

INVENTÁRIO DE BURNOUT DE MASLACH PARA ESTUDANTES PORTUGUESES.

João Maroco^{1,2} & Miguel Tecedor¹

¹Unidade de Investigação em Psicologia e Saúde

²Departamento de Estatística Instituto Superior de Psicologia Aplicada

RESUMO: O *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* adaptado por Schaufeli, Martinez *et al.*, 2002 a partir do *Maslach Burnout Inventory – General Survey* foi traduzido e adaptado para a língua portuguesa. A avaliação das qualidades psicométricas da Escala de Burnout para Estudantes foi feita numa amostra de 654 estudantes universitários. A Escala de Burnout para Estudantes revelou uma adequada validade factorial e fiabilidade na amostra sob estudo revelando-se um instrumento sensível, válido e fiável na avaliação da síndrome de Burnout em estudantes universitários.

Palavras-chave: Burnout, Estudantes Universitários, Validade, Fiabilidade, MBI

MASLACH BURNOUT INVENTORY-STUDENT SURVEY: PORTUGUESE VERSION

ABSTRACT: The *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* adapted by Schaufeli, Martinez *et al.*, 2002 from the *Maslach Burnout Inventory – General Survey* was translated and adapted for Portuguese college students. The psychometric evaluation revealed that the adapted scale maintained its factorial validity and reliability. The Portuguese version of the Maslach Burnout Inventory was shown to be a reliable valid instrument for the evaluation of the Burnout syndrome in Portuguese college students.

Keywords: Burnout, College students, Validity, Reliability, MBI

Recebido em 16 de Março de 2009 / aceite em 9 de Julho de 2009

A Escala de *Burnout* de Maslach para Estudantes tem como objectivo avaliar a síndrome de Burnout em estudantes. A síndrome de *Burnout* define-se como uma resposta prolongada no tempo a stressores interpessoais crónicos no trabalho, composta por três dimensões chave: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal (Maslach, 1993). Por exaustão emocional entende-se uma sobre-solicitação ou esgotamento dos recursos emocionais, morais e psicológicos da pessoa. A despersonalização traduz uma distanciação afectiva ou indiferença emocional em relação aos outros, nomeadamente àqueles que são a razão de ser actividade profissional (pacientes, clientes, alunos, etc). A realização pessoal exprime uma diminuição dos sentimentos de competência e de prazer associados ao desempenho de uma actividade profissional.

Historicamente, o Burnout surgiu associado a profissões de “relação de ajuda” (médicos, enfermeiros, advogados, professores), mas a investigação mostrou não haver

razão para restringir esta síndrome a esses domínios profissionais. O conceito tem-se estendido a todas as actividades profissionais (Leiter & Schaufeli, 1996), inclusivamente àquelas que, não sendo uma actividade profissional propriamente dita, partilham com as primeiras alguns pontos comuns, como é o caso de mães a tempo inteiro (Pelsma, Roland, Tollefson & Wigington, 1989), e de estudantes (Balogun, Helgemoe, Pellegrini, & Hoerberlein, 1996; Koeske & Koeske, 1991; McCarthy, Pretty, & Catano, 1990; Schaufeli, Martinez, Marques Pinto, Salanova & Bakker, 2002).

A escala de avaliação de Burnout mais popular, *Maslach Burnout Inventory* ou MBI, foi criada por Christina Maslach (Maslach, Jackson & Leiter, 1996), estimando-se que seja usada em cerca de 90% dos trabalhos empíricos publicados sobre a síndrome (Schaufeli, Bakker, Hoogdoin, Schaap & Kadler, 2001; Tecedero, 2005), embora existam instrumentos alternativos (Schaufeli, Enzmann & Girault, 1993; Demerouti, Bakker, Vardakou & Kantas, 2003). Trata-se de uma escala de autoavaliação de tipo Likert em que é pedido ao sujeito que avalie, em sete possibilidades, com que frequência sente um conjunto de sentimentos expressos em frases (Maslach, Jackson & Leiter, 1996). Actualmente existem três versões distintas em função da área profissional do respondente: uma versão com 22 itens para profissionais da área da saúde (MBI-HSS, de *Human Services Survey*), uma versão com o mesmo numero de itens adequada a quem trabalha em contextos educacionais (MBI-ES) e uma versão de 16 itens adaptada à população trabalhadora em geral (MBI-GS). Todas as versões possuem uma estrutura tri-factorial, em linha com a conceptualização do Burnout proposta por Christina Maslach, existindo correlações fracas a moderadas entre subescalas (Maslach, Jackson & Leiter, 1996). A escala não permite o cálculo de uma pontuação global de burnout. Na versão MBI-GS, a dimensão Despersonalização tomou o nome de Cinismo.

