) *Perceived stress scale: reliability and validity study in Brazil*. J Health Psychol.

Schaufeli, W.B., Bakker, A. B., Hoogdoin, K., Schaap, C. & Kadler, A. (2001). On the clinical validity of the Maslach Burnout Inventory and the burnout Measure. [electronic version]. *Psychology & Health*, 16, 565-582.

\_\_\_\_\_, Martinez, I. M., Marques Pinto, A., Salanova, M., Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students: a cross national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33 (5), 464-481.

Silveira, N. M. (2005) et al. *Avaliação de burnout em uma amostra de policiais civis*. Revista Psiquiatra do Rio Grande do Sul, v.27, n.2, p. 159-163.

Tamayo, R. M. (1997). Relação entre a síndrome de *burnout* e os valores organizacionais no pessoal de enfermagem de dois hospitais públicos. Dissertação de Mestrado Não-Publicada. Instituto de Psicologia, Universidade de Brasília.

Tecedeiro, M. (2005). *Factores psicológicos na síndrome de burnout: o narcisismo como variável preditora da síndrome*. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e Psicopatologia, não publicada. Lisboa: Instituto Superior de Psicologia Aplicada.

Tucunduva, L. T. C. M. (2006). et al. *A síndrome da estafa profissional em médicos cancerologistas brasileiros*. Revista da Associação Brasileira, v. 52, n.2, p.108-112.