

Estado da publicação: O preprint foi publicado em um periódico como um artigo
DOI do artigo publicado: <https://doi.org/10.1590/0102-469852443>

ANÁLISE DO PAPEL MEDIADOR DA RESILIÊNCIA NA RELAÇÃO ENTRE APOIO SOCIAL E BURNOUT EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Telma Regina Fares Gianjacomio, Renne Rodrigues, Camilo Molino Guidoni, Edmarlon Giroto

<https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.8640>

Submetido em: 2024-04-20

Postado em: 2024-04-23 (versão 1)

(AAAA-MM-DD)

ANÁLISE DO PAPEL MEDIADOR DA RESILIÊNCIA NA RELAÇÃO ENTRE APOIO SOCIAL E BURNOUT EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

TELMA REGINA FARES GIANJACOMO¹

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8931-3390>
<telma.gianjacomo@uel.br>

RENNE RODRIGUES²

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1390-5901>
<renne2r@gmail.com>

CAMILO MOLINO GUIDONI³

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5844-143X>
<camiloguidoni@uel.br>

EDMARLON GIROTTO⁴

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9345-3348>
<edmarlon78@gmail.com>

¹Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva, Universidade Estadual de Londrina (UEL), Londrina (PR), Brasil.

²Universidade Federal da Fronteira do Sul (UFFS), *Campus* Chapecó, Chapecó (SC), Brazil.

³Departamento de Ciências Farmacêuticas (DCF), Universidade Estadual de Londrina (UEL), Londrina (PR), Brasil.

⁴Departamento de Ciências Farmacêuticas (DCF), Universidade Estadual de Londrina (UEL), Londrina (PR), Brasil.

RESUMO: Esta pesquisa teve como objetivo avaliar o papel mediador da resiliência no efeito do suporte social e a relação com o burnout acadêmico. Para tal, foi realizado um estudo transversal com estudantes matriculados em cursos de graduação de uma universidade pública paranaense, participantes do projeto GraduaUEL - Análise da Saúde e Hábitos de Vida dos Estudantes de Graduação da Universidade Estadual de Londrina, entrevistados no ano de 2019. A variável dependente deste estudo foi a exaustão acadêmica, mensurada por meio do questionário *Copenhagen Inventory Burnout* (CBI-S). A independente foi o apoio social, medido pela escala de apoio Social (MOS-SSS), e o efeito mediador da resiliência foi verificado a partir da escala CD-RISC-1. Foram realizadas análise fatorial exploratório (AFE) e análise fatorial confirmatória (AFC) para obter o modelo com melhores resultados através do software Mplus, com intervalo de confiança de 95% (IC95%). O apoio social total afetou significativamente e positivamente a resiliência, enquanto a resiliência teve um efeito significativamente negativo no burnout. Foi observado que o efeito direto do suporte social no burnout e efeito indireto do suporte social no burnout por meio da resiliência foram significativos, a resiliência medeia essa relação em aproximadamente 54,9%. Em suma, o apoio social e a resiliência têm efeito sobre o burnout acadêmico, dessa forma a exaustão dos estudantes universitários pode ser reduzida ampliando-se o apoio social e a resiliência entre os estudantes universitários.

Palavras-chave: Estudantes, *Burnout* acadêmico, Apoio Social, Resiliência.

ANALYSIS OF THE MEDIATING ROLE OF RESILIENCE IN THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND BURNOUT IN UNIVERSITY STUDENTS

ABSTRACT: This research aimed to assess the mediating role of resilience in the relationship between social support and academic burnout. To do so, a cross-sectional study was conducted with

undergraduate students enrolled at a public university in Paraná, Brazil, who were participants in the GraduaUEL project - Analysis of Health and Lifestyle Habits of Undergraduate Students at the State University of Londrina, interviewed in the year 2019. The dependent variable of this study was academic exhaustion, measured through the Copenhagen Inventory Burnout questionnaire (CBI-S). The independent variable was social support, measured using the Medical Outcomes Study Social Support Survey (MOS-SSS), and the mediating effect of resilience was assessed using the CD-RISC-1 scale. Both exploratory factor analysis (EFA) and confirmatory factor analysis (CFA) were conducted to obtain the model with the best fit using Mplus software, with a 95% confidence interval (CI95%). Total social support significantly and positively influenced resilience, while resilience had a significantly negative effect on burnout. It was observed that the direct effect of social support on burnout and the indirect effect of social support on burnout through resilience were significant, with resilience mediating this relationship by approximately 54.9%. In conclusion, social support and resilience have an impact on academic burnout; thus, reducing university students' exhaustion can be achieved by enhancing both social support and resilience among them.

Keywords: Students, Student Burnout, Social Support, Resilience.

ANÁLISIS DEL PAPEL MEDIADOR DE LA RESILIENCIA EN LA RELACIÓN ENTRE EL APOYO SOCIAL Y EL AGOTAMIENTO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

RESUMEN: Esta investigación tuvo como objetivo evaluar el papel mediador de la resiliencia en la relación entre el apoyo social y el agotamiento académico. Para ello, se realizó un estudio transversal con estudiantes universitarios inscritos en una universidad pública en Paraná, Brasil, que participaron en el proyecto GraduaUEL - Análisis de la Salud y los Hábitos de Vida de los Estudiantes de Grado en la Universidad Estatal de Londrina, entrevistados en el año 2019. La variable dependiente de este estudio fue el agotamiento académico, medido a través del cuestionario de Inventario de Burnout de Copenhague (CBI-S). La variable independiente fue el apoyo social, medido mediante la Encuesta de Apoyo Social del Estudio de Resultados Médicos (MOS-SSS), y el efecto mediador de la resiliencia se evaluó utilizando la escala CD-RISC-1. Se llevaron a cabo análisis factorial exploratorio (AFE) y análisis factorial confirmatorio (AFC) para obtener el modelo con el mejor ajuste utilizando el software Mplus, con un intervalo de confianza del 95% (IC95%). El apoyo social total influyó significativa y positivamente en la resiliencia, mientras que la resiliencia tuvo un efecto significativamente negativo en el agotamiento. Se observó que el efecto directo del apoyo social en el agotamiento y el efecto indirecto del apoyo social en el agotamiento a través de la resiliencia fueron significativos, con la resiliencia mediando esta relación en aproximadamente un 54,9%. En conclusión, el apoyo social y la resiliencia tienen un impacto en el agotamiento académico; por lo tanto, reducir el agotamiento de los estudiantes universitarios puede lograrse mejorando tanto el apoyo social como la resiliencia entre ellos.

Palabras clave: Estudiantes, Burnout, Apoyo Social, Resiliencia.

INTRODUÇÃO

O ingresso no ensino superior constitui uma fase de diversas mudanças na vida dos estudantes, experienciando alterações na vida pessoal, sendo necessário desenvolverem novas relações e habilidades. Durante essa jornada os estudantes passam por diversos desafios, os quais exigem processos adaptativos intensos que podem levar a comportamentos não saudáveis, que são capazes de

causar danos a sua saúde física e emocional (ALMEIDA, 2014; DE OLIVEIRA et al., 2014; MARÔCO et al., 2020; TEIXEIRA et al., 2008; VELANDO-SORIANO et al., 2023)

Diante deste cenário, o estudante está mais susceptível ao esgotamento acadêmico, um fenômeno relativamente comum em universitários (HWANG; KIM, 2022; KONG et al., 2023; LIU et al., 2023). Estudo de revisão encontrou que a prevalência geral de burnout acadêmico apresenta grande variação, de 2,5% a 57,2%. Nesse mesmo estudo os principais fatores relacionados com o esgotamento emocional estiveram, em sua maioria, envolvidos com questões diretamente relacionadas à vida acadêmica (MOURA et al., 2019).

Embora os primeiros estudos sobre o burnout tenham sido relacionados no campo da saúde do trabalhador, o burnout também tem sido encontrado em outras áreas, como na população de estudantes (FARRELL et al., 2019; KILIC et al., 2021; KONG et al., 2023). De fato, diversas pesquisas identificaram que os alunos que sofrem burnout experimentam altos níveis de exaustão e cinismo, e sentem uma falta de eficácia com respeito às suas atividades acadêmicas, implicando em ser incapaz de produzir realizações acadêmicas desejáveis (ALAHMARI et al., 2022; ALMUTAIRI et al., 2022; SHIN et al., 2011). Estudos realizados com estudantes encontraram associação estatisticamente significativa do burnout sobre a intenção de abandono do curso. Como forma de minimizar os efeitos do burnout foi identificado o papel protetivo do apoio social e da resiliência (ABREU ALVES et al., 2022; ALTHARMAN et al., 2023)

Abreu Alves et al. (2022) evidenciaram que quanto maior o nível satisfação com o apoio social e envolvimento acadêmico, menor a intenção de abandono, sugerindo que o apoio social atenua o impacto do burnout sobre intenção de abandono. A satisfação do apoio social pode prevenir diretamente o esgotamento e promover o envolvimento acadêmico, enfatizando o papel substancial que família, amigos e outros colegas têm em estudantes. Nesse contexto, estudos mostram que o suporte social confere um fator de proteção para os efeitos negativos do estresse e exaustão emocional (CHU et al., 2021; CHUNMING et al., 2017; KIM et al., 2018). O suporte social é o cuidado, apoio e assistência de familiares, amigos ou comunidade, que pode fortalecer jovens para processar o estresse (CHU et al., 2021). Além disso, o apoio social promove contatos sociais positivos entre os alunos, o que contribui para o equilíbrio emocional e a redução do esgotamento (KIM et al., 2018)

Segundo a Organização Mundial da Saúde, o estilo de vida e o suporte social desempenham um papel fundamental na saúde (OMS, 2009), sendo capaz de aumentar a resiliência, ajudando a proteger do desenvolvimento de psicopatologias (BULE; RULIATI; BENU, 2021). A resiliência é uma característica que reflete a capacidade dos indivíduos de lidar ativamente com as adversidades e se recuperar rapidamente, se adaptando de forma saudável a desafios, estresse ou traumas (ABURN; GOTT; HOARE, 2016). Também é definida como uma capacidade dinâmica que pode permitir que as pessoas prosperem em desafios dados contextos sociais e pessoais apropriados, sugerindo que a resiliência pode ser aprendida ou mudada e depende de fatores pessoais e fatores sociais (TROY et al., 2023).