A versão da MBI para estudantes foi adaptada por Schaufeli, Martinez *et al.* a partir de trabalhos anteriores (Balogun *et al.*, 1996; Gold & Michael, 1985) tendo por base o MBI-GS. Designada por *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* (MBI-SS), a escala ficou constituída por 15 itens, passando a dimensão despersonalização/cinismo a ser designada por Descrença (Schaufeli, Martinez *et al.*, 2002). No estudo conduzido junto de amostras de estudantes de três países europeus (Portugal, Espanha e Holanda), os autores mostraram a validade da estrutura tri-factorial da escala, em linha com a conceptualização teórica de Maslach, embora essa estrutura não seja invariante entre as três amostras, devido à existência de variações na saturação dos três factores de país para país.

O *Burnout* está na origem de um importante sofrimento pessoal manifestado através de sinais psico-sociais tão diversos quanto o consumo excessivo de medicamentos, álcool e outras substâncias psicotrópicas, quebra de produtividade, aumento do absentismo, baixas médicas prolongadas, reformas antecipadas, episódios depressivos graves, perturbações psicossomáticas graves (Tecedero, 2005). A população estudantil, face às pressões sociais e profissionais que sofre relativamente ao financiamento dos estudos, aproveitamento escolar e relaciona-

mento com professores e colegas, apresenta-se como uma população onde a ocorrência de Burnout poderá limitar fortemente quer o bem-estar psico-social quer o rendimento escolar dos alunos. Nesta óptica a mensuração do nível de Burnout e os seus determinantes no ensino superior é uma mais-valia para a compreensão e intervenção psicológica neste domínio. Neste artigo apresentamos o resultado de um estudo de validade factorial da MBI-SS numa amostra de estudantes do ensino superior da área da Psicologia.

MÉTODO

Material

A escala MBI-SS de Schaufeli et al. (2002) é uma escala auto-aplicável constituída por 15 itens referentes a sentimentos/emoções de estudantes em contexto escolar. Os respondentes manifestam a frequência de ocorrência de cada um dos 15 itens numa escala ordinal de 7 pontos descritos no quadro 1.

Quadro 1

Chave da codificação da escala MBI-SS, versão Portuguesa adaptada de Schaufeli et al.(2002)

Nunca	Quase nunca	Algumas vezes	Regularmente	Bastantes vezes	Quase sempre	Sempre
0	1	2	3	4	5	6
Nenhuma vez	Poucas vezes por ano	Uma vez por mês	Poucas vezes por mês	Uma vez por semana	Poucas vezes por semana	Todos os dias

A tradução da versão original inglesa de Schaufeli et al.(2002) foi feita seguindo de perto a versão portuguesa do MBI-SS (Tecedeiro, 2005), apenas com as consequentes adaptações. A validade facial da tradução foi controlada por 2 especialistas da área da psicologia clínica e da psicologia educacional. Os 15 itens que constituem a versão portuguesa usada neste estudo são dados no quadro 2.

