

RESUMO SIMPLES - CIÊNCIAS HUMANAS

BURNOUT EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: O IMPACTO DA HIPERPRODUTIVIDADE E DO USO DA INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

Nayara Ramos Pavanelli (nayara057283@ead.eduvaleavare.com.br)

Beatriz Mazza Rodrigues Paes (beatriz.paes@ead.eduvaleavare.com.br)

Layane Thaís De Sousa Pereira (layane.pereira@ead.eduvaleavare.com.br)

Mario De Oliveira Neto (mario.neto@ead.eduvaleavare.com.br)

A Síndrome de Burnout é um problema psicossocial que afeta significativamente estudantes universitários, sobretudo os que conciliam estudo e trabalho, enfrentando pressões acadêmicas, profissionais e sociais que comprometem a saúde mental e a vida. Esses estudantes lidam com responsabilidades, exigência de resultados e pouco tempo para descanso e lazer, o que aumenta sua vulnerabilidade.

Este estudo buscou compreender como tais fatores influenciam no desenvolvimento do Burnout, discutindo também impactos culturais e institucionais. A metodologia consistiu em revisão bibliográfica qualitativa baseada em 20 artigos e um TCC, dos quais 10 dessas publicações foram lidas integralmente, resultando em 3 fontes primárias. Os resultados evidenciam que a falta de suporte social, a sobrecarga de disciplinas, a pressão por desempenho e a necessidade de custear a formação intensificam os sintomas descritos por Christina Maslach: exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal.

Além disso, o avanço da Inteligência Artificial, como ChatGPT e outras ferramentas digitais, agrava a situação, pois, embora possa auxiliar na organização acadêmica, também pode gerar dependência, impactar o pensamento crítico e reforçar a pressão por produzir mais em menos tempo, conectando-se à teoria de Byung-Chul Han sobre a Sociedade do Cansaço, que mostra como a hiperprodutividade leva à exaustão.

Em síntese, estudantes jovens e sem estratégias de enfrentamento são mais vulneráveis ao Burnout, e enfrentá-lo exige mudanças culturais e institucionais que rompam com a lógica da hiperprodutividade e promovam ambientes que priorizem saúde mental e reflexões críticas sobre o uso da IA, para que seja suporte e não intensificação do desgaste.

Palavras-chave: estudantes universitários; burnout; hiperprodutividade; inteligência artificial; vulnerabilidade.