Indivíduos com alta resiliência se engajam em um processo de reestruturação ao se depararem com fontes de estresse e dificuldades, passam por experiências mais positivas e, conseqüentemente, respondem ativamente aos resultados, que se mostram mais flexíveis e com maior autoeficácia (ABURN; GOTT; HOARE, 2016; HUGHES et al., 2021). Quando não possuem resiliência adequada

para o enfrentamento de eventos estressantes, indivíduos são mais propensos as consequências mentais e psicológicas negativas destes eventos (DIAS et al., 2022; LI; HASSON, 2020).

Atributos de resiliência incluem suporte social, recuperação, enfrentamento ou adaptação, autodeterminação e perspectivas positivas (CALDEIRA; TIMMINS, 2016). Ainda, o apoio social é um dos mecanismos protetores mais citados fatores dentro do campo da resiliência (BULE; RULIATI; BENU, 2021; SABOURIPOUR; ROSLAN, 2015). Bohlken et al. (2020) encontraram que a resiliência e o suporte social desempenham papel de variáveis mediadores no processo de enfrentamento de estresse, depressão e ansiedade por profissionais da saúde. Diante deste contexto, avaliar o efeito do suporte social nos estudantes com burnout acadêmico e as variáveis que podem apresentar um papel mediador neste processo pode ajudar a aliviar os efeitos negativos e garantir a qualidade e manutenção dos cuidados de saúde durante a jornada acadêmica. Portanto, o presente estudo teve como objetivo avaliar o papel mediador da resiliência no efeito do suporte social e a relação com o burnout acadêmico de estudantes universitários.

MÉTODOS

Delineamento de Estudo

Trata-se de um estudo epidemiológico, observacional, individuado e de delineamento transversal, parte do projeto de pesquisa intitulado “GraduaUEL: Análise da Saúde e Hábitos de Vida dos Estudantes de Graduação da Universidade Estadual de Londrina”, realizado com estudantes universitários matriculados nos cursos de graduação da Universidade Estadual de Londrina (UEL), no ano de 2019.

População e Local do Estudo

A UEL, durante a execução da pesquisa, possuía 50 cursos de graduação presenciais e um à distância. Foram incluídos todos os estudantes com idade igual ou superior a 18 anos e com matrícula ativa em cursos de graduação no ano de 2019. Não foi realizado processo de amostragem para a população de estudo, e todos os 12.536 estudantes elegíveis foram convidados a participar da pesquisa.

Instrumento de coleta

O instrumento de pesquisa foi constituído por um questionário estruturado, disponibilizado de forma eletrônica e online aos participantes, e dividido nos seguintes conteúdos: caracterização geral e acadêmica, hábitos de vida e qualidade do sono, consumo de medicamentos, violências, apoio social e resiliência, saúde mental e satisfação corporal. O instrumento foi avaliado por especialistas em estudos epidemiológicos como forma de validá-lo para aplicação na população de estudo.

Pré-teste e Estudo Piloto

Foi realizado pré-teste em um curso de graduação na área da saúde em uma instituição privada localizada no município de Londrina-PR. Os participantes foram instruídos a preencher o questionário e apontar as dúvidas ao avaliador a fim de identificar as dificuldades no preenchimento do instrumento.

O estudo piloto foi realizado em uma universidade federal localizada próxima ao município de Londrina. A aplicação do questionário no piloto foi efetuada durante um evento de promoção da saúde realizado pela instituição. Foram verificadas a clareza das questões e logística da coleta dos dados (tempo de resposta e desempenho da plataforma digital).

Coleta de Dados

A coleta de dados foi realizada no período de 29 de abril a 27 de junho de 2019. O instrumento de coleta foi disponibilizado aos estudantes de graduação por meio eletrônico. Para o acesso ao questionário, foi gerado um código de barras bidimensional *Quick Response Code* (QR Code) e disponibilizado link de forma reduzida para digitação direta no navegador e hyperlink localizado na página do Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da UEL.

Variáveis do Estudo

A variável dependente deste estudo foi a exaustão acadêmica, mensurada por meio do questionário *Copenhagen Inventory Burnout* (CBI-S) adaptada para estudantes e validada no Brasil (CAMPOS; CARLOTTO; MARÔCO, 2013). Este questionário é composto por 25 questões divididas em 4 domínios, sendo eles: *burnout* pessoal (6 itens), *burnout* relacionado aos estudos (7 itens), *burnout* relacionado aos colegas (6 itens) e *burnout* relacionado aos professores (6 itens). Para cada questão, aceitavam-se as respostas “nunca, raramente, algumas vezes, frequentemente, sempre”, pontuando-se de 1 a 5, respectivamente.

A variável independente utilizada foi o apoio social, mensurada por meio da escala de apoio Social (MOS-SSS) desenvolvida para o *Medical Outcomes Study* (MOS-SSS) por Sherbourne; Stewart, (1991) e adaptada para a população brasileira (GRIEP et al., 2005). O instrumento é composto por 19 questões que o participante deve responder a partir de uma instrução inicial: "Se você precisar, com que frequência conta com alguém?", assinalando uma das cinco respostas possíveis de acordo com uma escala Likert de cinco pontos: 0 ("nunca"); 1 ("raramente"); 2 ("às vezes"); 3 ("quase sempre") e 4 ("sempre"). Embora não existam estudos de normatização para população brasileira assume-se que maiores índices no score total dos respectivos fatores indicam maior percepção do tipo de apoio (ZANINI; PEIXOTO; NAKANO, 2018; ZANINI; PEIXOTO, 2016; ZANINI; VEROLLA-MOURA; QUEIROZ, 2009).

A variável mediadora foi a resiliência, mensurada por meio de uma escala adaptada para o Brasil por Lopes; Martins (2011) a partir da escala CD-RISC-10 de Connor; Davidson (2003), publicada originalmente em 2003, nos Estados Unidos. O instrumento é composto por 10 questões que avaliam a percepção dos indivíduos sobre sua capacidade de adaptação à mudança, de superar obstáculos, de se recuperarem após doenças, lesões ou outras dificuldades, entre outras (CAMPBELL-SILLS; STEIN, 2007). O instrumento é autoaplicável e os participantes registram suas respostas em uma escala de 0 (nunca é verdade) a 4 (sempre é verdade). Os resultados são apurados somando-se a pontuação

apontada pelos participantes em cada item e podem variar entre zero e quarenta pontos; sendo que pontuações elevadas indicam alta resiliência (LOPES; VALIDATION, 2011).

Foram utilizadas como covariáveis: idade, sexo, situação conjugal, trabalho remunerado, fonte de renda, residência, prática de atividade física, autopercepção da qualidade do sono, série de estudo, satisfação com o curso; satisfação com o desempenho; diagnóstico médico de depressão.

Processamento e Análise de Dados

A planilha de dados foi gerada pela plataforma digital utilizada para a coleta de dados e exportada para o programa Microsoft Office Excel. De forma manual, pela equipe de pesquisadores, houve a conferência e exclusão de questionários que apresentavam inconsistências, respostas duplicadas ou triplicadas, mantendo-se apenas o primeiro preenchimento. O processamento e análise de dados foram realizados pelo programa *IBM Statistical Package for the Social Sciences* - SPSS, versão 19.0 para Windows®.

Foi realizada a análise descritiva das variáveis por distribuição de frequências absolutas, relativas, média e desvio padrão. O teste de Kolmogorov-Smirnov foi utilizado para avaliar a distribuição dos dados das variáveis independente, mediadora e dependente. Nestes casos, para a variável dependente (burnout), considerou-se o score total desta variável, não utilizando seus domínios. Nestas análises, verificou-se que todas as variáveis de interesse apresentaram distribuição não paramétrica.

Para comparações entre a média de burnout total e as categorias das covariáveis foi aplicado o teste de Mann-Whitney, conforme distribuição não paramétrica dos dados. Para comparações com as covariáveis que apresentavam mais de duas categorias optou-se pelo teste não paramétrico de Kruskal-Wallis. Foram considerados significativos testes com significância estatística de 5% ou p-valor $<0,05$. A confiabilidade da escala de resiliência foi analisada pelo coeficiente Alfa de Cronbach, com resultado de 0,888.