Quadro 2

Sub-escalas e respectivos itens da Escala MBI-SS (versão Portuguesa adaptada de Schaufeli et al., 2002)

Itens

Exaustão emocional

1. Os meus estudos deixam-me emocionalmente exausto
 2. Sinto-me de 'rastos' no final de um dia na universidade.
 3. Sinto-me cansado quando me levanto de manhã e penso que tenho de enfrentar mais um dia na universidade.
 4. Estudar ou assistir a uma aula deixam-me tenso.
 5. Os meus estudos deixam-me completamente esgotado.
-

Descrença

6. Tenho vindo a desinteressar-me pelos meus estudos desde que ingressei na universidade.
 7. Sinto-me pouco entusiasmado com os meus estudos.
 8. Sinto-me cada vez mais cínico relativamente à utilidade potencial dos meus estudos.
 9. Tenho dúvidas sobre o significado dos meus estudos.
-

Eficácia Profissional

10. Consigo resolver, de forma eficaz, os problemas que resultam dos meus estudos.
 11. Acredito que participo, de forma positiva, nas aulas a que assisto.
 12. Sinto que sou um bom aluno.
 13. Sinto-me estimulado quando alcanço os meus objectivos escolares.
 14. Tenho aprendido muitas matérias interessantes durante o meu curso.
 15. Durante a aula, sinto que consigo acompanhar as matérias de forma eficaz.
-

Participantes

A amostra de validação foi constituída por 654 estudantes do Instituto Superior de Psicologia Aplicada nos anos lectivos de 2006-07 e 2007-08 sendo 83% do sexo feminino. A idade média da amostra foi 23.5 ano (SD=6.22). Os participantes distribuem-se, com frequências semelhantes, pelos 3 turnos lectivos: manhã (36%), tarde (34%) e noite (30%).

CARACTERÍSTICAS PSICOMÉTRICAS*Sensibilidade*

A sensibilidade dos itens foi avaliada pelas medidas de assimetria (sk) e curtose (ku). O quadro 3 apresenta os valores das medianas, mínimo, máximo e medidas de forma com respectivos rácios críticos.

Quadro 3

Mediana, mínimo, máximo e medidas de assimetria (Sk) e Curtose (Ku) com respectivos rácios críticos (Sk/SE_{sk} ; Ku/SE_{Ku}) para os 15 itens da MBI-SS versão Portuguesa (n=654).

Item	Me	Sk	Sk/SE_{sk}	Ku	Ku/SE_{Ku}	Min.	Max.
It1	3.00	.113	1.177	-.567	-2.969	0	6
It2	3.00	.118	1.229	-.936	-4.901	0	6
It3	2.00	.458	4.771	-.634	-3.319	0	6
It4	1.00	.806	8.396	.359	1.880	0	6
It5	2.00	.491	5.115	-.288	-1.508	0	6
It6	.00	1.761	18.344	2.983	15.618	0	6
It7	1.00	1.405	14.635	1.861	9.743	0	6
It8	1.00	1.521	15.844	1.927	10.089	0	6
It9	1.00	1.467	15.281	1.779	9.314	0	6
It10	4.00	-.317	-3.302	-.574	-3.005	0	6
It11	4.00	-.247	-2.573	-.639	-3.346	0	6
It12	4.00	-.335	-3.490	-.434	-2.272	0	6
It13	5.00	-1.523	-15.865	2.535	13.272	0	6
It14	5.00	-.897	-9.344	.863	4.518	0	6
It15	4.00	-.522	-5.438	-.242	-1.267	0	6

Os itens com distribuição mais assimétrica e leptocurtica são os itens da dimensão 'Descrença'. Contudo, e de acordo com Kline (1998), nenhum dos itens apresenta valores absolutos de curtose superiores a 3 ou de achatamento superiores a 7 que comprometam a sensibilidade dos itens da MBI-SS como avaliado nesta amostra.

Validade factorial

A validade factorial das 3 dimensões da MBI-SS foi avaliada com uma análise factorial confirmatória. Os pesos factoriais de cada factor, a consistência interna avaliada com o α de Cronbach e as correlações observadas entre os factores são apresentadas no quadro 4.

Quadro 4

Pesos factoriais obtidos com a análise factorial confirmatória, consistência interna (α de Cronbach), variância média extraída (AVE) e correlações entre factores da MBI-SS.