As correlações entre as variáveis independente, mediadora e dependente e seus domínios foram examinadas pelas análises de Correlação de Spearman, utilizados para variáveis não paramétricas. A Análise Fatorial Confirmatória (AFC) foi realizada nos modelos propostos na etapa anterior utilizando o estimador de média ponderada de mínimos quadrados e ajuste de variância (WLSMV) com matriz de correlação policórica. Os parâmetros estimados pelos modelos propostos na AFC incluíram cargas padronizadas com os respectivos intervalos de confiança de 95% (IC95%), erro padrão (SE) e correlações entre os fatores. Cargas fatoriais $> 0,40$ foram consideradas satisfatórias. Para analisar o ajuste dos modelos testados na AFC, foram utilizados quatro índices: a raiz do erro quadrático médio de aproximação (RMSEA; $<0,08$ ideal e $<0,10$ aceitável), o índice de ajuste comparativo (CFI; $>0,95$ adequado) e o Índice de Tucker-Lewis (TLI; $>0,90$ adequado). Análise residual foi realizada. A partir de um modelo conceitual (Figura 1), foram realizadas configurações objetivando a melhoria dos índices de ajuste e resíduos, até a obtenção do modelo com melhores resultados (Figura 2). As AFE e AFC foram realizadas no software Mplus.

Aspectos Éticos

O projeto de pesquisa “GraduaUEL: Análise da Saúde e Hábitos de Vida dos Estudantes de Graduação da Universidade Estadual de Londrina” foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Londrina, Londrina-PR (CAAE nº 04456818.0.0000.5231).

Figura 1 – Modelo teórico representando a relação entre apoio social e burnout mediada pela resiliência e covariáveis.

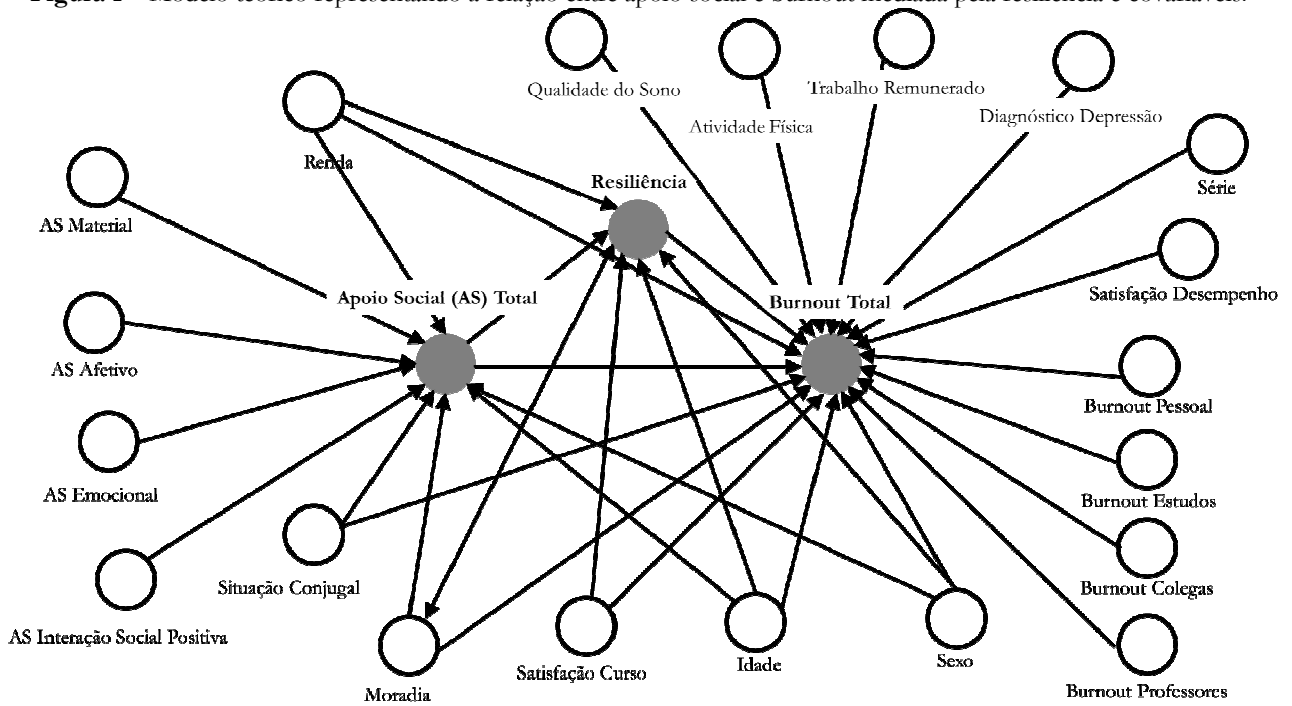
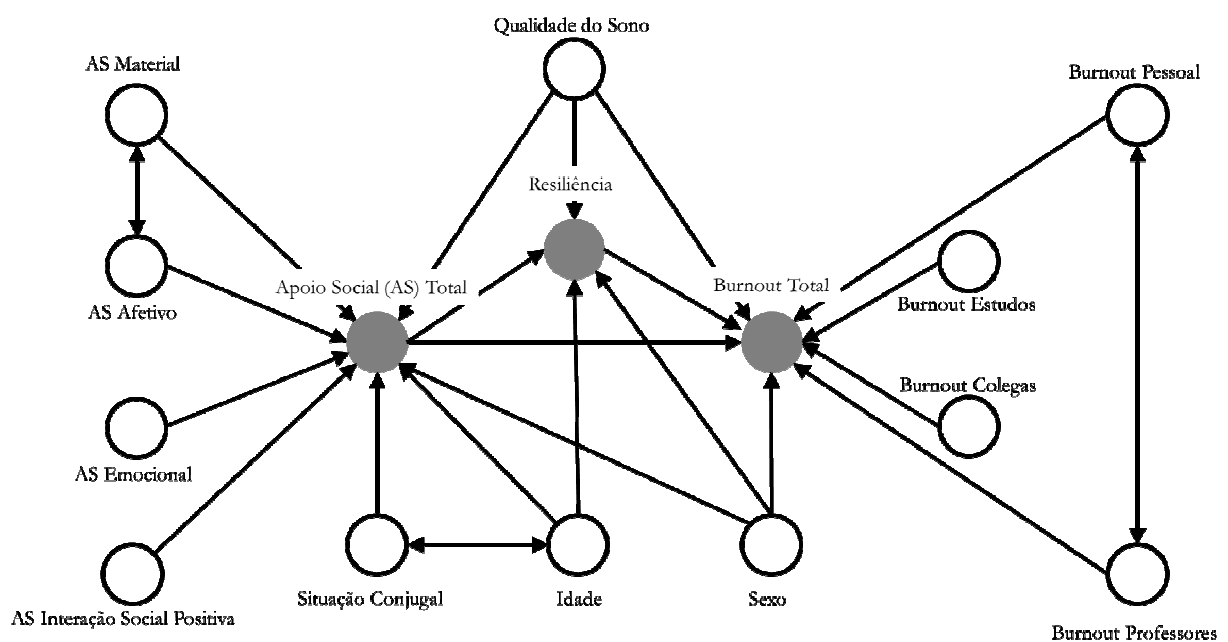