Itens	Factores		
	Exaustão	Descrença	Eficácia
It1	0.762		
It2	0.673		
It3	0.631		
It4	0.691		
It5		0.826	
It6		0.817	
It7		0.773	
It8		0.858	
It9		0.790	
It10			0.600
It11			0.605
It12			0.726
It13			0.597
It14			0.556
α	0.836	0.882	0.791
AVE	0.518	0.656	0.384
Correlações			
Exaustão	1		
Descrença	0.458	1	
Eficácia	-0.245	-0.457	1

Os índices de qualidade de ajustamento tri-factorial da MBI-SS suportam, de forma razoável, a estrutura original proposta ($X^2(88)=446.935$; $p<0.001$; CFI=0.912; PCF=0.765; GFI=0.912; PGFI=0.669; RMSEA=0.079; $P(\text{rmsea} \leq 0.05) < 0.001$).

Fiabilidade

A fiabilidade dos 3 factores da Escala MBI-SS foi estimada pelo α de Cronbach (v. quadro 4). De acordo com a descrição de Maroco & Garcia-Marques (2006) a consistência interna dos factores Exaustão e Descrença é elevada, sendo razoável no factor Realização. A variância média extraída (AVE) é superior a 0.5 para os factores Exaustão e Descrença, sendo porém mais reduzida para o factor Eficácia. Esta estatística indica a proporção da variância dos itens retida pelos factores respectivos. Apenas o factor Eficácia apresenta uma fiabilidade de constructo abaixo do aceitável.

COTAÇÃO

Na sua versão original a MBI-SS permite calcular, pela soma dos itens respectivos, os scores de Exaustão, Descrença e Eficácia. Um indivíduo é diagnosticado com a síndrome de burnout, relativamente ao seu grupo, se simultaneamente se encontrar acima do percentil 66 dos scores de Exaustão e Descrença e abaixo do percentil 33 dos scores de Realização. Os valores decilicos e os percentis 66 e 33 dos 3 factores da MBI-SS são apresentados no quadro 5.

Quadro 5

Valores médios (M), desvios-padrão (SD), valores decilicos e percentis 33 e 66 dos 3 factores da MBI-SS na amostra do estudo.

	Factores da MBI-SS		
	Exaustão	Descrença	Eficácia
M	10.8	4.7	24.6
SD	4.5	4.6	4.9
Percentis			
10	6	0	18
20	8	1	21
30	9	2	22
33	10	2	23
40	11	2	24
50	12	4	25
60	13	5	26
66	14	6	27
70	15	6	27
80	16	8	29
90	20	12	31

DISCUSSÃO

O estudo da escala MBI-SS de Schaufeli et al. (2002), mostra algumas limitações psicométricas quando avaliadas numa amostra de estudantes universitários. Chamámos a atenção para o facto de o factor Eficácia apresentar uma fiabilidade de constructo inferior ao desejável. Também a estrutura factorial poderia ser melhorada pela remoção dos itens 4, 14 e 15, sugestão que desenvolvemos num estudo complementar (Maroco, Tecedeiro, Martins & Meireles, 2008). Finalmente, a escala MBI-SS não apresenta um score global de Burnout, facto este que tem sido apontado como uma das principais limitações à utilização da escala (Kristensen, Borritz, Villadsen & Christensen, 2005). Também num outro estudo complementar (Maroco et al. 2008) apresentamos uma sugestão de cálculo de score global que carece, contudo, de vali-

dação empírica. Ainda assim a Escala de Burnout para Estudantes, por ter revelado uma adequada validade factorial e fiabilidade na amostra sob estudo, demonstra ser um instrumento sensível, válido e fiável na avaliação da síndrome de Burnout em estudantes universitários da área da Psicologia.

REFERÊNCIAS

Balogun, J. A., Helgemoe, S., Pellegrini, E. & Hoerberlein, T. (1995) Test-retest reliability of a psychometric instrument designed to measure physical therapy students' burnout. *Perceptual and Motor Skills*, 81(2), 667-672.

Demerouti, E., Bakker, A.B., Vardakou, I. & Kantas, A. (2003) The convergent validity of two burnout instruments. *European Journal of Psychological Assessment*, 19 (1),12-23.

Gold, Y. & Michael, W. B. (1985). Academic self-concept correlates of potential burnout in a sample of first-semester elementary school practice teachers: A concurrent validity study. *Educational and Psychological Measurement*, 45, 909-914.