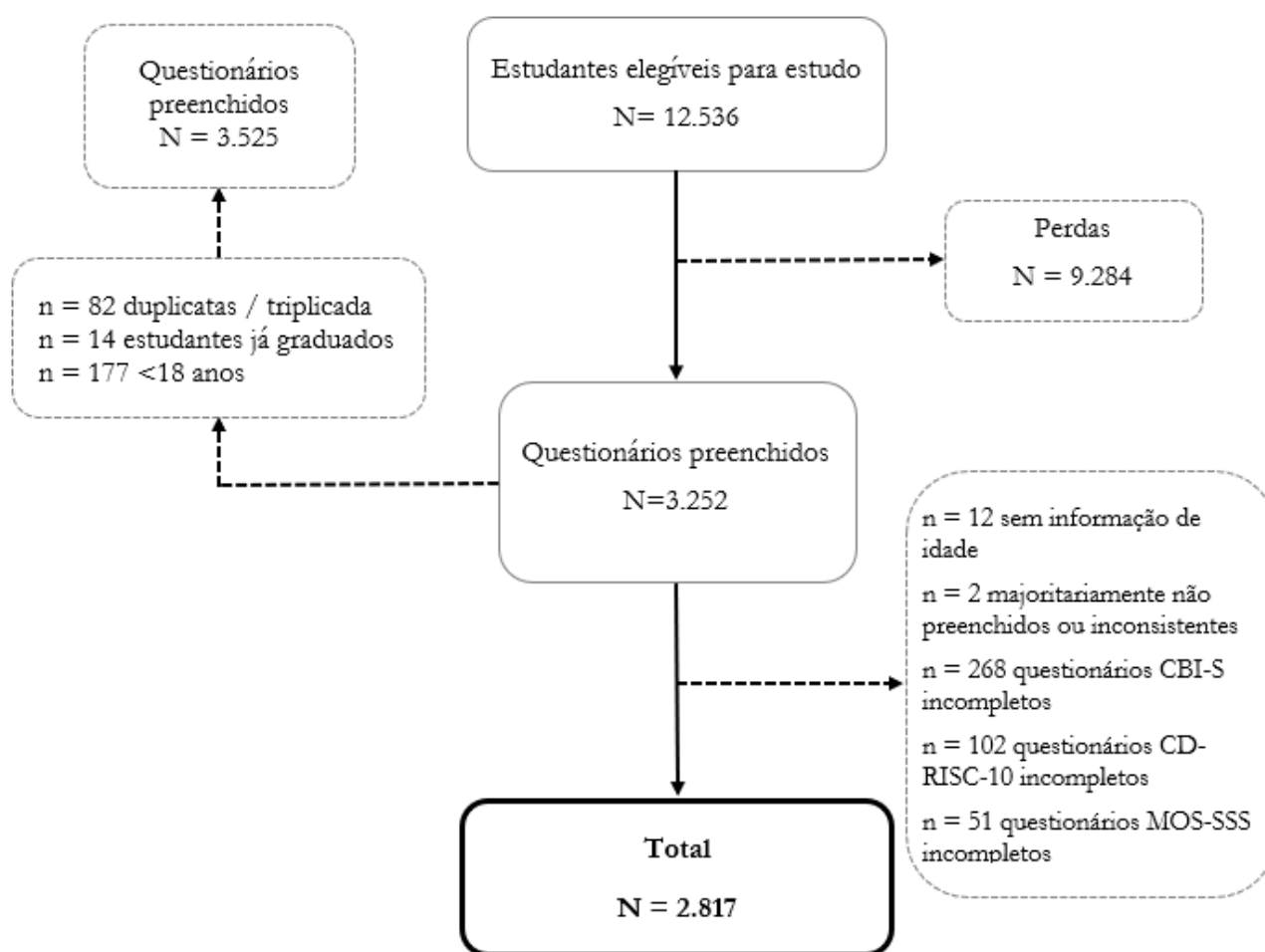
Figura 2 - Modelo teórico final representando a relação entre apoio social e burnout mediada pela resiliência e covariáveis.



RESULTADOS

Entre os 12.536 indivíduos elegíveis a participar do estudo, 3.525 responderam à pesquisa e, considerando as perdas (82 questionários duplicados/ triplicados, 14 por alunos de pós-graduação, 177 por estudantes menores de 18 anos, 12 por falta de informação de idade, 02 por inconsistências e 421 não responder as variáveis avaliadas), a população de análise foi constituída por 2.817 indivíduos (taxa de resposta de 22,5%) (Figura 3).

Figura 3 - Fluxograma da população participante no estudo GraduaUEL, 2019, Londrina/PR.



Os estudantes apresentaram idade média de $21,9 \pm 4,5$ anos, com a maioria 45,1% apresentando entre 18 e 20 anos, do sexo feminino (67,9%), solteiros (94,4%) e moravam com familiares (67,1%) (Tabela 1).

Na análise da média de burnout total em relação às covariáveis, identificou-se maiores escores nos estudantes com idade de 21 a 23 anos, do sexo feminino, divorciados/separados, que não praticam atividade física, com pior qualidade do sono, séries de estudo mais avançadas, menos satisfeitos com o curso e com o desempenho acadêmico, e com diagnóstico médico de depressão (Tabela 1).

Tabela 1 - Características descritivas da amostra do estudo, GraduaUEL segundo médio de Burnout Total, 2019.

(N=2.817).

Variáveis	n (%)	Burnout total	
		Média (DP)	Valor de p*
Idade (anos)			<0,001
18 a 20 anos	1.271 (45,1)	78,27 (19,29)	
21 a 23 anos	969 (34,4)	82,06 (19,09)	
24 anos ou mais	577 (20,5)	78,70 (20,27)	
Sexo			<0,001
Feminino	1.913 (67,9)	82,89 (18,45)	
Masculino	904 (32,1)	72,84 (19,91)	
Situação conjugal			0,031
Solteiro, sem namorado	1.479 (52,5)	79,14 (19,48)	
Solteiro, com namorado	1.179 (41,9)	80,71 (19,40)	
Casado/união estável	142 (5,0)	76,19 (19,44)	
Divorciado/separado	17 (0,6)	82,12 (24,84)	
Trabalho remunerado			0,926
Não	1.825 (64,8)	79,57 (19,64)	
Sim	992 (35,2)	79,83 (19,26)	
Fonte de renda			0,296
Totalmente com recurso próprio	343 (12,2)	78,80 (20,45)	
Totalmente com recurso de familiares/amigos/outros	1.437 (51,0)	80,12 (19,83)	
Com recurso próprio e de familiares/amigos/outros	1.037 (36,8)	79,31 (18,70)	
Residência			0,803
Sozinho	350 (12,4)	80,29 (20,44)	
Amigos/colegas	472 (16,8)	80,07 (18,69)	
Familiares	1.890 (67,1)	79,39 (19,53)	
Outros	105 (3,7)	80,67 (19,48)	
Prática atividade física			0,009
Não pratica	1.450 (51,4)	85,54 (18,79)	
Uma vez por semana	448 (15,9)	77,40 (17,98)	
Duas a três vezes por semana	582 (20,7)	77,77 (20,90)	
Quatro ou mais vezes por semana	337 (12,0)	73,54 (19,81)	
Autopercepção da qualidade do sono			<0,001
Muito boa	177 (6,3)	63,57 (18,62)	
Boa	1.344 (47,7)	74,53 (18,58)	
Ruim	1.065 (37,8)	85,53 (17,13)	
Muito Ruim	231 (8,2)	94,79 (16,56)	
Série de estudo			<0,001
1ª série	618 (22,0)	70,82 (19,10)	
2ª série	672 (23,9)	80,73 (18,37)	
3ª série	617 (22,0)	81,33 (18,97)	
4ª série	650 (23,2)	83,07 (19,03)	
5ª série	228 (8,1)	85,84 (19,10)	
6ª série	21 (0,7)	88,67 (16,75)	
Satisfação com o curso			<0,001
Muito satisfeito	667 (23,7)	71,67 (19,40)	
Satisfeito	1.383 (49,1)	78,21 (18,28)	

Nem satisfeito, nem insatisfeito	584 (20,8)	87,07 (17,48)
Insatisfeito Muito insatisfeito	141 (5,0)	95,70 (15,80)
Muito insatisfeito	39 (1,4)	101,00 (17,89)
Satisfação com o desempenho		<0,001
Muito satisfeito	158 (5,6)	66,32 (19,33)
Satisfeito	1.026 (36,4)	73,56 (18,75)
Nem satisfeito, nem insatisfeito	943 (33,5)	81,16 (18,24)
Insatisfeito	563 (20,0)	88,31 (17,09)
Muito insatisfeito	125 (4,4)	96,46 (14,78)
Diagnóstico médico de depressão		<0,001
Não	2.507 (89,0)	78,24 (19,31)
Sim	310 (11,0)	91,15 (17,11)

* Teste de Mann-Whitney e Kruskal-Wallis.

A análise de correlação de Spearman mostrou que as quatro dimensões de burnout foram diretamente correlacionadas com o burnout total ($p < 0,001$). Além disso, os resultados mostraram que todas as quatro dimensões de apoio social também foram correlacionadas com o burnout total ($p < 0,001$). A resiliência foi correlacionada diretamente ao apoio social em todas as dimensões de apoio social ($p < 0,001$) e inversamente ao burnout total e todas suas dimensões ($p < 0,001$). Não foi detectada correlação apenas entre a dimensão burnout relacionado aos estudos e apoio social interação social positiva (Tabela 2).

Tabela 2 - Média, desvio padrão (DP) e correlação de Spearman entre as variáveis independente, mediadora e dependente†. (N=2.817)

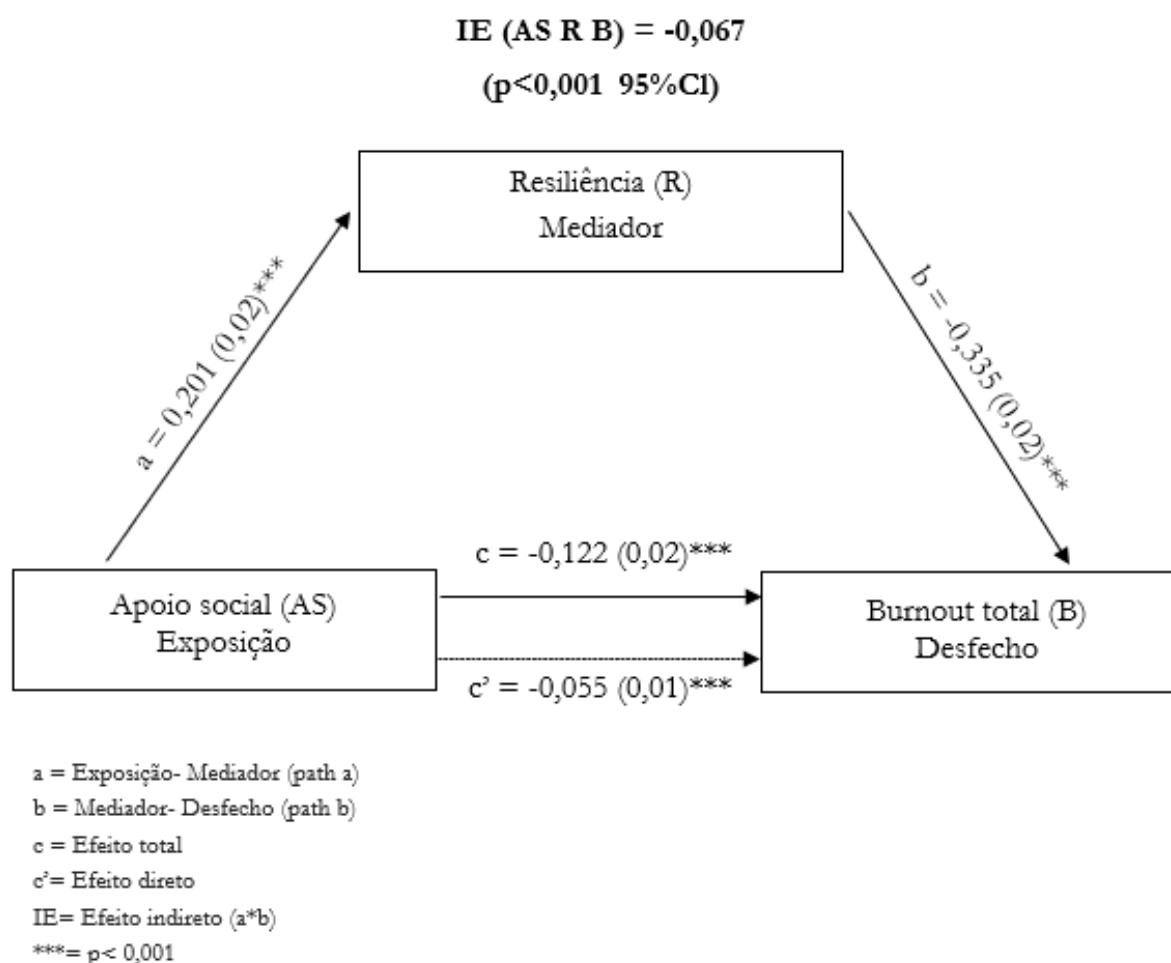
Variável	Média	DP	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Burnout total	79,66	19,50	1								
2. Burnout pessoal	21,51	5,67	0,874 ***	1							
3. Burnout estudos	23,63	5,73	0,896 ***	0,720 ***	1						
4. Burnout colegas	15,43	6,13	0,466 ***	0,381 ***	0,341 ***	1					
5. Burnout professores	14,64	6,26	0,723 ***	0,411 ***	0,510 ***	0,355 ***	1				
6. AS material	11,08	4,90	-0,079 ***	-0,093 ***	-0,048 *	-0,072 ***	-0,047 *	1			
7. AS afetivo	9,49	3,28	-0,077 ***	-0,100 ***	-0,042 *	-0,105 ***	-0,043 *	0,505 ***	1		
8. AS emocional	21,55	9,32	-0,154 ***	-0,187 ***	-0,102 ***	-0,103 ***	-0,079 ***	0,398 ***	0,609 ***	1	
9. AS Interação Social Positivo	12,15	4,33	-0,092 ***	-0,125 ***	-0,035	-0,114 ***	-0,052 **	0,379 ***	0,597 ***	0,623* **	1
10. Resiliência	20,20	7,97	-0,438 ***	-0,460 ***	-0,390 ***	-0,229 ***	-0,221 ***	0,070 ***	0,121 ***	0,202 ***	0,140 ***

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$; † Teste de Correlação de Spearman. AS = Apoio Social

O apoio social total afetou significativamente e positivamente a resiliência ($a = 0,201$, $SE = 0,018$, $p < 0,001$), este resultado mostra que a resiliência aumenta à medida que aumenta o score de

suporte social (caminho a). Já a resiliência teve um efeito significativamente negativo no burnout ($b = -0,335$, SE 0,02, $p < 0,001$), assim, o burnout diminuiu à medida que a resiliência aumenta (caminho b). Foi observado que o efeito direto do suporte social no burnout (caminho c') foi significativo ($c' = -0,055$, SE 0,001, $p < 0,001$). Na etapa final, o efeito indireto do suporte social no burnout por meio da resiliência foi examinado (ab) como significativo ($b = -0,067$, $p < 0,001$). Dessa forma, observamos que a resiliência medeia a relação entre o suporte social e o burnout em aproximadamente 54,9% (Figura 4).

Figura 4 - Representação visual do modelo estrutura: papel mediador da resiliência no efeito do apoio social material com o burnout total.



DISCUSSÃO

Neste estudo investigamos se a resiliência tem um papel mediador no efeito do apoio social em relação ao burnout acadêmico. De acordo com os resultados, o burnout diminuiu à medida que o nível de apoio social e a resiliência aumentam.

Estudos evidenciaram que o apoio social tem um papel protetor no burnout e reduz os efeitos negativos (ABREU ALVES et al., 2022b; ANDRADE et al., 2023; CHUNMING et al., 2017; KILIC et al., 2021; YE; HUANG; LIU, 2021). Investigação com 342 estudantes de medicina encontrou que o apoio social foi um fator de proteção para todos os níveis de esgotamento acadêmico (KILIC et al.,

2021). Esses achados estão de acordo com os deste estudo, de que o suporte social apresentou um efeito de proteção ao burnout acadêmico.

O apoio social é promotor da saúde porque facilita comportamentos mais saudáveis, como exercícios, alimentação correta, além de melhor aderência aos regimes médicos. Indivíduos socialmente integrados (aqueles com mais laços sociais) vivem mais, têm melhores resultados de saúde mental e mostram maior resistência a uma variedade de doenças somáticas (UCHINO, 2006), dessa forma sugere-se que a falta de apoio social constitui um fator de risco importante para a saúde.

Pesquisa na área identificou que a presença ou ausência de apoio social pode alterar sistemas neurais e endócrinos que afetam as doenças, como o sistema nervoso simpático e o hipotálamo-hipófise-eixo adrenal. Ter ou perceber pessoas próximas que podem fornecer ajuda ou cuidados, particularmente em momentos de estresse, pode amortecer o impacto negativo dos estressores, reduzindo assim as respostas fisiológicas ao estresse que têm implicações para a saúde. Assim, o apoio social recebido ou percebido pode reduzir a atividade neural em regiões que respondem a ameaças básicas de sobrevivência, que pode beneficiar a saúde através da ativação de regiões neurais que respondem à segurança e inibem a resposta neural e fisiológica relacionada à ameaça (EISENBERGUER, 2013).

O suporte social pode ser oferecido pela família, e também por professores e amigos, e esse contato social positivo contribui para o equilíbrio emocional entre os estudantes (KILIC et al., 2021; KIM et al., 2018; YE; HUANG; LIU, 2021). Essas relações possibilitam não só o sentimento de pertencer a um grupo, mas também o apoio em caso de dificuldades (OLIVEIRA; DIAS, 2014). Dessa forma, pode-se compreender que as atitudes do estudante em relação ao curso, ao vínculo com colegas, professores, e ao ambiente acadêmico tem uma relação com a adaptação acadêmica e contribui com a permanência dos estudantes em seus cursos, facilitando o enfrentamento das dificuldades durante essa fase de transição, sendo capaz de diminuir os efeitos estressores que estão diretamente relacionados com o burnout acadêmico (DE OLIVEIRA; DOS SANTOS; DIAS, 2016; KILIC et al., 2021).

O ambiente acadêmico pode promover uma rede de relações de apoio para promover o bem-estar e auxiliar na adaptação do estudante (DE OLIVEIRA; DOS SANTOS; DIAS, 2016; SAHÃO; KIENEN, 2021). Nesse sentido, o apoio social e a resiliência são importantes ferramentas para essa adaptação, que pode contribuir para minimizar os impactos negativos que essa fase pode causar nos estudantes (HUGHES et al., 2021). Inclusive, estudos indicam que estudantes universitárias com níveis mais elevados de apoio social apresentaram níveis mais elevados de resiliência do que aqueles com níveis mais baixos de apoio social (LIU; CAO, 2022; OZSABAN; TURAN; KAYA, 2019).

Os fatores da resiliência podem ser internos (estabilidade mental) ou externo (apoio dos pares) (OZSABAN; TURAN; KAYA, 2019; PERRY et al., 2023), ainda, o apoio social é um dos mecanismos protetores mais citados fatores dentro do campo da resiliência (BULE; RULIATI; BENU, 2021; CALDEIRA; TIMMINS, 2016; SABOURIPOUR; ROSLAN, 2015). Um nível mais elevado de apoio social conduz a uma resiliência mais forte (BULE; RULIATI; BENU, 2021), o que, por sua vez, pode reduzir o esgotamento acadêmico. Bohlken et al. (2020) encontraram que a resiliência e o suporte social desempenham papel de variáveis mediadoras no processo de enfrentamento de estresse, depressão e ansiedade por profissionais da saúde.

Um estudo realizado com enfermeiros durante a pandemia evidenciou que os profissionais valorizam o apoio social recebido durante esse período de estresse e que isto foi correlacionado

positivamente com a sustentação da sua resiliência, sugerindo que um apoio social torna os profissionais mais resilientes (ABDULMOHDI, 2024).