Leiter, M.P. & Schaufeli, W.B. (1996). Consistency of burnout construct across occupations. *Anxiety, Stress & Coping: An international journal*, vol 9 (3). Abstract recuperado a 23 Agosto 2004 de <http://search.epnet.com/direct.asp?an=1997-07632-004&db=psych>

Kline, R. B. (1998). *Principles and Practices of Structural Equation Modelling*. The Guilford Press. New York.

Koeske, G. F. & Koeske, R. D. (1991). Student "burnout" as a mediator of the stress-outcome relationship. *Research in Higher Education*, 32, 415-431

Kristensen, T.S., Borritz, M., Villadsen, E. & Christensen, K.B. (2005). The Copenhagen burnout inventory: a new tool for the assessment of burnout. *Work & Stress*, 19(3), 192-207

Maroco, J.; Teceideiro, M.; Martins, P. & Meireles, A. (no prelo). Estrutura factorial de segunda ordem da Escala de burnout de Maslach para estudantes numa amostra portuguesa. *Análise Psicológica*

Maroco, J. & Garcia-Marques, T. (2006). Qual a fiabilidade do alfa de Cronbach? Questões antigas e soluções modernas? *Laboratório Psicologia*, 4(1), 65-90

Maslach, C. (1993). Burnout: a multidimensional perspective. In Schaufeli, W.B. & Maslach, C. & Marek, T. (Eds). (1993). *Professional burnout, Recent developments in Theory and Research*. Philadelphia, PA: Taylor & Francis.

Maslach, C., Jackson, S.E. & Leiter, M.P. (1996). *Maslach Burnout Inventory Manual* (3rd edition). Palo Alto, CA: Consulting Psychology Press

McCarthy, M. E.; Pretty, G. M. & Catano, V. (1990) Psychological sense of community and student burnout. *Journal of College Student Development*, 31(3), 211-216.

Pelsma, D.M., Roland, B., Tollefson, N. & Wigington, H.(1989). Parent burnout: validation of the Maslach burnout Inventory with a sample of mothers. *Measurement & Evaluation in Counselling & Development*, 22, 81-87.

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.

Schaufeli, W.B., 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.

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.

ANEXO

Escala de Burnout de Maslach para estudantes

(Adaptação de J. Maroco & M. Teceideiro a partir da versão de Schaufeli et al., 2002)

As afirmações seguintes são referentes aos sentimentos/emoções de estudantes em contexto escolar. Leia cuidadosamente cada afirmação e decida sobre a frequência com que se sente da forma descrita e de acordo com o Tabela seguinte:

Nunca	Quase nunca	Algumas vezes	Regularmente	Bastantes vezes	Quase sempre	Sempre
①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
Nenhuma vez	Poucas vezes por ano	Uma vez por mês	Poucas vezes por mês	Uma vez por semana	Poucas vezes por semana	Todos os dias

Itens	Nunca						Sempre					
	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
Exaustão emocional												
1. Os meus estudos deixam-me emocionalmente exausto	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
2. Sinto-me de 'rastos' no final de um dia na universidade.	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
3. Sinto-me cansado quando me levanto de manhã e penso que tenho de enfrentar mais um dia na universidade.	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
4. Estudar ou assistir a uma aula deixam-me tenso.	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
5. Os meus estudos deixam-me completamente esgotado.	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
Descrença												
1. Tenho vindo a desinteressar-me pelos meus estudos desde que ingressei na universidade.	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
2. Sinto-me pouco entusiasmado com os meus estudos.	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
3. Sinto-me cada vez mais cínico relativamente à utilidade potencial dos meus estudos.	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
4. Tenho dúvidas sobre o significado dos meus estudos.	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
Eficácia Profissional												
1. Consigo resolver, de forma eficaz, os problemas que resultam dos meus estudos.	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
2. Acredito que participo, de forma positiva, nas aulas a que assisto.	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
3. Sinto que sou um bom aluno.	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
4. Sinto-me estimulado quando alcanço os meus objectivos escolares.	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
5. Tenho aprendido muitas matérias interessantes durante o meu curso.	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥
6. Durante a aula, sinto que consigo acompanhar as matérias de forma eficaz.	①	②	③	④	⑤	⑥	①	②	③	④	⑤	⑥