Troy et.al (2023) propõem que o ambiente de aprendizagem, apoio social e sentimento de pertencimento podem influenciar o sucesso dos alunos de forma diferente, dependendo de seus percursos de vida e experiências. Sendo assim, a resiliência individual resultante dos determinantes sociais de cada aluno será expressa de forma mais robusta nos programas que melhor os apoiam, considerando os ambientes sociais de aprendizagem e elevados níveis de inclusão.

Adicionalmente, a resiliência tem um efeito preventivo sobre o burnout porque pode reduzir a percepção de estresse (FARQUHAR et al., 2018). Revisão sistemática identificou que a resiliência está negativamente relacionada com o esgotamento estudantil (GONG et al., 2021), corroborando os presentes resultados. Com base nessa constatação, pensa-se que há necessidade apoio acadêmico e familiar a fim de melhorar o apoio social e conseqüentemente a resiliência, o que pode favorecer a redução dos sintomas de burnout durante a jornada acadêmica.

Thomas e Revell (2016) encontraram que estratégias docentes mais bem-sucedidas para promover a resiliência são para incentivar a investigação e a compreensão dos estudantes sobre adversidades e conflitos, fornecer feedback de apoio para ajudá-los a identificar e desenvolver conquistas e desafios em oportunidades, promovendo uma orientação positiva, que favorece ao enfrentamento das adversidades.

A associação verificada do apoio social e resiliência com o burnout acadêmico é um achado é consistente com outros estudos (KARADAŞ; DURAN, 2022; WOO et al., 2020), bem como a evidência de que a resiliência medeia a relação entre o apoio social e o burnout (KLINOFF et al., 2018; SHANG; YANG, 2021). Estas descobertas são importantes para compreender como o apoio social afeta a exaustão acadêmica.

Estudo realizado com estudantes de medicina durante o ensino remoto na pandemia do COVID 19 encontrou que a resiliência mediou completamente a relação entre apoio social e esgotamento acadêmico (LIU; CAO, 2022), relação também evidenciada tendo como desfecho problemas psicológicos (ABDULMOHDI, 2024; NITSCHKE et al., 2021; YE et al., 2020; ZHAO et al., 2018). Dessarte, esta investigação amplia as descobertas de pesquisas anteriores mostrando que a resiliência é um mediador nas relações entre o apoio social percebido e o burnout (YE et al., 2020; ZHANG et al., 2021, 2023; ZHAO et al., 2018).

Indivíduos com níveis mais elevados de resiliência são altamente adaptáveis quando confrontados com adversidades e pressões relacionadas a jornada acadêmica, e também demonstraram capacidade tomar decisões mais favoráveis na situação atual, o que melhora o bem-estar subjetivo e a qualidade de vida (ABURN; GOTT; HOARE, 2016; CALDEIRA; TIMMINS, 2016; HUGHES et al., 2021)(ABURN; GOTT; HOARE, 2016; CALDEIRA; TIMMINS, 2016; HUGHES et al., 2021). Como forma de estimular a resiliência psicológica, acredita-se em combinações de fatores internos e externos, sendo que o apoio social, um fator externo, pode afetá-la diretamente (TROY et al., 2023). Além disso, ambiente em que indivíduo está inserido também é capaz de atuar nesse processo, propondo que é possível melhorar os níveis de resiliência de um indivíduo dentro de um organização, abordando questões de nível organizacional (KARADAŞ; DURAN, 2022; PERRY et al., 2023), sugerindo que o fortalecimento do apoio social melhora resiliência e favorece no alívio dos sintomas de esgotamento

estudantil, tornando-se uma estratégia importante no enfrentamento do burnout acadêmico nas universidades.

O presente estudo apresenta algumas limitações. Primeiro, a natureza autorrelatada do estudo pode ser uma fonte de viés de informação. Em segundo lugar, este desenho transversal não permite conclusões robustas sobre a temporalidade dos eventos, e a causalidade reversa deve ser considerada em estudos futuros sobre o mesmo assunto. Portanto, estudos prospectivos ainda são necessários para explorar a causalidade e delinear melhor os efeitos do apoio social em relação ao burnout, como bem como para confirmar o possível papel mediador da resiliência nessa relação. Entre os pontos positivos pode-se destacar a alta confiabilidade observada na escala de resiliência, da população de estudo abordar distintas áreas de conhecimento, englobando toda a universidade, bem com a análise de mediação ajustada por inúmeras possíveis variáveis de confusão.

CONCLUSÕES

Neste estudo, foi determinado que o apoio social e a resiliência têm efeito sobre o burnout acadêmico, dessa forma a exaustão dos estudantes universitários pode ser reduzida, aumentando o apoio social e a resiliência. Em adição, a resiliência medeia o impacto do apoio social no burnout acadêmico e esse estudo fornece informações importantes e instrutivas para gestores universitários sobre estratégias que podem aumentar a resiliência dos estudantes. Além disso, os achados contribuem para ampliar o conhecimento sobre possíveis caminhos através de uma oferta de apoio social no ambiente acadêmico, consequentemente da resiliência. Com a crescente prevalência de burnout, e apesar das políticas e iniciativas de saúde pública destinadas à prevenção do burnout, sugere-se que é necessário melhorar as fontes de apoio social e resiliência dos estudantes durante a jornada acadêmica, como medida para auxiliar na redução dos efeitos negativos da exaustão acadêmica.

REFERÊNCIAS

ABDULMOHDI, Naim. The relationships between nurses' resilience, burnout, perceived organisational support and social support during the second wave of the COVID-19 pandemic: A quantitative cross-sectional survey. *Nursing Open*, v. 11, n. 1, p. 1–12, 2024. <<https://doi.org/10.1002/nop2.2036>>

ABREU ALVES, Sara; SINVAL, Jorge; LUCAS NETO, Lia; MARÔCO, João; GONÇALVES FERREIRA, António; OLIVEIRA, Pedro. Burnout and dropout intention in medical students: the protective role of academic engagement. *BMC Medical Education*, v. 22, p. 1–11, 2022. <<https://doi.org/10.1186/s12909-021-03094-9>>

ABURN, Gemma; GOTT, Merry; HOARE, Karen. What is resilience? An Integrative Review of the empirical literature. *Journal of Advanced Nursing*, v. 72, n. 5, p. 980–1000, 2016. <<https://doi.org/10.1111/jan.12888>>

ALAHMARI, Maram A. et al. Prevalence of Burnout in Healthcare Specialties: A Systematic Review Using Copenhagen and Maslach Burnout Inventories. *Medical Science Monitor*, v. 28, p. 1–19, 2022. <<https://doi.org/10.12659/MSM.938798>>

ALMEIDA, Salvador. A Saúde Mental Global, a Depressão, a Ansiedade e os Comportamentos de Risco nos Estudantes do Ensino Superior: Estudo de Prevalência e Correlação. Tese (Doutorado em Ciências da Vida). Lisboa: Universidade Nova de Lisboa, 2014.

ALMUTAIRI, Hessah; ALSUBAIEI, Abeer; ABDULJAWAD, Sara; ALSHATTI, Amna; FEKIH-ROMDHANE, Feten; HUSNI, Mariwan; JAHRAMI, Haitham. Prevalence of burnout in medical students: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Social Psychiatry*, n. 68, n. 6, p. 1157–1170, 2022. <<https://doi.org/10.1177/00207640221106691>>

ALTHARMAN, Hanin A.; ALNAQI, Rawan I.; BUANZ, Shmayil F.; ALSENAYIEN, Abrar Y.; SIRAJ, Rayan A. Exploring the Relationship Between Burnout, Resilience, and Dropout Intention Among Nursing Students During Clinical Training in Saudi Arabia. *SAGE Open Nursing*, v. 9, p. 1–7, 2023. <<https://doi.org/10.1177/23779608231210084>>

BOHLKEN, Jens; SCHÖMIG, Friederike; LEMKE, Matthias R.; PUMBERGER, Matthias; RIEDEL-HELLER, Steffi G. COVID-19-Pandemie: Belastungen des medizinischen Personals [COVID-19 Pandemic: Stress Experience of Healthcare Workers]. *Psychiatrische Praxis*, v. 47, n. 4, p. 190–197, 2020. <<https://doi.org/10.1055/a-1159-5551>>

BULE, Maria Foni; RULIATI, Luh Putu; BENU, Juliana M. Social Support and Resilience to Students Who Are Working on Thesis. *Journal of Health and Behavioral Science*, v. 3, n. 2, p. 191–198, 2021. <<https://doi.org/10.35508/jhbs.v3i2.3840>>

CALDEIRA, S.; TIMMINS, F. Resilience: synthesis of concept analyses and contribution to nursing classifications. *International nursing review*, v. 63, n. 2, p. 191–199, 2016. <<https://doi.org/10.1111/inr.12268>>

CAMPBELL-SILLS, Laura; STEIN, Murray B. Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress*, v. 20, n. 6, p. 1019–1028, 2007. <<https://doi.org/10.1002/jts.20271>>

CAMPOS, Juliana Alvares Duarte Bonini; CARLOTTO, Mary Sandra; MARÔCO, João. Copenhagen burnout inventory - student version: Adaptation and transcultural validation for Portugal and Brazil. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, v. 26, n. 1, p. 87–97, 2013. <<https://doi.org/10.1590/S0102-79722013000100010>>

CHU, Haiyun; YANG, Yanjie; ZHOU, Jiawei; WANG, Wenbo; QIU, Xiaohui; YANG, Xiuxian; QIAO, Zhengxue; SONG, Xuejia; ZHAO, Erying. Social Support and Suicide Risk Among Chinese University Students: A Mental Health Perspective. *Frontiers in Public Health*, v. 9, n. February, p. 1–8, 2021. <<https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.566993>>

CHUNMING, Wang Michael; HARRISON, Reema; MACINTYRE, Raina; TRAVAGLIA, Joanna; BALASOORIYA, Chinthaka. Burnout in medical students: A systematic review of experiences in Chinese medical schools. *BMC Medical Education*, v. 17, n. 1, p. 1–11, 2017. <<https://doi.org/10.1186/s12909-017-1064-3>>

CONNOR, Kathryn M.; DAVIDSON, Jonathan R. T. Development of a new Resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, v. 18, n. 2, p. 76–82, 2003. <<https://doi.org/10.1002/da.10113>>

DE OLIVEIRA, Clarissa Tochetto; CARLOTTO, Rodrigo Carvalho; VASCONCELOS, Silvio José Lemos; DIAS, Ana Cristina Garcia. Adaptação acadêmica e coping em estudantes universitários

brasileiros: uma revisão de literatura. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, v. 15, n. 2, p. 177–186, 2014. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902014000200008&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt>. Acesso em: 15/01/2024.

DE OLIVEIRA, Clarissa Tochetto; DOS SANTOS, Anelise Schaurich; DIAS, Ana Cristina Garcia. Expectativas de universitários sobre a universidade: Sugestões para facilitar a adaptação acadêmica. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, v. 17, n. 1, p. 43–53, 2016. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902016000100006>. Acesso em: 03/03/2024.

DIAS, Alan Roger; FERNANDES, Santiago Mozart; FIALHO-SILVA, Ivã; CERQUEIRA-SILVA, Thiago; MIRANDA-SCIPPA, Ângela; ALMEIDA, Amanda Galvão De. Burnout syndrome and resilience in medical students from a Brazilian public college in Salvador, Brazil. *Trends in psychiatry and psychotherapy*, v. 44, n. June 2019, p. e20200187, 2022. <<https://doi.org/10.47626/2237-6089-2020-0187>>

EISENBERGER, Noemi. An empirical review of the neural underpinnings of receiving and giving social support: implications for health. *Psychosomatic Medicine*, v. 75, n. 6, p. 545 – 556. <<https://doi.org/10.1097/PSY.0b013e31829de2e7>>

FARQUHAR, Julia; LIE, Desiree; CHAN, Angelique; OW, Mandy; VIDYARTHI, Arpana. Understanding Medical Students' Experience with Stress and Its Related Constructs: A Focus Group Study from Singapore. *Academic Psychiatry*, v. 42, n. 1, p. 48–57, 2018. <<https://doi.org/10.1007/s40596-017-0703-7>>

FARRELL, Sarah Marie; KADHUM, Murtaza; LEWIS, Thomas; SINGH, Gurdas; PENZENSTADLER, Louise; MOLODYNSKI, Andrew. Wellbeing and burnout amongst medical students in England. *International Review of Psychiatry*, v. 31, n. 7–8, p. 579–583, 2019. <<https://doi.org/10.1080/09540261.2019.1675960>>

GONG, Zhun; LI, Chunqin; JIAO, Xinian; QU, Qunzhen. Does Resilience Help in Reducing Burnout Symptoms Among Chinese Students? A Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology*, v. 12, 2021. <<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.707792>>.

GRIEP, Rosane Harter; CHOR, Dóra; FAERSTEIN, Eduardo; WERNECK, Guilherme L.; LOPES, Cláudia S. Construct validity of the Medical Outcomes Study's social support scale adapted to Portuguese in the Pró-Saúde Study. *Cadernos de saúde pública*, v. 21, n. 3, p. 703–714, 2005. <<https://doi.org/10.1590/S0102-311X2005000300004>>.

HUGHES, Vickie; COLOGER, Sophia; SWOBODA, Sandy; RUSHTON, Cynda. Strengthening internal resources to promote resilience among prelicensure nursing students. *Journal of Professional Nursing*, v. 37, n. 4, p. 777–783, 2021. <<https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2021.05.008>>

HWANG, Eunhee; KIM, Jeonghyun. Factors affecting academic burnout of nursing students according to clinical practice experience. *BMC Medical Education*, v. 22, n. 1, p. 346, 2022. <<https://doi.org/10.1186/s12909-022-03422-7>>

KARADAŞ, Ayşe; DURAN, Songül. The effect of social support on work stress in health workers during the pandemic: The mediation role of resilience. *Journal of Community Psychology*, v. 50, n. 3, p. 1640–1649, 2022. <<https://doi.org/10.1002/jcop.22742>>

KILIC, Rana; NASELLO, Julian Adriano; MELCHIOR, Valérie; TRIFFAUX, Jean Marc. Academic burnout among medical students: respective importance of risk and protective factors. *Public Health*, v. 198, p. 187–195, 2021. <<https://doi.org/10.1016/j.puhe.2021.07.025>>

KIM, Boram; JEE, Sooin; LEE, Joungwha; AN, Sunghee; LEE, Sang Min. Relationships between social support and student burnout: A meta-analytic approach. *Stress and Health*, v. 34, n. 1, p. 127–134, 2018. <<https://doi.org/10.1002/smi.2771>>

KLINOFF, Vera A.; VAN HASSELT, Vincent B.; BLACK, Ryan A.; MASIAS, Estefania V.; COUWELS, Judy. The Assessment of Resilience and Burnout in Correctional Officers. *Criminal Justice and Behavior*, v. 45, n. 8, p. 1213–1233, 2018. <<https://doi.org/10.1177/0093854818778719>>

KONG, Ling Na; YAO, Yu; CHEN, Shuo Zhen; ZHU, Jia Lu. Prevalence and associated factors of burnout among nursing students: A systematic review and meta-analysis. *Nurse Education Today*, 2023. <<https://doi.org/10.1016/j.nedt.2022.105706>>

LI, Zhuang Shuang; HASSON, Felicity. Resilience, stress, and psychological well-being in nursing students: A systematic review. *Nurse Education Today*, v. 90, p. 104440, 2020. <<https://doi.org/10.1016/j.nedt.2020.104440>>

LIU, Yifang et al. Burnout and post-traumatic stress disorder symptoms among medical staff two years after the COVID-19 pandemic in Wuhan, China: Social support and resilience as mediators. *Journal of Affective Disorders*, v. 321, p. 126–133, 2023. <<https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.10.027>>

LIU, Yue; CAO, Zhe. The impact of social support and stress on academic burnout among medical students in online learning: The mediating role of resilience. *Frontiers in Public Health*, v. 10, 2022. <<https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.938132>>

LOPES, Vanessa Rodrigues; VALIDATION, Factorial. Validação Fatorial da Escala de Resiliência de Connor-Davidson (Cd-Risc-10) para Brasileiros. *Revista Psicologia Organizações e Trabalho*, v. 11, n. 2, p. 36–50, 2011. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572011000200004&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt>. Acesso em: 01/02/2024.

MARÔCO, João et al. Predictors of academic efficacy and dropout intention in university students: Can engagement suppress burnout? *PLoS ONE*, v. 15, n. 10, p. 1–26, 2020. <<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239816>>

MOURA, Gabrielle; BRITO, Maria; PINHO, Lucinéia; REIS, Viviane; SOUZA, Luiz; MAGALHÃES, Tatiana. Prevalência E Fatores Associados À Síndrome De Burnout Entre Universitários: Revisão De Literatura. *Psicologia, Saúde & Doença*, v. 20, n. 2, p. 300–318, 2019. <<http://dx.doi.org/10.15309/19psd200203>>

NITSCHKE, Jonas P.; FORBES, Paul A. G.; ALI, Nida; CUTLER, Jo; APPS, Matthew A. J.; LOCKWOOD, Patricia L.; LAMM, Claus. Resilience during uncertainty? Greater social connectedness during COVID-19 lockdown is associated with reduced distress and fatigue. *British Journal of Health Psychology*, v. 26, n. 2, p. 553–569, 2021. <<https://doi.org/10.1111/bjhp.12485>>

OLIVEIRA, Clarissa Tochetto De; DIAS, Ana Cristina Garcia. Dificuldades na Trajetória Universitária e Rede de Apoio de Calouros e Formandos. *Psico*, v. 45, n. 2, p. 187, 2014. <<https://doi.org/10.15448/1980-8623.2014.2.13347>>

OZSABAN, Aysel; TURAN, Nuray; KAYA, Hatice. Resilience in Nursing Students: The Effect of Academic Stress and Social Support. *Clinical and Experimental Health Sciences*, v. 9, n. 1, p. 69–76, 2019. <<https://doi.org/10.33808/marusbed.546903>>

PERRY, Ross; SCIOLLA, Andres; REA, Margaret; SANDHOLDT, Cara; JANDREY, Karl; RICE, Elizabeth; YU, Allison; GRIFFIN, Erin; WILKES, Michael. Modeling the social determinants of resilience in health professions students: impact on psychological adjustment. *Advances in Health Sciences Education*, v. 28, n. 5, p. 1661–1677, 2023. <<https://doi.org/10.1007/s10459-023-10222-1>>

SABOURIPOUR, Fatemeh; ROSLAN, Samsilah Bte. Resilience, optimism and social support among international students. *Asian Social Science*, v. 11, n. 15, p. 159–170, 2015. <<http://dx.doi.org/10.5539/ass.v11n15p159>>

SAHÃO, F. T.; KIENEN, N. University student adaptation and mental health: a systematic review of literature. *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 25, p. 1–13, 2021. <<http://dx.doi.org/10.1590/2175-35392021224238>>

SHANG, Yao; YANG, Shi Yong. The Effect of Social Support on Athlete Burnout in Weightlifters: The Mediation Effect of Mental Toughness and Sports Motivation. *Frontiers in Psychology*, v. 12, p. 1–12, 2021. <<http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2021.649677>>

SHERBOURNE, Cathy Donald; STEWART, Anita L. The MOS social support survey. *Social science & medicine (1982)*, v. 32, n. 6, p. 705–714, 1991. <[http://dx.doi.org/10.1016/0277-9536\(91\)90150-b](http://dx.doi.org/10.1016/0277-9536(91)90150-b)>

SHIN, Hyojung; PUIG, Ana; LEE, Jayoung; LEE, Ji Hee; LEE, Sang Min. Cultural validation of the Maslach Burnout Inventory for Korean students. *Asia Pacific Education Review*, v. 12, n. 4, p. 633–639, 2011. <<https://doi.org/10.1007/s12564-011-9164-y>>

TEIXEIRA, Marco Antônio Pereira; DIAS, Ana Cristina Garcia; WOTTRICH, Shana Hastenpflug; OLIVEIRA, Adriano Machado. Adaptação à universidade em jovens calouros. *Psicologia Escolar e Educacional*, v. 12, n. 1, p. 185–202, 2008. <<https://doi.org/10.1590/S1413-85572008000100013>>

THOMAS, Lisa Jean; REVELL, Susan Hunter. Resilience in nursing students: An integrative review. *Nurse Education Today*, v. 36, p. 457–462, 2016. <<http://dx.doi.org/10.1016/j.nedt.2015.10.016>>

TROY, Allison S.; WILLROTH, Emily C.; SHALLCROSS, Amanda J.; GIULIANI, Nicole R.; GROSS, James J.; MAUSS, Iris B. Psychological Resilience: An Affect-Regulation. *Annual Review of Psychology*, v. 74, p. 547–576, 2023. <<https://doi.org/10.1146/annurev-psych-020122-041854>>

UCHINO, Bert N. Social support and health: A review of physiological processes potentially underlying links to disease outcomes. *Journal of Behavioral Medicine*, v. 29, n. 4, p. 377–387, 2006. <<https://doi.org/10.1007/s10865-006-9056-5>>

VELANDO-SORIANO, Almudena; SULEIMAN-MARTOS, Nora; PRADAS-HERNÁNDEZ, Laura; MEMBRIVE-JIMÉNEZ, María José; RAMÍREZ-BAENA, Lucia; GÓMEZ-URQUIZA, Jose L.; CAÑADAS-DE LA FUENTE, Guillermo Arturo. Factors related to the appearance and development of burnout in nursing students: a systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Public Health*, v. 11, n. 3, 2023. <<https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1142576>>

WOO, Tiffany; HO, Roger; TANG, Arthur; TAM, Wilson. Global prevalence of burnout symptoms among nurses: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Psychiatric Research*, v. 123, p. 9–20, 2020. <<https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2019.12.015>>

WHO. World Health Organization. Burn-out an "occupational phenomenon": international classification of Diseases. Geneva: World Health Organization, 2019. Disponível em: <<https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>>. Acesso em: 12/10/2024.

YE, Yuqiao; HUANG, Xiuyu; LIU, Yang. Social support and academic burnout among university students: A moderated mediation model. *Psychology Research and Behavior Management*, v. 14, p. 335–344, 2021. <<https://doi.org/10.2147/PRBM.S300797>>

YE, Zhi; YANG, Xueying; ZENG, Chengbo; WANG, Yuyan; SHEN, Zijiao; LI, Xiaoming; LIN, Danhua. Resilience, Social Support, and Coping as Mediators between COVID-19-related Stressful Experiences and Acute Stress Disorder among College Students in China. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, v. 12, n. 4, p. 1074–1094, 2020. <<https://doi.org/10.1111/aphw.12211>>

ZANINI, Daniela S.; PEIXOTO, Evandro M.; NAKANO, Tatiana C. Escala de apoio social (MOS-SSS): proposta de normatização com referência nos itens. *Temas em Psicologia*, v. 26, n. 1, p. 387–399, 2018. <<https://doi.org/10.9788/TP2018.1-15Pt>>

ZANINI, Daniela Sacramento; PEIXOTO, Evandro Morais. Social support scale (MOS-SSS): Analysis of the psychometric properties via item response theory. *Paideia*, v. 26, n. 65, p. 359–368, 2016. <<https://doi.org/10.1590/1982-43272665201612>>

ZANINI, Daniela Sacramento; VEROLLA-MOURA, Adriana; QUEIROZ, Ivana Pinheiro de Abreu Rabelo. Apoio social: aspectos da validade de constructo em estudantes universitários. *Psicologia em Estudo*, v. 14, n. 1, p. 195–202, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722009000100023>. Acesso em: 19/01/2024.

ZHANG, Xiaoning; JIANG, Xue; NI, Pingping; LI, Haiyang; LI, Chong; ZHOU, Qiong; OU, Zhengyan; GUO, Yuqing; CAO, Junli. Association between resilience and burnout of front-line nurses at the peak of the COVID-19 pandemic: Positive and negative affect as mediators in Wuhan. *International Journal of Mental Health Nursing*, v. 30, n. 4, p. 939–954, 2021. <<https://doi.org/10.1111/inm.12847>>

ZHANG, Yalin; GUAN, Chang; JIANG, Jianjun; ZHU, Chuanmei; HU, Xiaolin. Mediating effect of resilience on the relationship between perceived social support and burnout among Chinese palliative nurses. *Journal of Clinical Nursing*, v. 32, n. 13–14, p. 3887–3897, 2023. <<https://doi.org/10.1111/jocn.16532>>

ZHAO, Xia; ZHANG, Dan; WU, Menglian; YANG, Yang; XIE, Hui; LI, Yuqin; JIA, Jihui; SU, Yonggang. Loneliness and depression symptoms among the elderly in nursing homes: A moderated mediation model of resilience and social support. *Psychiatry Research*, v. 268, p. 143–151, 2018. <<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.07.011>>

CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

TRFG – Conceitualização, curadoria dos dados, análise formal, investigação, validação, visualização e redação – rascunho original.

RR – Conceitualização, análise formal, metodologia, supervisão e redação – revisão e edição.

CMG – Conceitualização, metodologia, administração de projeto, supervisão, visualização e redação – revisão e edição.

EG – Conceitualização, curadoria dos dados, metodologia, administração de projeto, supervisão, visualização e redação – rascunho original.

Todos os autores leram e aprovaram a versão final deste artigo.

DECLARAÇÃO DE CONFLITO DE INTERESSE

Os autores declaram que não há conflito de interesse com o presente artigo.

Este preprint foi submetido sob as seguintes condições:

- Os autores declaram que estão cientes que são os únicos responsáveis pelo conteúdo do preprint e que o depósito no SciELO Preprints não significa nenhum compromisso de parte do SciELO, exceto sua preservação e disseminação.
- Os autores declaram que os necessários Termos de Consentimento Livre e Esclarecido de participantes ou pacientes na pesquisa foram obtidos e estão descritos no manuscrito, quando aplicável.
- Os autores declaram que a elaboração do manuscrito seguiu as normas éticas de comunicação científica.
- Os autores declaram que os dados, aplicativos e outros conteúdos subjacentes ao manuscrito estão referenciados.
- O manuscrito depositado está no formato PDF.
- Os autores declaram que a pesquisa que deu origem ao manuscrito seguiu as boas práticas éticas e que as necessárias aprovações de comitês de ética de pesquisa, quando aplicável, estão descritas no manuscrito.
- Os autores declaram que uma vez que um manuscrito é postado no servidor SciELO Preprints, o mesmo só poderá ser retirado mediante pedido à Secretaria Editorial do SciELO Preprints, que afixará um aviso de retratação no seu lugar.
- Os autores concordam que o manuscrito aprovado será disponibilizado sob licença [Creative Commons CC-BY](#).
- O autor submissor declara que as contribuições de todos os autores e declaração de conflito de interesses estão incluídas de maneira explícita e em seções específicas do manuscrito.
- Os autores declaram que o manuscrito não foi depositado e/ou disponibilizado previamente em outro servidor de preprints ou publicado em um periódico.
- Caso o manuscrito esteja em processo de avaliação ou sendo preparado para publicação mas ainda não publicado por um periódico, os autores declaram que receberam autorização do periódico para realizar este depósito.
- O autor submissor declara que todos os autores do manuscrito concordam com a submissão ao SciELO Preprints.